NHS

ڕێبەریی خزمەتگوزارییە تەندروستییەکان

دەرمانخانەکانی ناوچە

دەرمانسازەکان دەتوانن ئامۆژگاری کلینیکی و هەندێك دەرمان بۆ کۆمەڵێك نەخۆشی بچوك پێشکەش بکەن (کە دەبێت خۆتان پارەکەی بدەن). پێویست نییە بۆ بینینی دەرمانسازەکە وادەیەکی چاوپێکەوتن دابنێیت، هەر ئاوا بڕۆ ناو دەرمانخانەکەوە و هەرچی پرسیارت هەیە بیکە و یارمەتیت دەدەن و وڵامت دەدەنەوە. هەروەها بۆ پێدانی ڕاوێژ و ئامۆژگاری سەبارەت بە تەندروستی و لەشساغی ڕاهێنانیان دیوە.

نەخۆشییە بچووکەکان

دەرمانخانەکان دەتوانن شێوازی چارەسەرکردن و ئامۆژگاری بدەن سەبارەت بە هەندێک حاڵەتی باو و برتنداربوونی سووك، وەك:

- ئێش و ئازار
- قورگێشە
- کۆکە و هەڵامەت
- ئەنفلوەنزا
- گوێچکەئێشە
- هەوکردنی میزەڵدان
- لیرگی سە پێست
- ئێشی ددان
- سووربوونەوەیچاو.

گەر نیشانەکان ئەوە نیشانبدەن کە نەخۆشییەکە جددیترە، دەرمانسازەکان ڕاهێنانی دروستیان هەیە کە دڵنیا بن لەوەی کە ئەو یارمەتییەی پێویستتە پێت دەدرێت.

دەرمان

زۆرێک لە دەرمانەکان بەردەست کە بێ ڕەچەتە لە دەرمانخانەکان، فرۆشگا تەندروستییەکان و هەروەها سووپەرمارکێتەکان بکڕدرێن.ئەو دەرمانانەی کە پێویستیان بە ڕەچەتە هەیە، ئەمانە تەنها لە دەرمانخانەکان دەکڕدرێن.

ئەو پەنابەرانەی لە ڕووی دارابییەوە لە لایەن وەزارەتی ناوەخۆوە پاڵپشتی دەکرێن بەڵگەی HC2یان پێدەدرێت بۆ ئەوەی لەبواری تێچووەکانی تەندروستییەوە یارمەتیی تەواو وەربگرن.

هەموو کەسێک دەتوانێت داوای ئەم پاڵپشتییە بکات، بۆ ئامۆژگاری و زانیاریی زیاتر سەردانی ئێرە بکە
nhsbsa.nhs.uk/adviceotherlanguages

بۆ دۆزینەوەی نزیکترین دەرمانخانە، بڕۆن بۆ:
nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

نۆرینگەکانی پزیشکی گشتی (نەشتەرگەرییەکان)

دەتوانیت لە نۆرینگەیەکی پزیشکی گشتی لە دوکتۆرێک کە بە پزیشکی گشتی (GP) ناودەبرێت بە خۆڕایی یارمەتی وەربگریت بەڵام دەبێ وادەیەکی چاوپێکەوتن دابنێیت.
جاری وا هەیە کە ناچارن بۆ ئەو نەخۆشییانەی بەپەلە نین و ئاسایین چەندین ڕۆژ چاوەڕێ بن.

بۆ ئەوەی وادەیەکی چاوپێکەوتن لە لای پزیشکێکی گشتی دیاری بکەن بەڵام دەبێت لە پێشدا ناوی خۆت لە لای تۆمار بکەیت.

لەوانەیە ئەمە پێشتر بۆت ڕێکخرابێت لەکاتی گەیشتنت و ڕەنگە بە شێوەیەکی کاتی بێت بەپێی ماوەی مانەوەکەت.

ئەگەر کێشەر هەیە لە خۆتۆمارکردن لای پزیشکێکی گشتی، دەتوانیت بەم ژمارەی خوارەوە تەلەفۆن بکەیت بۆ ئێن.ئێچ.ئێس ئینگلاند:

0300 311 22 33

وەرگێڕەکان

هەرچەندە ڕەنگە ئاسانتر بێت کە هاوڕێیەک یان ئەندامێکی خێزانەکەت لەگەڵ خۆت بهێنیت بۆ چاوپێکەوتنەکە کە وەرگێڕانت بۆ بکات، بەڵام ئێمە پێشنیار دەکەین کە لە کاتی چاوپێکەوتندا بۆ ئەو زمانەی کە پێویستتە داوای وەرگێڕێک لە نۆرینگە بکەیت.

