

Как да получите достъп до здравеопазване в Стафордшир и Стоук он Трент

Ръководство за лица, които живеят
и работят тук



Здравеопазването в Англия се предоставя безплатно от Националната здравна служба (NHS).

Ако живеете и работите в Англия, можете да получите достъп до здравни грижи, предоставяни от NHS. Това е много по-лесно, след като сте регистрирани при общопрактикуващ лекар (GP). Не се нуждаете от доказателство за адрес, имиграционен статут, документи за самоличност или NHS номер, за да се регистрирате при общопрактикуващ лекар.

Намерете най-близката практика за първична медицинска помощ (наричана още кабинети на общопрактикуващи лекари) и се регистрирайте онлайн на www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery. Ако избраната от вас практика не приема нови пациенти, можете да намерите друга в близост до вас.





Ако живеете в Англия и имате нужда от здравни грижи, следните услуги са безплатни:

- Съвети и лечение от общопрактикуващ лекар (GP)
- Съвет чрез NHS 111
- Неотложни услуги за спешна помощ от отделения за произшествия и спешни случаи (A&E), приемни центрове или звена за леки наранявания
- Диагностика и лечение на някои инфекциозни и предавани по полов път болести
- Тестове за COVID-19, диагностика, лечение и ваксинация
- Семейно планиране (контрацепция)
- Лечение на физически или психически състояния, причинени от изтезания, генитално осакатяване на жени, домашно или сексуално насилие.

Национален осигурителен номер

Услугите на NHS се финансират от специален данък, наречен Национално осигуряване. Вашата вноска (сумата, която плащате) зависи от вашия статус на заетост и колко печелите. Ще ви е необходим национален осигурителен номер (NI), за да можете да работите в Англия. За да разберете как да кандидатствате и какви документи трябва да предоставите, посетете www.gov.uk/apply-national-insurance-number.

Кои здравни услуги са достъпни за мен?



NHS 111 – когато не знаете какво да правите

Ако имате спешен медицински проблем, но не сте сигурни какво да правите, посетете www.111.nhs.uk или позвънете на **111**. Това е безплатна услуга, достъпна 24 часа в денонощието. Ще трябва да отговорите на няколко въпроса относно това какво не е наред, за да могат да ви кажат какво да правите. Можете да поискате преводач, ако имате нужда от такъв.



Аптеки – за лекарства и съвети

Фармацевтите могат да помогнат при несериозни здравословни проблеми. Те предлагат експертни съвети и продават лекарства за несериозни заболявания като кашлица, настинки, болки в гърлото, коремни проблеми, болки, болки в ушите и обриви. Фармацевтите могат да отговорят на вашите въпроси относно лекарствата, които приемате, включително кога и как да ги приемате.

Много аптеки са отворени вечер и през почивните дни. Можете да отидете във всяка аптека за съвет или лекарство. Повечето имат малки стаи, за да можете да разговаряте насаме.

Намерете най-близката аптека на www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy. Супермаркетите също така продават много лекарства и консумативи за първа помощ.



Практики за първична медицинска помощ – за лечение и достъп до други услуги

Практиките за първична медицинска помощ (наричани още кабинети на общопрактикуващи лекари) обикновено са първото място, където трябва да отидете, ако имате здравословен проблем. Те могат да лекуват много състояния и да дават здравни съвети. Те могат също да ви насочат към други здравни служби на NHS. Вижте полето в началото на тази брошура за това как да се регистрирате в практика за първична медицинска помощ.



Ваксинации и имунизации

В Англия деца и възрастни могат да получат редица ваксини безплатно. Важно е да се ваксинирате, за да защитите както себе си, така и хората около вас, които може да имат по-слаба имунна система. Ако не сте сигурни дали сте ваксинирани, говорете с вашата практика за първична медицинска помощ, за да ви посъветват какво е най-добре да направите.

Има редица ваксинации, които трябва да поставите през живота си – от раждането до над 70-годишна възраст. Научете повече на www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them.





Ваксинация срещу COVID-19

Всеки все още е изложен на риск от заразяване с COVID-19, но поставянето на ваксината може да намали шансовете да се разболеете сериозно. В Англия всеки над петгодишна възраст може да се ваксинира безплатно, а всеки над 16-годишна възраст може да получи трета „бустерна“ доза.

Вижте всички опции (с уговорен час или приемни клиники) за ваксиниране в Стафордшир и Стоук он Трент на [staffsstokeys.org.uk/your-health-and-care/covid-19](https://www.staffsstokeys.org.uk/your-health-and-care/covid-19).

Дори ако посещавате Англия за кратко време, можете да получите ваксина срещу COVID-19 безплатно. Ще бъде по-лесно, ако сте регистрирани в практика за първична медицинска помощ (www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery), и това означава, че можете да докажете своята ваксинация чрез NHS COVID Pass.





