

NHS'i kullanmak

Ulusal Sağlık Hizmeti (NHS), Birleşik Krallık'ın kamu sağlık hizmeti sistemidir. NHS, Birleşik Krallık'ta ikamet eden herkes, sığınmacılar, göçmenler, geçici oturma iznine sahip olanlar, bazı reddedilmiş sığınmacılar ve insan kaçakçılığı mağdurları için ücretsizdir.

Ücretsiz NHS hizmetlerine doktor muayenesi, tahlil yaptırmak, hastanede tedavi ve acil bakım dâhildir. Sağlık hizmetlerinin ücretli olan tek kısmı diş bakımı ve ilaçlardır ancak düşük geliri insanlar bu harcamalar için yardım alabilir.

Belirli vize türü sahipleri dâhil normalde Birleşik Krallık'ta ikamet etmeyenler için hastane bakımı ücretlidir.

Aile Hekimlikleri (GP)

Bir aile hekimliği (GP olarak da bilinir) Birleşik Krallık'ta sağlık sorunu olduğunda genelde gidilecek ilk adrestir. Hastaneler yalnızca planlanmış randevular ya da acil durumlar için kullanılmalıdır.

Bir aile hekimliği kadrosunda doktorlar (pratisyen hekimler yani GP'ler), hemşireler ve diğer sağlık bakım uzmanları bulunmaktadır. Bir aile hekimliği birçok genel sağlık sorununu tedavi edebilir ve uzun vadeli hastalıkları yönetmenize yardımcı olabilir. Eğer tahlile ya da uzman tedavisine ihtiyacınız varsa bir uzman doktora muayene olmak için hastaneye gitmenizi sağlayabilirler.

Bir aile hekimliğine nasıl kaydolurum?

Herkes bir aile hekimliğine kayıt yaptırabilir. Tek yapmanız gereken yaşadığınız yere yakın bir tanesini bulup kayıt yapmalarını istemektir.

Aile hekimliğini www.nhs.uk/service-search/find-a-gp adresinden bulabilirsiniz.

Bu konuda yardıma ihtiyacınız olursa **0300 77 77 007** numaralı telefonda Healthwatch'ı arayabilir, enquiries@healthwatchliverpool.co.uk adresine e-posta yollayabilirsiniz ya da **0151 296 7433** numaralı telefonda Social Inclusion Team'i arayabilir, siteam@merseycare.nhs.uk adresine e-posta yollayabilirsiniz.

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

Aile hekimliğimden nasıl yardım alabilirim?

Liverpool'daki aile hekimlikleri ile Pazartesi-Cuma günleri saat 08.00 ile 18.30 arasında iletişime geçebilirsiniz. (resmî tatiller hariç).

Çoğu aile hekimliği, bir doktor veya hemşireden randevu talep etmek için, hastalarının klinik sabah saat 08.00'de ilk açıldığında aramasını rica etmektedir.

Aile hekimliğinizi aradığınızda size en iyi şekilde nasıl yardımcı olabileceklerine karar vermek için bazı sorular soracaklardır. Randevu yüz yüze ya da telefonda olabilir.

Çoğu aile hekimliğinin web sitesinde daha az acil sorunlara yardım için kullanılan bir form olan eConsult bulunmaktadır. Bunu doldurmanız yeterlidir; birisi sizinle bağlantıya geçecektir.

Aile hekimliğiniz kapalı olduğunda yardım almak için **111**'i arayabilir ya da herhangi bir zaman **111.nhs.uk** adresini ziyaret edebilirsiniz

Eczane

Eczanelerde ilaç konusunda uzman ve eğitimli sağlık profesyonelleri çalışmaktadır.

Aile hekimliğinizden bir doktor ya da hemşire size ilaç reçetesi verdiğinde ilaçlarınızı bir eczaneden alabilirsiniz.

Size gündelik sağlık sorunlarınızı ya da küçük yaralanmaları tedavi etmenin en iyi yollarına dair bolca tavsiyede bulunabilirler.

Bir eczaneden nasıl yardım alabilirim?

