

Korzystanie z usług NHS (narodowego unduszu zdrowia)

Narodowy Fundusz Zdrowia (NHS) jest publicznym systemem opieki zdrowotnej w Wielkiej Brytanii. Opieka NHS jest nieodpłatna dla wszystkich mieszkańców Wielkiej Brytanii, oraz dla osób ubiegających się o azyl, uchodźców, osób z pozwoleniem na pobyt tymczasowy, niektórych osób, którym nie przyznano azylu oraz ofiar handlu ludźmi.

Bezpłatne usługi NHS to między innymi wizyty lekarskie, badania, leczenie szpitalne oraz zapewniona opieka w nagłych wypadkach. Odpłatne są jedynie opieka stomatologiczna oraz leku, ale osoby o niskich dochodach mogą otrzymać pomoc w pokryciu tych kosztów.

Osoby, które nie mieszkają w Wielkiej Brytanii na stałe, w tym te, które mają wizy pobytowe, muszą zapłacić za opiekę w szpitalu

The NHS logo is a blue hexagon with the letters 'NHS' in white, bold, sans-serif font.

Przychodnia Lekarska GP

W Wielkiej Brytanii przychodnia lekarska (GP) (czasem nazywana przychodnią ogólną) zazwyczaj jest pierwszym miejscem, do którego pacjenci udają się z problemem zdrowotnym. Z opieki szpitalnej należy korzystać tylko w przypadku zaplanowanych wizyt i w nagłych przypadkach.

Zespół w przychodni lekarskiej obejmuje lekarzy (nazywanych lekarzami ogólnymi lub GP), pielęgniarki i innych ekspertów z zakresu zdrowia. W przychodniach lekarskich można leczyć wiele schorzeń ogólnych i jak również schorzeń przewlekłych. W przypadku konieczności przeprowadzenia badań lub specjalistycznego leczenia, wystawiane jest skierowanie do szpitala na wizytę ze specjalistą.

Jak zapisać się do przychodni?

Każdy może zapisać się do przychodni - należy znaleźć przychodnię znajdującą się blisko miejsca zamieszkania i zapytać o możliwość rejestracji.

Informacje o przychodniach można znaleźć na:
www.nhs.uk/service-search/find-a-gp

Jeśli potrzebna jest pomoc, należy zadzwonić do Healthwatch na numer telefonu **300 77 77 007** lub wysłać mail: enquiries@healthwatchliverpool.co.uk lub zadzwonić do Social Inclusion Team na numer telefonu **0151 296 7433** lub wysłać mail: siteam@merseycare.nhs.uk



W jaki sposób otrzymać pomoc z przychodni?

Do przychodni w Liverpoolu można dzwonić od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 18:30 (poza dniami wolnymi od pracy).

Większość przychodni wymaga rejestracji telefonicznej o godz. 8:00, która jest godziną otwarcia. Można wówczas umówić się na wizytę u lekarza lub pielęgniarki.

W trakcie rozmowy telefonicznej personel przychodni zada Ci kilka pytań, aby ustalić jakiego rodzaju wsparcia wymagasz. Wizyta może odbyć się twarzą w twarz lub przez telefon.

Większość przychodni świadczy usługi e-konsultacji - formularz po wypełnieniu którego można uzyskać pomoc w mniej nagłych przypadkach, znajduje się na stronach internetowych. Wypełnij formularz, a ktoś się z Tobą skontaktuje.

Niezbędną całodobową pomoc medyczną poza godzinami pracy poradni, można uzyskać dzwoniąc na numer **111** lub poprzez stronę: **111.nhs.uk**



Apteki

W aptekach pracują wykwalifikowani specjaliści ochrony zdrowia, którzy są ekspertami w leczeniu farmakologicznym.

Leki przepisane na receptę przez lekarza lub pielęgniarkę w przychodni, odbiera się w aptece.

Farmaceuci mogą również zaoferować porady, w jaki sposób najlepiej radzić sobie z codziennymi problemami zdrowotnymi i mniejszymi obrażeniami.

W jaki sposób otrzymać pomoc w aptece?

