



## Adeegsiga NHS-ta

Adeegga Caafimaadka Qaranka (NHS) waa nidaamka daryeelka caafimaadka dadweynaha ee Boqortooyada Midowday. NHS-tu waa u xor inay u adeegsato dhamaan dadka degan UK, iyo magangalyo doonka, qaxootiga, dadka haysta fasaxa ku meel gaadhka ah ee ay ku joogaan, qaar diiday magangalyadoonka, iyo dhibanayaasha ka ganacsiga.

Daryeelka NHS-ta ee bilaashka ah waxaa ka mid ah la kulanka dhaqtar, baaris, daaweyn isbitaal, iyo helitaanka daryeel degdeg ah. Daryeelka caafimaad ee kaliya ee kharash lagaga qaadayaa waa daryeelka ilkaha iyo daawooyinka, laakiin dadka dakhligoodu yar yahay waxay heli karaan caawimaad kharashyadan.

Dadka aan sida caadiga ah deganayn Boqortooyada Midowday (UK), oo ay ku jiraan kuwa fiisaha qaarkood ku jira, daryeelka cusbitaalka ayaa sidoo kale yeelan doona kharash.

## Dhaqtarka GP-ga

Dhaqtarka GP-ga (oo mararka qaarkood loo yaqaanno GP-ga) badanaa waa meesha ugu horeysa ee lagu tago dhibaato caafimaad gudaha UK. Isbitaallada waa in loo isticmaalo oo keliya ballamaha la qorsheeyay, ama xaaladaha degdegga ah.

Kooxda GP-ga waxa ka mid ah takhaatiir (oo loo yaqaan Dhakhaatiirta Guud ama GP-yada), kalkaaliyayaal, iyo khubarada kale ee daryeelka caafimaadka.

Dhaqtarka GP-ga wuxuu daweyn karaa dhibaatooyin badan oo caafimaad oo guud, wuxuuna kaa caawin karaa inaad maareyso xaalad kasta oo mustaqbalka fog ah. Haddii aad u baahan tahay baaritaan ama daaweyn takhasus leh, waxay kuu diyaarin karaan inaad aaddo isbitaal si aad u aragto takhasusle.

## Sideen ugu biiri karaa GP-ga?

Qof kastaa wuu ku biiri karaa rugta GP-ga - kaliya hel mid kuu dhow meesha aad ku nooshahay oo weydii isdiwaangelinta.

Waxaad ka heli kartaa rugta GP-ga:

[www.nhs.uk/service-search/find-a-gp](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-gp)

Haddii aad u baahan tahay caawimo tan, wac Healthwatch **0300 77 77 007** ama iimayl u dir: [enquiries@healthwatchliverpool.co.uk](mailto:enquiries@healthwatchliverpool.co.uk) ama Kooxda Ku darista Bulshada **0151 296 7433** ama iimayl: [siteam@merseycare.nhs.uk](mailto:siteam@merseycare.nhs.uk)

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

## Sideen caawimaad uga heli karaa GP-gayga?

Takhaatiirta GP-ga ee Liverpool waxaa lala xiriiri karaa Isniinta ilaa Jimcaha, inta u dhaxaysa 8 subaxnimo iyo 6.30 galabnimo (marka laga reebo maalmaha fasax yadda).

Si aad u codsato ballan dhakhtarka ama kalkaalisada, badiyaa dhaqaatiirta GP-ga waxay bukaankooda uga baahan yihiin inay soo wacaan 8 subaxnimo marka ugu horreysa ee qaliinka la furo.

Markaad wacdo xarunta GP-gaaga, kooxdu waxay ku waydiin doontaa su'aalo si ay uga caawiyaan inay go'aan ka gaaraan sida ugu fiican ee lagu caawin karo. Ballantu waxay noqon kartaa fool ka fool, ama telefoon.

Inta badan xarumaha GP-ga waxay sidoo kale leeyihiin eConsult - foom ku yaal shabakadooda si looga caawiyo dhibaatooyinka degdega ah ee yar. Kaliya buuxi, oo qof ayaa la xiriiri doona.

Caawimada marka uu GP-gaaga xiran yahay, waxaad wici kartaa **111** ama aad tagtaa: **111.nhs.uk** wakhti kasta.



## Farmashiyaha

Farmashiyaha (sidoo kale loo yaqaan farmashiistaha) waxaa ka shaqeeya xirfadlayaal caafimaad oo tababaran oo khabiiro ku ah daawooyinka.

Marka dhakhtarka ama kalkaalisada rugta GP-gaaga uu ku siiyo warqad daawooyin ah, waxaad ka soo qaadanaysaa farmashiyaha.

Waxay sidoo kale ku siin karaan talooyin badan oo ku saabsan hababka ugu wanaagsan ee lagu daweyn karo dhibaatooyinka caafimaad ee maalinlaha ah ama dhaawacyada fudud.