Пазете се от COVID-19

Има няколко лесни неща, които можете да правите всеки ден, за да намалите разпространението на COVID-19 и да предпазите хората с най-висок риск от инфекции, които засягат дишането.



Ваксинирайте се (staffsstokeys.org.uk/your-health-and-care/covid-19)



Проветрявайте, ако се срещате с други хора на закрито



Почиствайте ръцете си и повърхностите около Вас



Покривайте лицето си с ръка, когато кашляте и кихате



Носете маска за лице в помещения, пълни с хора.





Скрининг

NHS разполага с редица скрининг тестове, чрез които биха могли да се открият по-сериозни състояния като рак или заболявания като туберкулоза (ТБ) и хепатит.

Ако сте регистрирани при общопрактикуващ лекар, ще получите писмо с покана за всеки скрининг, който може да ви се наложи да преминете. Ако не сте регистрирани при личен лекар и се притеснявате за здравословно състояние, което не се подобрява, обадете се на **NHS 111** за съвет.



Зъболекари – Зъболекари

Зъболекарите на NHS осигуряват всяко лечение, от което се нуждаете, за да поддържате устата, зъбите и венците си здрави. Не трябва да чакате проблемите да се появят – редовните прегледи ще намалят вероятността да се нуждаете от спешно лечение.

Намерете зъболекар на www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist.

Ако имате нужда от спешно стоматологично лечение, обадете се на **NHS 111** или на линията за дентални консултации в Стафордшир на **0300 123 0981**.



Очни лекари – за вашите очи

NHS препоръчва да преглеждате очите си на всеки две години. Може да имате възможност да прегледате очите си безплатно и да получите помощ при заплащането на очила, ако имате нужда от тях.

Намерете очен лекар на www.nhs.uk/service-search/find-an-optician.
Проверете дали имате право на безплатни здравни грижи на www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide.



Спешна помощ и съвети

Понякога се нуждаете от спешна медицинска помощ за порязвания, изгаряния, навяхвания и леки фрактури (счупени кости) или от спешен медицински съвет, но без това да е животозастрашаващ спешен случай. Приемните центрове или звената за леки наранявания са отворени всеки ден и не се нуждаете от уговорен час.

Местен приемен център:

Болница Haywood,
Stoke-on-Trent ST6 7AG
(7:00 до 21:30 ч. всеки
ден)

Местни звена за леки наранявания:

- Болница Leek Moorlands
Community ST13 5BQ
(9:00 до 17:00 ч. всеки ден)
- Болница Samuel Johnson
Community, Lichfield WS13 6EF
(8:00 до 21:00 ч. всеки ден)
- Болница Sir Robert Peel
Community, Tamworth B78 3NG
(8:00 до 21:00 ч. всеки ден)





Спешна помощ

Обадете се на **999**, ако някой е сериозно болен или ранен и животът му е в опасност. Ще ви кажат какво да правите или къде да отидете. Може да бъде изпратена линейка, за да осигури лечение или да отведе пострадалия в отделение за произшествия и спешни случаи (A&E). Не се нуждаете от уговорен час.

Научете повече на www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999.

Местни отделения за произшествия и спешни случаи (A&E):

- Royal Stoke University Hospital ST4 6QG (24 часа в денонощието)
- County Hospital, Stafford ST16 3SA (8:00 до 22:00 ч. всеки ден – само за възрастни)
- Queen's Hospital, Burton DE13 0RB (24 часа в денонощието)



Подкрепа за психично здраве

Ако чувствате, че не сте в състояние да се справите, ако се тревожите за собственото си психично здраве или за здравето на ваш близък, NHS може да помогне:

- Спешна линия за психично здраве North Staffordshire **0800 0 328 728 опция 1** (Stoke-on-Trent, Newcastle-under-Lyme, Staffordshire Moorlands)
- Спешна линия за психично здраве South Staffordshire **0808 196 3002** (Stafford, Stone, Rugeley, Cannock, South Staffs, Lichfield, Burton, Uttoxeter, Tamworth)
- Свържете се с **NHS 111**, ако имате нужда от спешна помощ, но въпросът не е животозастрашаващ
- Поискайте спешен час при общопрактикуващ лекар, ако имате нужда от съвет или лечение.

Спешна помощ при проблеми с психичното здраве

Ако се притеснявате за психичното си здраве или за някого друг, обадете се на **999** за линейка или отидете направо в А&Е. Ако възнамерявате да се самонараните, говорете с някой от Samaritans, като се обадите на **116 123**. Това е безплатна услуга, достъпна 24 часа в денонощието.

Тази информация е достъпна на английски, румънски и руски език.