W Liverpoolu znajduje się ponad 100 aptek. Wiele z nich jest otwartych od wczesnych godzin porannych do późna oraz w weekendy.

Możesz skorzystać z każdej apteki. Nie trzeba umawiać się na wizytę - można po prostu przyjść po poradę.

Informację o najbliższej aptece i godzinach otwarcia można znaleźć na stronie: **www.nhs.uk/find-a-pharmacy**



Przychodnie NHS Typu Walk-In

Przychodnie NHS typu walk in zapewniają bezpłatne porady i leczenie mniejszych obrażeń i schorzeń. Na przykład:

- infekcji i wysypki
- skaleczeń, siniaków i nadwyrężeń
- kaszlu
- mniejszych poparzeń
- objawów grypowych
- bólów brzucha
- bólu ucha
- bólu gardła

W jaki sposób otrzymać pomoc w przychodni typu walk-in?

Wszystkie przychodnie typu walk-in w Liverpoolu są otwarte w godzinach od 8:00 do 20:00, siedem dni w tygodniu (w tym w wolne dni od pracy). Nie trzeba umawiać się na wizytę - wystarczy przyjść i poczekać na przyjęcie.

Najbliższy punkt można znaleźć na stronie:

www.merseyscare.nhs.uk/walkincentres

Martwisz się o swoje dziecko?

Na stronie Szpitala dziecięcego Alder Hey znajduje się zakładka tzw. symptom checker], gdzie rodzice mogą informacje o częstych objawach u dziecka oraz gdzie i kiedy szukać pomocy.

Odwiedź stronę www.alderhey.nhs.uk, aby sprawdzić jak to działa.



NFZ (NHS) 111

NHS 111 to linia, pod którą można uzyskać poradę medyczną w nagłych niezagrażających życiu problemach zdrowotnych.

Zespół wyszkolonych pracowników ochrony zdrowia jest zawsze gotowy do udzielenia porady lub skierowania Cię do lokalnego punktu świadczącego usługi zdrowotne, jeśli nie wiesz, gdzie się udać.

W jaki sposób działa numer 111?

Wizyta może odbyć się w formule twarzą w twarz lub przez telefon. W zależności od sytuacji:

- Dowiesz się, gdzie w swojej okolicy uzyskasz pomoc
- Umówiona zostanie dla Ciebie wizyta u lekarza ogólnego, jeśli Twoja przychodnia będzie zamknięta
- W razie potrzeby, umówiona dla Ciebie zostanie wizyta w szpitalu lub na oddziale pogotowia ratunkowego
- Dowiesz się, jak zdobyć potrzebne leki
- Otrzymasz poradę jak zapewnić sobie leczenie w warunkach domowych.

Wejdz na stronę: 111.nhs.uk w celu uzyskania pomocy lub zadzwoń na numer telefonu **111**. Usługa jest dostępna 24 godziny, siedem dni w tygodniu.



Pogotowie Ratunkowe (A&E)

Na oddziały pogotowia ratunkowego przyjmowani są pacjenci w sytuacjach zagrażających życiu. Na przykład w razie:

- utraty przytomności
- ataku serca
- udaru
- trudności z oddychaniem
- rozległych i trudnych do zatamowania krwawień
- rozległych poparzeń
- mniejszych urazów powstałych np. w wyniku wypadku drogowego

W jaki sposób otrzymać pomoc w nagłych przypadkach?

W sytuacji zagrożenia życia, należy zadzwonić na numer 999 po karetkę pogotowia lub natychmiast udać się do najbliższego oddziału pogotowia ratunkowego przy szpitalu.

Szpitaly Royal Liverpool University Hospital oraz Aintree University Hospital prowadzą oddziały pogotowia ratunkowego dla osób dorosłych.

W dziecięcym szpitalu Alder Hey znajduje oddział pogotowia ratunkowego dla dzieci w wieku do 16 lat.

Wszystkie oddziały pogotowia ratunkowego są czynne 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu, 365 dni w roku.



Stomatolog

Dentyści prowadzą regularne kontrole i leczenie jamy ustnej, zębów i dziąseł, aby były zdrowe i wolne od bólu.

