

Prostredníctvom NHS

Národná zdravotná služba (National Health Service - NHS) je verejný zdravotný systém Spojeného kráľovstva. NHS môžu bezplatne využívať všetci ľudia s bydliskom v Spojenom kráľovstve, ako aj žiadatelia o azyl, utečenci, ľudia s povolením na dočasný pobyt, niektorí ľudia so zamietnutou žiadosťou o azyl a obeť obchodovania s ľuďmi.

Bezplatná starostlivosť v systéme NHS zahŕňa návštevy lekára, absolvovanie vyšetrení, nemocničnú liečbu a urgentnú starostlivosť. Platí sa len za dentálne výkony a za lieky, ale ľudia s nízkym príjmom môžu získať pomoc pri úhrade týchto nákladov.

Ľudia, ktorí nemajú zvyčajné bydlisko v Spojenom kráľovstve, napríklad ľudia s určitými typmi víz, budú platiť aj za nemocničnú starostlivosť.

Ambulancia všeobecného lekára

Ambulancia všeobecného lekára (niekedy sa nazýva ordinácia všeobecného lekára) je obvyčajne prvým miestom, ktoré by ste mali navštíviť, ak máte v Spojenom kráľovstve zdravotný problém. Nemocnice by sa mali využívať len na plánované vyšetrenia a v situáciách, ktoré neznesú odklad.

V ambulancii všeobecného lekára pracujú lekári (známi ako všeobecní lekári - general practitioners - GPs), zdravotné sestry a iní zdravotníci. V ambulancii všeobecného lekára liečia veľa bežných zdravotných problémov a pomôžu vám udržiavať pod kontrolou choroby, na ktoré sa liečite dlhodobo. Keď potrebujete absolvovať vyšetrenia alebo špecializovanú liečbu, dokážu zariadiť, aby ste mohli ísť k špecialistovi do nemocnice.

Čo je potrebné spraviť, aby ma prijali do ambulancie všeobecného lekára?

Do ambulancie všeobecného lekára prijímú kohokoľvek. Stačí si nájsť ambulanciu v blízkosti bydliska a opýtať sa, či sa môžete u nich zaregistrovať. Ambulancie všeobecného lekára nájdete tu: www.nhs.uk/service-search/find-a-gp.

Ak s tým potrebujete pomôcť, zavolajte organizácii Healthwatch (Monitoring zdravia) na číslo **0300 77 77 007** alebo im napíšte email na adresu: enquiries@healthwatchliverpool.co.uk, prípadne zavolajte Tímu pre sociálnu inklúziu na číslo **0151 296 7433** alebo im pošlite email na adresu: siteam@merseycare.nhs.uk

The NHS logo, consisting of the letters 'NHS' in a bold, white, sans-serif font inside a blue hexagonal shape.

Ako postupovať, keď potrebujem využiť služby ambulancie môjho všeobecného lekára?

Na ambulancie všeobecných lekárov v Liverpoole sa môžete obrátiť od pondelka do piatka v čase od 8.00 do 18.30 (s výnimkou sviatkov).

Ak sa chce pacient objednať k lekárovi alebo zdravotnej sestre, vo väčšine ambulancií platí, že musí volať o 8.00 hod., keď sa ambulancia otvára.

Keď zavoláte do ambulancie svojho všeobecného lekára, zamestnanci sa vás opýtajú pár otázok, na základe ktorých sa budú vedieť rozhodnúť, akým spôsobom vám budú vedieť najlepšie pomôcť. Na vyšetrenie vás môžu pozvať osobne, alebo ho urobiť po telefóne.

Väčšina ambulancií všeobecných lekárov poskytuje aj službu eConsult - majú na stránke formulár, prostredníctvom ktorého vám pomôžu s menej naliehavými problémami. Len ho vyplníte a niekto sa s vami spojí.

Ak potrebujete pomoc, keď je ambulancia vášho všeobecného lekára zatvorená, môžete kedykoľvek zavolať na číslo **111** alebo ísť na stránku **111.nhs.uk**.