Liverpool'da 100'den fazla eczane mevcuttur. Bunların birçoğu hafta sonları dâhil, erken saatlerden geç saatlere kadar açıktır.

Herhangi bir eczaneyi kullanabilirsiniz. Randevuya gerek yok - tavsiye almak için uğramanız yeterlidir.

En yakınınızdaki eczaneyi ve açılış saatlerini bu adreste bulabilirsiniz: www.nhs.uk/find-a-pharmacy



NHS Randevusuz Tedavi Merkezi

NHS randevusuz tedavi merkezleri küçük yaralanmalar ve hastalıklar için ücretsiz tavsiye ve tedavi sunar. Örneğin:

- enfeksiyonlar ve döküntüler
- kesikler, morarmalar ve burkulmalar
- öksürük
- minör yanıklar
- grip benzeri belirtiler
- karın ağrısı
- kulak ağrısı
- boğaz ağrısı

Bir randevusuz tedavi kliniğinden nasıl yardım alabilirim?

Liverpool'daki tüm randevusuz tedavi merkezleri (resmî tatiller dâhil) haftanın yedi günü, 08.00-20.00 saatleri arasında açıktır. Randevuya ihtiyacınız yoktur, sadece içeri girip muayene edilmeyi bekleyin. Size en yakın randevusuz tedavi merkezini: www.merseycare.nhs.uk/walkincentres adresinden bulabilirsiniz.

Çocuğunuz için mi kaygılanıyorsunuz?

Alder Hey Çocuk Hastanesinin ebeveynlerin çocuklarda sık görülen belirtilerle, çocuğunuz için ne zaman ve nereden yardım aramanız gerektiğiyle ilgili bilgi bulmayı kolaylaştıran bir çevrim içi belirti kontrol hizmeti bulunmaktadır.

Denemek için www.alderhey.nhs.uk adresine gidin.



NHS 111

NHS 111 acil olan ama hayatı tehdit etmeyen tıbbi sorunlarınız varsa size yardımcı olabilecek, acil olmayan bir sağlık tavsiye hattıdır.

Eğitilmiş sağlık personellerinden oluşan kadrosu, sağlık tavsiyesi sunmak ve eğer nereye gideceğinizden emin değilseniz sizi doğru yerel hizmete yönlendirmek için daima hazırdır.

NHS 111 nasıl çalışır?

Belirteleriniz hakkında size çevrim içi ya da telefonda birtakım basit sorular sorulacaktır. Duruma göre şunlardan biri yapılacaktır:

- Size hangi yerel hizmetin yardım edebileceği verilecektir
- İhtiyaç duyduğunuz ilaç nasıl alacağınız söylenecektir
- Eğer aile hekimliğiniz kapandıysa bir aile hekimi randevusu verilecektir
- Durumu evinizde nasıl tedavi edeceğinize dair tavsiye verilecektir
- Gerekirse bir hastanenin acil servisi için randevu

NHS 111'den yardım almak için, 111.nhs.uk adresine gidebilir ya da **111**'i arayabilirsiniz. Bu hizmete haftanın yedi günü, 24 saat erişilebilir.



Hastane Acil Servisi (A&E)

Hastane acil servisi, yaşamı tehdit eden acil durumlar içindir.

Örneğin:

- bilinç kaybı
- kalp krizi
- inme
- solunum güçlükleri
- durdurulamayan ciddi
- kanama
- ciddi yanıklar ya da haşlanma
- trafik kazası gibi büyük yaralanmalar

Bir acil durumda nasıl yardım alabilirim?

Eğer birinin hayatı tehlikedeyse 999'dan ambulans çağırmanız ya da en yakındaki hastanenin acil servisine gitmeniz gerekmektedir.

Royal Liverpool Üniversite Hastanesinde ve Aintree Üniversite Hastanesinde yetişkinler için acil servis departmanları mevcuttur.

Alder Hey Çocuk Hastanesinde 16 yaş ve altı çocuklar için de bir acil servis bulunmaktadır.

Tüm acil servisler günde 24 saat, haftada yedi gün, yılda 365 gün açıktır.