W jaki sposób otrzymam pomoc dentysty?

Aby uzyskać szybki dostęp do opieki stomatologicznej w przypadku nagłej potrzeby, nie trzeba się rejestrować.

Jeśli odczuwasz ból i szybko potrzebujesz pomocy, należy zadzwonić na linię pomocy stomatologicznej **0161 476 9651** (od poniedziałku do piątki w godzinach od 8:00 do 18:00) lub na NHS 111 o każdej porze.

Czy opieka stomatologiczna jest odpłatna?

Większość osób płaci za leczenie u dentysty NHS. Nie trzeba płacić za leczenie u dentysty NHS jeśli:

- masz mniej niż 18 lat
- masz mniej niż 19 lat i uczysz się w pełnym wymiarze godzin
- jesteś w ciąży lub w ciągu ostatnich 12 miesięcy urodziłaś dziecko
- jesteś objęty/-a opieką stomatologiczną w szpitalu w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia
- otrzymujesz świadczenia z powodu niskich dochodów



Martwisz się, boisz się lub masz obniżony nastrój?

Narodowy Fundusz Zdrowia świadczy usługi w zakresie zdrowia fizycznego, ale zapewnia również wsparcie osobom z problemami psychicznymi. Na przykład, jeśli:

- miewasz stany lękowe lub coś Cię martwi
- masz problemy ze snem
- odczuwasz przygnębienie lub masz obniżony nastrój
- czujesz, że sobie nie radzisz
- odczuwasz stres z powodu swoich problemów

W jaki sposób otrzymać wsparcie?

Jeśli potrzebujesz wsparcia i porady w związku z problemami emocjonalnymi, skontaktuj się z lekarzem ogólnym.

Jeśli Ty lub ktoś, kogo znasz, ma trudności i wymaga natychmiastowej pomocy, zadzwoń na bezpłatny numer w nagłych przypadkach o każdej porze:

- Dla dorosłych - 0800 145 6570
- Dla dzieci - 0808 196 3550

Zdrowie Seksualne

Kliniki zdrowia seksualnego oferują szybki i łatwy dostęp do porady i pomocy w problemach zdrowia seksualnego. Na przykład, jeśli potrzebujesz:

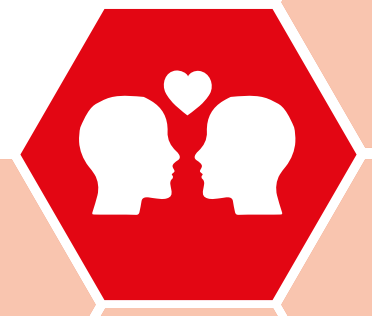
- antykoncepcji lub antykoncepcji awaryjnej
- badań i pomocy w przypadku wystąpienia infekcji
- badania ciążyowego
- porady o problemach związanych z seksem
- wsparcia w zakresie HIV

Porady i leczenie są bezpłatne i całkowicie poufne.

W jaki sposób otrzymać pomoc?

Axess zapewnia usługi w poradniach seksuologicznych w Liverpoolu, z czego jedna znajduje się w Royal Liverpool Hospital. Oferuje porady i badania online.

Więcej informacji lub aby umówić wizytę wejdź na stronę: www.axess.clinic



Pomoc w komunikacji?

Jeśli potrzebujesz pomocy w komunikacji podczas korzystania z usług NHS, możesz poprosić o wsparcie tłumacza ustnego.

Wszystkie usługi NHS muszą zapewnić tłumacza ustnego - należy jedynie poprosić pracownika personelu.

Jeśli napotkasz trudności z uzyskaniem pomocy, możesz napisać na adres e-mail: liverpool.involvement@nhs.net

Wymagasz tej informacji w innym formacie lub języku?

Jeśli wymagasz tej informacji w innym języku lub formacie, prosimy o kontakt na adres mail: liverpool.involvement@nhs.net lub telefon na numer **(0151) 247 6406** lub wysłać wiadomość tekstową na numer **07920 206 386**.