## Sideen caawimaad uga heli karaa farmashiyaha?

In ka badan 100 farmasi ayaa ku yaal Liverpool. Kuwo badan ayaa furan goor hore ilaa goor dambe, iyo maalmaha fasaxa ah sidoo kale.

Waxaad isticmaali kartaa farmashi kasta. Ballan looma baahna - kaliya soo gal si aad talo u hesho.

Ka hel farmashiyaha kuugu dhow iyo wakhtiyada furitaanka:  
[www.nhs.uk/find-a-pharmacy](http://www.nhs.uk/find-a-pharmacy)



## Carunta NHS ee BALLAN LA'AANTA AH

Xarumaha NHS-ta ee Balan la'aanta ah waxay bixiyaan talo iyo daawayn bilaash ah dhaawacyada fudud iyo jirrooyinka. Tusaale ahaan:

- caabuqa iyo finan
- dhuun xanuun
- qufaca
- gooyn, nabarro iyo cadaadis
- calaamadaha hargabka oo kale
- gubasho yaryar
- calool xanuun
- dhego xanuun

## Sideen caawimaad uga heli karaa xarunta la-socoshada?

Dhammaan xarumaha laga galo ee Liverpool waxay furan yihiin inta u dhaxaysa 8 subaxnimo iyo 8 galabnimo, todobada maalmood ee usbuuca (oo ay ku jiraan fasaxyada bangiyada). Uma baahnid ballan - kaliya soo gal oo sug in lagu arko. Ka hel xarunta kuugu dhow: [www.merseycare.nhs.uk/walkincentres](http://www.merseycare.nhs.uk/walkincentres)

## Ma ka welwelsan tahay ilmahaaga?

Cisbitaalka Carruurta ee Alder Hey waxa uu leeyahay calaamad online ah oo ka caawisa waalidiinta in ay helaan macluumaadka ku saabsan calaamadaha caamka ah ee carruurta, iyo meesha iyo goorta aad caawimaad u raadsanayso ilmahaaga.

Aad [www.alderhey.nhs.uk](http://www.alderhey.nhs.uk) si aad isugu daydo.



## NHS 111

NHS 111 waa khadka talobixin caafimaad oo aan degdeg ahayn kaas oo ku caawin kara haddii aad qabto dhibaato caafimaad oo degdeg ah, laakiin maaha mid nafta halis gelinaysa.

Kooxdooda xirfadlayaal caafimaad oo tababaran ayaa had iyo jeer gacanta ugu jira inay ku siiyaan talo caafimaad ama ku toosiyaan adeega caafimaadka deegaanka ee saxda ah haddii aadan hubin meesha aad aadi karto.

## Sidee NHS 111 u shaqeysaa?

Waxaa lagu weydiin doonaa su'aalo fudud oo ku saabsan calaamadahaaga onlayn ama taleefoon. Iyadoo ku xiran xaaladda, waxaad sameyn doontaa:

- Laguu sheego waxa adeega deegaanku ku caawin karo
- Ballan lagaa siiyo GP-ga haddii rugtaadu xiran tahay
- Ballan lagaa siiyo qaybta A&E ee cisbitaalka haddii loo baahdo
- Laguu sheego sida loo helo daawo kasta oo aad u baahan tahay
- Hel talo ku saabsan sida aad naftaada ugu daaweyn lahayd xaaladda guriga

Si aad caawimo uga hesho NHS 111, waxaad aadi kartaa: [111.nhs.uk](http://111.nhs.uk) ama wac **111**. Adeeggu waxa uu diyaar yahay 24 saac maalintii, todobo maalmood todobaadkii.



## Shilka Isbitaalka & Degdegga AH (A&E)

Shilka isbitaalka iyo waaxda degdega ah (A&E) waxaa loogu talagalay xaaladaha degdega ah ee nafta halis gelinaya.

Tusaale ahaan:

- miyir beelid
- neefsashada oo ku adkaata
- wadne xanuun
- gubasho daran ama gubasho
- istarooroga
- dhaawacyo waaweyn sida shil baabuur
- dhiigbax daran oo aan la joojin karin

### Sideen ku heli karaa caawimo xaalad degdeg ah?

Haddii nafta qof ay khatar ku jirto, waa inaad wacdaa 999 ambalaas ama aad si toos ah u aado qaybta A&E ee kuugu dhow.

Waxaa jira waaxyo A&E oo qaangaar ah oo ku yaal Isbitaalka Jaamacadda Royal Liverpool iyo Isbitaalka Jaamacadda Aintree ee dadka waaweyn.

Waxa kale oo jira waax A&E oo loogu talagalay carruurta da'doodu tahay 16 iyo kuwa ka hooseeya ee Alder Hey Children's Hospital.

