



Как да получите помощ за вашето здраве в Североизточен Лондон



За това ръководство

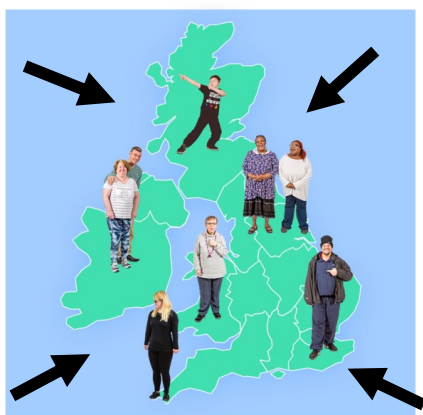


В това ръководство сме използвали думи, които не всеки ще разбере. Написали сме тези думи с **удебелен шрифт** и ще обясним какво означават.



NHS CARE

Националната здравна служба (NHS) предоставя безплатни здравни услуги на всички лица, живеещи в Обединеното кралство.

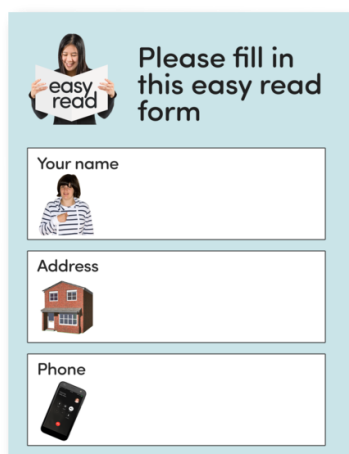


Това включва всеки, който е дошъл от друга страна, за да живее в Обединеното кралство.



Тази информация ще ви каже откъде можете да получите помощ, ако не се чувствате добре.

Как да използвате NHS



Please fill in this easy read form

easy read

Your name

Address

Phone

За да използвате по-добре услугите на NHS, трябва да се **регистрирате** в кабинета на вашия местен лекар.

Да се „регистрирате“ означава да дадете информация за вас във формуляр и да бъдете добавени в списък

FREE



Регистрирането е безплатно и не се нуждаете от адрес.



Трябва да бъдете регистрирани само ако е необходимо да посетите лекар (Личен лекар).



За повече помощ относно регистрирането, посетете: www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

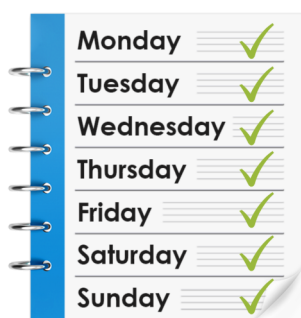
Лекарският кабинет



Вашият лекар (Личен лекар) обикновено е първото лице, с което трябва да се свържете, ако се притеснявате за вашето здраве или здравето на вашето дете.



Можете да си запишете час на неговия/нейния уебсайт или приложението на NHS на вашия телефон или таблет, или да му/й се обадите. Посещенията могат да бъдат присъствени или по телефона.



Тоя/тя може да ви насрочи посещения вечер, през уикенда или в почивен ден.



Ако не говорите английски език, не чувате или разбирате трудно, с вас може да има някой на посещенията, който ще ви помогне да разберете. Това може да бъде уредено за вас от кабинета на вашия лекар.

Аптека



Фармацевтите са хора, които ви дават лекарства и съвети, ако вие или вашето дете не сте добре.



Те могат да ви помогнат при здравословни проблеми, като кашлица, настинки, коремни неразположения, болки.



Много аптеки работят до късно и през почивните дни. Нямаме нужда от насрочен час.



Можете да намерите аптека близо до вас, като посетите: www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

Посещение при лекар вечерно време и през уикендите



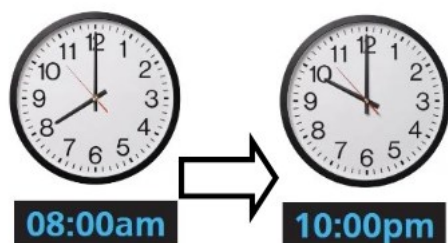
Кабинетите на повечето общопрактикуващи лекари са затворени вечер и през почивните дни, но вие или вашето дете все още можете да си насрочите час за лекар през този период.



Свържете се с кабинета на вашия лекар или ако е затворен, обадете се на NHS 111, за да насрочите тези посещения.



В Barking и Dagenham, Havering и Redbridge можете също да получите помощ при леки наранявания и заболявания в нашите центрове за спешно лечение в Barking Community Hospital и Harold Wood Polyclinic.



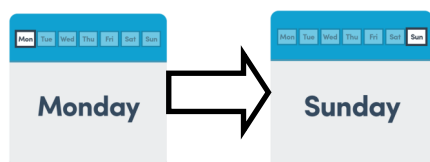
Те са отворени от 8 сутринта до 22 часа седем дни в седмицата.

Можете да се обадите на NHS 111, за да насрочите час или да

влезете и да изчакате да ви видят.

Не е необходимо да имате

регистрация при личен лекар.



NHS 111



Ако вие или вашето дете се нуждаете от спешна медицинска консултация, можете да посетите www.111.nhs.uk или да се обадите на 111.

„Спешна“ означава, че трябва да ви прегледат бързо.

NHS 111 може:



- Да ви каже къде да потърсите помощ
- Да ви помогне да намерите повече информация
- Да ви каже откъде да получите лекарства
- Да ви даде съвет
- Да ви запише час при лекар или спешен зъболекар
- Може да ви изпрати в приемен център или болница

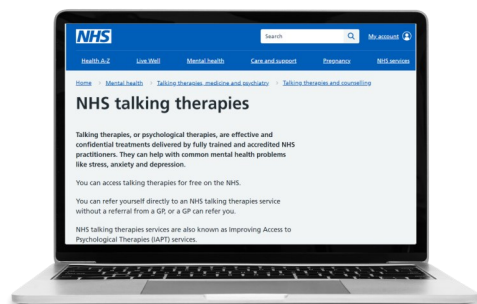


Най-добре е да посетите www.111.nhs.uk или да се обадите на 111, преди да отидете в болница, ако заболяването ви не е животозастрашаващо.

„Животозастрашаващо“ означава, че може да умрете, ако не получите помощ.



Психично здраве



За да говорите с някого за вашето психично здраве, можете да се обадите на вашия лекар или да посетите: www.nhs.uk/talkingtherapies



При спешен случай във връзка с психичното здраве се обадете на NHS 111 и изберете опция 2

999 и болнични спешни случаи



Трябва да се обадите на 999 или да отидете в болница само ако някой е сериозно болен или ранен и животът му/й може да бъде изложен на риск.



Трябва да се обадите бързо на 999, ако вие или друго лице имате инфаркт или инсулт, или сте претърпели сериозен инцидент.



Повече информация



Научете повече, като посетите
www.northeastlondon.icb.nhs.uk