

# Sveikatos apsauga

## **Nacionalinė sveikatos tarnyba (NHS)**

Nacionalinė sveikatos tarnyba pirmiausiai skirta padėti žmonėms gyvenantiems Jungtinėje Karalystėje (UK). UK gyventojai prisideda prie nacionalinės sveikatos tarnybos per valstybinį socialinį draudimą, atskaitant mokesčius iš pajamų. Jeigu planuojate gyventi UK ilgiau kaip tris mėnesius, labai svarbu, kad užsiregistruotumėte pas savo apylinkės bendrosios praktikos gydytoją. Daugumą gydymo procedūrų atlieka bendrosios praktikos gydytojas ir registruotis reikia tik kartą. Kiti profesionalūs gydytojai dirba drauge su bendrosios praktikos gydytojais ir suteikia gydymą, terapijas ir kitus sveikatos tikrinimo būdus, tokius kaip motinystės konsultacija, imunizacija, kontracepcija bei seksualinės sveikatos priežiūra, konsultacijos sergantiems astma ir diabetu. Jeigu manote, kad jums reikalinga specialisto konsultacija, pirmiausiai susisiekite su savo bendrosios praktikos gydytoju, kuris jus nukreips toliau.

Nelaukite kol jūs ar jūsų šeima pasijus blogai, užsiregistruokite pas gydytoją iki tol. Suraskite jums [artimiausią bendrosios praktikos gydytoją](#) naudojant pašto ženklą.

## **Registracija pas bendrosios praktikos gydytoją**

Jūsų paprašys užpildyti paprastą formą. Tam turėsite nurodyti savo adresą ir esamas bei buvusias sveikatos problemas. Jums bus suteikta raštinė informacija apie teikiamas paslaugas. Jeigu jums sunku skaityti ir rašyti angliškai, paparašykite, kad kas nors padėtų užpildyti formą. Vertėjo paslaugo galimos gydytojo priimamajame kabinete. Tai gali būti trišalis pokalbis telefonu arba vertimas „akis į akį“.

## **Bendrosios praktikos gydytojų darbo laikas**

Dauguma gydytojų priimamųjų dirba nuo pirmadienio iki penktadienio darbo valandomis. Daugelis bendrosios praktikos gydytojų dirba pagal tvarkaraštį, todėl visada paskambinkite ir užsiregistruokite iš anksto dėl vizito. Dažnai, dienos eigoje, keletas priėmimų yra „rezervuojami“, todėl, kai skambinate, jūsų gali paklausti daugiau dėl ko norite pamatyti gydytoją.

## **Medicininės paslaugos ne darbo valandomis**

Atminkit - jeigu staiga iškilo grėsmė jūsų sveikatai ir situacija yra skubi, bet kokiu paros metu skambinkite **999**.

Tačiau, jeigu pasijutote blogai ar prireikėte gydytojo patarimo ne darbo valandomis (vakare, naktį, savaitgalį ar visuomeninių atostogų metu) ir tai nėra skubu, turėtumėte skambinti į bendrosios praktikos gydymo įstaigą. Jūsų skambutis automatiškai bus nukreiptas tarnybai žinomai kaip **NHS 24**. Ši tarnyba gali suteikti jums reikalingą pagalbą. Tai gali būti medicinos seselės patarimas telefonu. Būsime sujungtas su

gydytoju, jei seselė nuspręs, kad tai būtina. Jei galite keliauti, jūsų paprašys atvykti apžiūrai į ne darbo valandomis dirbantį centrą. Tik ypatingu atveju turėtumėte važiuoti į ligoninę prieš tai nesusitikę su savo bendrosios praktikos gydytoju ar nepaskambinę **NHS 24**.

Net jeigu jūs neužsiregistravęs pas bendrosios praktikos gydytoją, **galite** skambinti NHS 24 bet koku bendrosios praktikos gydymo įstaigos telefonu. Tiesioginis NHS 24 tel. yra **08454 242424**. Čia jums gali būti skirtas vertėjas, jei tai būtina.

Atminkite:

- Tik nelaimės atveju turėtumėte vykti į ligoninę prieš tai nepamatę savo gydytojo ar nepaskambinę į NHS 24
- **Nutikus nelaimei kai reikalinga skubi pagalba skambinkite 999.**

### **Vaistinės ir receptai**

Prireikus vaistų jūsų bendrosios praktikos gydytojas išrašys receptą, kurį pateikite vaistinėje ruošiančioje ir išduodančioje vaistus. Nors paprastai recepto kaina būna £ 6.65, tam tikromis situacijomis jums gali netekt mokėti. Kai kurie vaistai parduodami ir be recepto už mažesnę kainą ir vaistininkas turėtų jus pakonsultuoti. Vaistinės darbuotojai mielai patars jums sveikatos klausimais ir suteiks reikalingą informaciją.

### **Dantų priežiūra**

Škotijos šiaurės ir šiaurės vakarų aukštumose kartu su nacionalinės sveikatos tarnyba, yra ir dantų gydymas bei priežiūra. Telefonų knygoje galima rasti privačios praktikos dantistų kontaktines detales. Jeigu esate reikalingas stomatologo konsultacijos, nacionalinės sveikatos dantų priežiūros pagalbos linijos tel. yra 0845 6442271. Vaikams iki 16 metų taikomas nemokamas dantų gydymas.