Lekáreň

V lekárni pracujú vyškolení zdravotníci, ktorí sú odborníkmi na lieky.

Keď vám lekár alebo zdravotná sestra v ambulancii vášho všeobecného lekára dajú recept na lieky, vyberiete si ich v lekárni.

Vedia vám tam poskytnúť aj veľa rád, ako najlepšie liečiť bežné zdravotné problémy alebo malé poranenia.

Ako postupovať, keď potrebujem využiť služby lekárne?

V Liverpoole je viac ako 100 lekární. Mnoho z nich je otvorených od skorého rána do neskorých hodín, a aj cez víkend.

Môžete ísť do ktorejkoľvek lekárne. Netreba sa objednávať - len vojdete a požiadate o radu.

Najbližšiu lekáreň a jej otváracie hodiny nájdete tu: www.nhs.uk/find-a-pharmacy



Zdravotné centrum NHS

Zdravotné centrá NHS poskytujú bezplatné rady a liečbu nezávažných poranení a chorôb. Ak máte napríklad:

- infekcie a vyrážky,
- kašeľ,
- príznaky podobné chrípke,
- bolesti uší,
- bolesti hrdla,
- rezné rany, modriny a natiahnutia,
- nezávažné popáleniny,
- bolesti žalúdka

Ako postupovať, keď potrebujem využiť služby zdravotného centra?

Všetky zdravotné centrá v Liverpoole sú otvorené v čase od 8.00 do 20.00, sedem dní v týždni (aj počas sviatkov). Nemusíte sa objednávať - len prídete a budete čakať, kým vás vyšetria.

Najbližšie zdravotné centrum nájdete tu:

www.merseyscare.nhs.uk/walkincentres

Máte obavy o svoje dieťa?

Detská nemocnica Alder Hey má online službu kontroly príznakov, ktorá má pomôcť rodičom získať informácie o bežných príznakoch u detí, ako aj informácie, kedy už dieťa potrebuje pomoc a kde ju hľadať. Vyskúšať si ju môžete na stránke www.alderhey.nhs.uk



NHS 111

je telefónna linka zdravotného poradenstva pre prípady, ktoré netreba riešiť okamžite. Pomôžu vám, ak máte naliehavý zdravotný problém, ktorý ale nie je život ohrozujúci.

Tím vyškolených zdravotníkov je vždy k dispozícii. Poradia vám ohľadne zdravotných záležitostí alebo vás nasmerujú do správneho miestneho zdravotného centra, ak nevíete, kam presne ísť

Ako NHS 111 funguje?

Online alebo telefonicky sa vás opýtajú niekoľko jednoduchých otázok k príznakom, ktoré máte. V závislosti od vašej situácie vám:

- povedia, kto vo vašej oblasti vám pomôže,
- dajú termín u všeobecného lekára, ak je ambulancia vášho lekára zatvorená,
- dajú v prípade potreby termín na pohotovosti v nemocnici,
- povedia, kde zohnať liek, ktorý potrebujete,
- poradia, ako sa liečiť doma

Ak potrebujete pomoc od NHS 111, navštívte stránku 111.nhs.uk alebo zavolajte na číslo **111**. Služba je k dispozícii 24 hodín denne, sedem dní v týždni.



Pohotovosť v nemocnici (A&E)

Pohotovosť v nemocnici slúži pre neodkladné, život ohrozujúce prípady. Ako je napríklad:

- strata vedomia, nedá zastaviť,
- srdcový infarkt, • závažné popáleniny alebo obareniny,
- mŕtvica,
- dýchacie ťažkosti, • veľké zranenia, napríklad následkom havárie.
- závažné krvácanie, ktoré sa

Ako postupovať, keď potrebujem pomoc v naliehavej situácii?

Keď je niekto v ohrození života, mali by ste vytočiť číslo 999 a zavolať sanitku alebo ísť rovno na pohotovosť do najbližšej nemocnice.

Pohotovosť pre dospelých je v Kráľovskej univerzitnej nemocnici v Liverpoole a v Univerzitnej nemocnici Aintree.