Diş hekimi

Diş hekimleri ağızınızı, dişlerinizi ve diş etlerinizi sağlıklı ve acısız tutmak için düzenli kontroller ve tedaviler sağlamaktadır.

Bir diş hekiminden nasıl yardım alabilirim?

Acil diş bakımı hizmeti almak için, bir diş hekimine kayıtlı olmanız şart değildir.

Acı çekiyorsanız ve acilen yardıma ihtiyacınız varsa Diş Yardım Hattını 0161 476 9651 numaralı telefonda arayabilir (Pazartesi'den Cumaya saat 08.00-18.00 arası) veya her zaman NHS 111'i arayabilirsiniz.

Diş bakımım için ücret ödemem gerekiyor mu?

Çoğu kişinin NHS diş tedavisi için ücret ödemesi gerekmektedir. Aşağıdakilerden biriyseniz NHS diş hizmetleri için ücret ödememeniz gerekmez:

- 18 yaş altındaysanız
- 19 yaş altındaysanız ve tam zamanlı eğitim görüyorsanız
- hamileyseniz ya da son 12 ay içinde doğum yaptıysanız
- bir NHS hastanesinde, hastanenin diş hekimi tarafından tedavi ediliyorsanız
- düşük gelir yardımları alıyorsanız



Endişeli, kaygılı ya da üzgün mü hissediyorsunuz?

NHS fiziksel sağlığınıza bakmanın yanı sıra duygusal sorunlarınızla mücadele etmek için destek bulmanıza da yardımcı olabilir. Örneğin şu şekilde hissediyorsanız:

- endişeli veya kaygılıysanız
- uyuyamıyorsanız
- kederli veya moralsizseniz
- ve bunlarla başa çıkamıyorsanız.
- sorunlarınız yüzünden stres altındaysanız

Nasıl yardım alabilirim?

Eğer duygusal sorunlarla ilgili desteğe ve tavsiyeye ihtiyaç duyarsanız aile hekiminizle görüşebilirsiniz.

Eğer siz ya da tanıdığınız biri sıkıntı çekiyorsa ve acilen yardıma ihtiyaç duyuyorsa ücretsiz acil destek hattını her zaman arayabilirsiniz:

- Yetişkinler için - 0800 145 6570 numarasını arayın
- Çocuklar için - 0808 196 3550 numarasını arayın

Cinsel Sağlık

Cinsel sağlık klinikleri, cinsel sağlık sorunlarına tavsiye ve desteğe hızlı ve kolay erişim sağlamaktadır. Örneğin şunlara ihtiyacınız varsa:

- doğum kontrolü ve acil durum gebelikten korunma
- cinsellikle ilgili sorunlarda tavsiye
- enfeksiyon testi ve tedavisi
- HIV desteği.
- gebelik testi

Tüm tavsiye ve tedavi ücretsiz ve tümüyle gizlidir.

Nasıl yardım alabilirim?

Axess, Liverpool'da, Royal Liverpool Hastanesi de dâhil olmak üzere cinsel sağlık klinikleri sunan bir hizmettir. Aynı zamanda tavsiye ve çevrim içi tahlil hizmetleri sunmaktadır.

Daha fazla bilgi edinmek ya da randevu almak için www.axess.clinic adresini ziyaret edebilirsiniz.



İletişim konusunda yardıma mı ihtiyacınız var?

Herhangi bir NHS sağlık hizmetini kullanırken iletişimde yardıma ihtiyaç duyarsanız her an tercüman talep edebilirsiniz.

Tüm NHS hizmetleri tercüman sağlamak zorundadır, lütfen bir çalışana sorunuz.

Eğer bu yardımı almakta zorlanıyorsanız lütfen şu adrese e-posta gönderin: liverpool.involvement@nhs.net

Bu bilgiye farklı bir formatta ya da dilde mi ihtiyacınız var?

Bu bilgiye başka bir dilde ya da formatta ihtiyacınız varsa lütfen liverpool.involvement@nhs.net adresine e-posta gönderin, (0151) 247 6406 numaralı telefonu arayın ya da 07920 206 386 numaralı telefona kısa mesaj atın.