### **Medicininės paslaugos šeimoms su vaikais**

Jeigu turite vieną ar daugiau vaikų iki 5 metų tai bus žinoma sveikatos priežiūros inspektoriui, kuris suorganizuos susitikimą su jumis. Šie inspektoriai – tai specialiai apmokytos slaugės, kurios dirba su šeimomis, teikia patarimus ir paramą visais vaikų vystymosi klausimais. Taip pat gali suteikti informaciją apie jūsų gyvenamoje vietoje esančias gydymo ir mokymo paslaugas. Jeigu jūsų vaikas mokyklinio amžiaus, rūpimus klausimus galite aptarti tiek su sveikatos priežiūros inspektorium, tiek su med. sesele vaiko mokykloje. Kai vaikas pradės lankyti mokyklą, med. sesute patikrins ar atlikta imunizacija. Jeigu pirmine imunizacijos programa pilnai atlikta, vaikui, tarp 13 ir 18 metų, bus pasiūlyta stimuliuojanti vakcina. Skiepai nuo tuberkuliozės dabar tiekiami tik tiems vaikams kurie gyvena padidintos rizikos vietoje arba kurių tėvai ar seneliai gimė krašte kur tuberkuliozė buvo išplitusi. Mokykla nuolatos informuos tėvus ir tėvų sutikimas yra būtinas prieš atliekant bet kokias procedūras. Vaikams iki 16 metų priklauso nacionalinės sveikatos tarnybos teikiamas dantų gydymas. Kadangi dantistai mokyklose nedirba, tėvai turi patys užregistruoti vaiką pas stomatologą.

## **Seksualinės sveikatos priežiūra**

Jūsų seksualinė sveikata yra svarbi. Daugelis bendrosios praktikos centrų siūlo šią paslaugą. Žemiau išvardintos agentūros irgi siūlo nemokamą, draugišką, profesionalią ir konfidencialią pagalbą bei paslaugas seksualinės sveikatos, kontraceptikų ir santykių klausimais.

### **Škotijos šiaurės ir šiaurės vakarų aukštumų seksualinė sveikata**

Klinikos teikia šias paslaugas:

- Specialisto konsultaciją ir gydymą
- Kontraceptinius vaistus ir prezervatyvus
- Atlieka nėštumo testą.

Detalesnei informacijai skambinkite tel. (01463) 704202

„Škotijos šiaurės ir šiaurės vakarų aukštumos versmė“ (Highland Brook)

**Brook Advisory** centras siūlo nemokamas ir konfidencialias paslaugas seksualinės sveikatos klausimais žmonėms iki 25 metų. Yra **biuras Inverness**. Išankstin registracija čia nereikalinga. Paslaugos apima:

- Pagalbą bei konsultaciją
- Nėštumo nustatymą
- Kontraceptinius vaistus ir prezervatyvus

Darbo laikas nuo pirmadienio iki ketvirtadienio 16.00-19.00 val.; šeštadieniais nuo 12.00 iki 15.00 val.

Adresas: 77 Church Street

Inverness IV1 1ES (01463) 242434

### **Terrence Higgins Trust Highland**

Terrence Higgins Trust Highland teikia pagalbą bei informaciją visais seksualinės sveikatos klausimais. Išankstinė registracija tel. (01463) 711585.

Atlieka ŽIV testus.

Teikia prezervatyvus (galima ir paštu)

Adresas:

34 Waterloo Place

Inverness

IV1 1NB

### **Sutuoktinių konsultacija Škotijos šiaurės ir šiaurės vakarų aukštumose**

Parama ir konsultacija įvairių santykių klausimais.

Kvalifikuoti psichoseksualinės srities gydytojai

6 View Place Inverness

(01463) 712888

## **Psichinės sveikatos priežiūra**

Bendruomeninės psichinės sveikatos priežiūros komandos (Community Mental Health Team) dirba visoje Škotijos šiaurės ir šiaurės vakarų aukštumų teritorijoje.

Jeigu turite psichinę ligą ar manote, kad esate reikalingas pagalbos šiuo klausimu, pirmiausiai tai turite aptarti su savo bendrosios praktikos gydytoju.

Jūsų bendrosios praktikos gydytojas įvertins jūsų būseną, ir, prireikus, susisieks su specialistais (Community Mental Health Team). Turėtumėte iš jų išgirsti maždaug 4 savaičių bėgyje.

Paslauga kurią gausite priklausys nuo jūsų poreikių. Tai gali svyruoti nuo „padėk sau“ darbuotojo paskyrimo kuris susitiks su jumis „Out Patient“ klinikoje, iki psichiatro pagalbos. Retais atvejais priėmimas į New Craigs ligoninę Inverness, kur, drauge su jumis, bus sudarytas priežiūros planas

Visais ypatingais atvejais skambinkite nacionalinės sveikatos tarnybai 24 val. per parą tel. **08454 242424**. Specialiai parengtas darbuotojas aptars su jumis jūsų reikalą ir gali suorganizuoti jums palydą, kad ateitumėte į vietinę nelaimingų atsitikimų būstinę.

### **Naudingos nuorodos**

Škotijos nacionalinės sveikatos tarnyba <http://www.show.scot.nhs.uk>  
[konsultacinis](http://www.brook.org.uk/content/konsultacinis) centras „Versmė“ [http://www.brook.org.uk/content/](http://www.brook.org.uk/content/terrence-higgins-trust)  
[Terrence Higgins Trust](http://www.tht.org.uk/) <http://www.tht.org.uk/>