Dhammaan waaxaha A&E waxay furan yihiin 24 saacadood maalintii, todobada maalmood ee usbuuca, 365 maalmood sanadkii



## Dhakhatarka ilkaha

Dhakhaatiirta ilkuhu waxay bixiyaan baaritaanno joogto ah iyo daaweyn si ay kaaga caawiyaan in afkaaga, ilkahaaga iyo ciridkaagu ay noqdaan kuwo caafimaad qaba oo aan xanuun lahayn.

### Sideen caawimaad uga helaa dhakhtarka ilkaha?

Uma baahnid inaad iska diiwaan geliso dhakhtarka ilkaha si aad u hesho daryeelka ilkaha ee degdega ah.

Haddii aad xanuun qabto oo aad u baahan tahay gargaar degdeg ah, waxaad wici kartaa Khadka Caawinta Ilkaha **0161 476 9651** (Isniin ilaa Jimcaha inta u dhaxaysa 8 subaxnimo - 6 galabnimo) ama waxaad wici kartaa **NHS 111** wakhti kasta.

### Ma bixinayaa kharashka daryeelka ilkahayga?

Dadka intooda badan waa inay bixiyaan kharashka daawaynta ilkaha ee NHS. Qasab kuguma aha inaad bixiso adeegyada daryeelka ilkaha ee NHS haddii aad:

- ka yar 18
- ka yar 19 iyo waxbarashada waqti-buuxa ah
- miyaad uur leedahay ama aad ilmo dhashay 12 bilood ee la soo dhaafay
- oo lagu daweynayo cisbitaalka NHS takhtarka ilkaha ee isbitaalka
- helitaanka faa'iidooyinka dakhligoodu yar yahay.



Dentist

## Dareenka walwal, murugo, mise dareen hooseya?

Iyo sidoo kale ilaalinta caafimaadkaaga jireed, NHS waxay sidoo kale kaa caawin kartaa inaad hesho taageero la tacaalida dhibaatooyinka shucuureed. Tusaale ahaan, haddii aad dareento:

- walaacsan ama walwal
- murugo ama niyad jab
- ay ku cadaadiyeen dhibaatooyinkaaga
- hurdo la'aan
- in aadan la qabsan karin

## Sideen ku heli karaa caawimo?

Haddii aad u baahan tahay taageero iyo talo dhibaatooyinka niyadda, la xidhiidh xarunta GP-gaaga.

Haddii adiga ama qof aad taqaan uu la halgamayo sidii uu ula qabsan lahaa oo uu u baahan yahay gargaar degdeg ah, waxaad wici kartaa khadka taageerada degdegga ah ee bilaashka ah wakhti kasta:

- **Dadka waaweyn - wac 0800 145 6570**
- **Carruurta - wac 0808 196 3550**

## Caafimaadka Galmada

Rugaha caafimaadka galmadu waxa ay si degdeg ah oo fudud u helaan talo iyo taageero dhibaatooyinka caafimaadka galmada. Tusaale ahaan, haddii aad u baahan tahay:

- ka hortagga uurka ama ka hortagga uurka ee degdega ah
- baaritaanka iyo daaweynta caabuqyada
- baaritaanka uurka
- talo ku saabsan dhibaatooyinka galmada la xiriira
- Taageerada HIV

Dhammaan talada iyo daawaynta la bixiyaa waa lacag la'aan, oo gebi ahaanba sir ah.

## Sideen ku heli karaa caawimo?

Axess waa adeeg bixiya rugaha caafimaadka galmada ee Liverpool, oo ay ku jirto mid ku taal Royal Liverpool Hospital. Waxa kale oo ay bixisaa talo iyo adeegyo imtixaan onlayn ah.

Wixii macluumaad dheeraad ah ama si aad ballan u qabsato, tag: [www.axess.clinic](http://www.axess.clinic)



## Ma u baahan tahay gargaar isla xidhiidhinta?

Haddii aad u baahan tahay caawimo si aad ula xidhiidho marka aad isticmaalayso mid ka mid ah adeegyada daryeelka caafimaadka NHS, waxaad codsan kartaa turjumaan wakhti kasta.

Dhammaan adeegyada NHS waa inay ku siiyaan mid - fadlan kaliya weydii xubin ka mid ah shaqaalaha.

Haddii ay kugu adag tahay inaad hesho caawimadan, fadlan iimayl u dir: [liverpool.involvement@nhs.net](mailto:liverpool.involvement@nhs.net)

## Ma ugu baahan tahay macluumaadkan hab ama af kale?

Haddii aad macluumaadkan ugu baahan tahay luqad kale ama qaab, fadlan iimayl u dir:

[liverpool.involvement@nhs.net](mailto:liverpool.involvement@nhs.net) ama wac (0151) 247 6406 ama u dir 07920 206 386.