Pohotovosť pre deti vo veku 0 až 16 rokov je v detskej nemocnici Alder Hey.

Všetky pohotovosti sú otvorené 24 hodín denne, sedem dní v týždni, 365 dní v roku



Zubár

Zubári vykonávajú pravidelné kontroly a liečia ústa, zuby a ďasná. Takto vám ich pomáhajú udržiavať zdravé a bez bolesti

Ako mám postupovať, keď potrebujem využiť služby zubára?

Kvôli neodkladnému zubnému ošetrovaniu nemusíte byť registrovaný u zubára.

Ak máte bolesti a urýchlene potrebujete pomoc, môžete zavolať na linku dentálnej pomoci na číslo **0161 476 9651** (v pondelok až piatok 8.00 - 18.00 hod.) alebo môžete kedykoľvek zavolať na **NHS 111**.

Budem musieť za dentálnu starostlivosť platiť?

Väčšina ľudí musí platiť za dentálnu starostlivosť NHS. Za dentálnu starostlivosť NHS nemusíte platiť, ak:

- máte menej ako 18 rokov, mesiacoch narodilo dieťa,
- máte menej ako 19 rokov a ste študentom denného štúdia,
- ste tehotná alebo sa vám v posledných 12-tich
- vás ošetroval zubár v nemocnici NHS,
- dostávate prídavky k nízkemu príjmu



Cítite obavy, úzkosť alebo sklúčenosť?

NHS vám pomáha nielen so starostlivosťou o telesné zdravie, ale aj nachádzať podporu v prípade psychických problémov.

Napríklad ak pociťujete:

- obavy alebo úzkosť,
- smútok alebo sklúčenosť,
- stres kvôli vlastným problémom,
- neviete spať,
- nezvládáte svoj život

Ako mám postupovať, keď potrebujem pomoc?

Ak potrebujete pomôcť a poradiť ohľadne psychických problémov, obráťte sa na ambulanciu svojho všeobecného lekára.

Ak vy alebo niekto, koho poznáte, nezvláda svoj život a potrebuje okamžitú pomoc, môžete kedykoľvek zavolať na bezplatnú linku podpory pre naliehavé prípady:

- **Kvôli dospelým volajte na číslo 0800 145 6570,**
- **Kvôli deťom volajte na číslo 0808 196 3550**

Sexuálne Zdravie

Centrá sexuálneho zdravia ponúkajú rýchly a ľahký prístup k radám a podpore pri problémoch v oblasti sexuálneho zdravia.

Ak napríklad potrebujete:

- ochranu pred otehotnením alebo núdzovú antikoncepciu,
- testy na sexuálne prenosné choroby a ich liečbu,
- tehotenský test,
- rady ohľadne sexuálnych problémov,
- podporu kvôli ochoreniu AIDS

Všetky poskytnuté rady a liečba sú bezplatné a maximálne dôverné.

Ako postupovať, keď potrebujem pomoc?

Centrá sexuálneho zdravia v Liverpoole, vrátane jedného v Kráľovskej nemocnici v Liverpoole, zastrešuje služba Axess. Rady a testovanie ponúkajú aj online.

Ak potrebujete viac informácií alebo sa chcete objednať na vyšetrenie, navštívte stránku: www.axess.clinic



Potrebujete pomoc s komunikáciou?

Ak potrebujete pri využívaní zdravotných služieb NHS pomôcť s komunikáciou, môžete kedykoľvek požiadať o tlmočníka.

Všetky služby NHS vám ho musia poskytnúť - stačí požiadať jedného zo zamestnancov.

Ak budete mať ťažkosti získať tlmočníka, pošlite nám email na adresu: liverpool.involvement@nhs.net

Potrebujete tieto informácie v inom formáte alebo jazyku?

Ak potrebujete tieto informácie v inom jazyku alebo formáte, pošlite email na adresu: liverpool.involvement@nhs.net zavolajte na číslo **(0151) 247 6406** alebo pošlite SMS na číslo **07920 206 386**.