پاشان پزیشکی گشتی دەتوانێت یان وەرگێڕێکی ڕاهێنراو بۆ وەرگێڕانی پزیشکی دیاری بکات یان خزمەتگوزاری هێڵی زمان بەکار بهێنێت کە خزمەتێکە لەسەر بنەمای تەلەفۆن.
ئەمەش بۆ ئەوەیە کە دڵنیابین وەرگێڕانێکی دروست و دەقیق ئەنجام دەدرێت بۆ ئەوەی سەلامەتیی تۆ وەک نەخۆشێک و هەروەها ئامۆژگاری پزیشکەکە بەدروستی دەگات.

ئامۆژگاری و ڕاوێژی پزیشکی 24 کاتژمێرە - ئێن.ئێچ.ئێس 111 (NHS 111)

گەر کێشەیەکی پزیشکیی بەپەلەت هەیە نازانی چی بکەیت، تەلەفۆن بکە بۆ NHS 111. بۆ وەرگرتنی زانیاری و ئامۆژگاری تەندروستیی خێرایی دەتوانیت **بە تەلەفۆنکردن بۆ ژمارەی 111** پەیوەندی بکەیت بە خزمەتی هێڵی خێرایی 24 کاتژمێرەی NHS یان ئەوەی کە **سەردانی ئەم ناونیشانە بکەیت** [.nhs.uk.111](https://111.nhs.uk)

NHS 111 هەر **24 کاتژمێرو 7 ڕۆژی هەفتە** بەردەستە. تۆ دەربارەی نیشانەکانی نەخۆشییەکەت لەسەر وێبسایتەکە وەڵامی چەند پرسیارێك دەدەیتەوە یان بە قسەکردن لەگەڵ ڕاوێژکارێکی تەواو ڕاهێنراو لە ڕێگەی تەلەفۆنەوە قسە دەکەیت.

دەتوانیت بە وتنی "interpreter please" (ئینتەرپرێتەر پلیز) داوای وەرگێڕێکی زارەکی بە زمانی خۆت بکەیت.

بە پێی بارودۆخەکە، ئەوان یان ئامۆژگاری چاودێریکردنی خۆتت پێدەدەن، یان دەتنێرن بۆ شوێنێک بۆ چارەسەرکردن یان وادەیەکی چاوپێکەوتنت لەگەڵ کلینکێك، وەکوو پەرستار، پزیشکی ددان، پزیشکی گشتی یان دەرمانسازێک، بۆ دیاری دەکەن.

ڤاکسینەکانی کۆڤیدی 19

کوتانەکانی کۆڤیدی 19 (بێ بەرامبەر) بۆ کەسانی شایستە لە هەموو کلینیکەکانی کوتانی ناوخۆییەوە بەردەستن. بۆ ئەوەی بزانیت کە شیاوی وەرگرتنی ڤاکسێنەکان هەیت یان بزانیت چۆن ڤاکسینێک بەدەست بێنیت تکایە سەردانی ئێرە بکە:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/coronavirus-vaccine

گەر بچیت بۆ کلینیکێکی بێنۆرە، پێویست ناکات ناوت لای پزیشکێکی گشتی تۆمار کردبێت یان ژمارەیەکی NHSت هەبێت بۆ ئەوەی ڤاکسینەکانت لێبدرێت.

تەندروستیی دەروونی

خزمەتگوزاری لەشساغی شاری ستافۆردشایر و ستۆک ئۆن ترێنت (Staffordshire and Stoke-on-Trent) بۆ هەندێک لە کێشەکان و نەخۆشییەکانی تەندروستیی دەروونی، لەوانەش خەمۆکی، دڵەڕاوکێ و سترێس، پاڵپشتی و دەرمان پێشکەش دەکات. دەکرێت بە شێوەی ئۆنلاین یان لە ڕێگەی تەلەفۆنەوە خۆت بچیت بۆ لای پزیشک.

پەیوەندی بکە بە 0300 303 0923 یان سەردانی ئێرە بکە staffsandstokewellbeing.nhs.uk

تەندروستیی دەروونی بەپەلە

یارمەتی و پشتیوانی بەشێوەی 24 کاتژمێرە و هەر 7 ڕۆژی حەفتە هەیە.

گەر لە **ستافۆردشایر و ستۆک ئۆن ترێنتی باکوور** دەژین یان لەوێ نیشتەجێن، تکایە **تەلەفۆن بکەن** لەڕێگەی ئەم ژمارەوە:

.0800 032 8728

گەر لە **ستافۆردشایری باشوور** دەژین یان لەوێ نیشتەجێن، تکایە **تەلەفۆن بکەن** بەم ژمارەوە: .0808 196 3002

هێڵەکانی تری یارمەتی و پاڵپشتی

گە بیر لە خۆکوشتن دەکەیتەوە، **بە تەلەفۆنکردن** بە ژمارەی 116 123 لەگەڵ کەسێک لە خزمەتی ساماریتەنز (Samaritans) قسە بکە.

هێڵی یارمەتیی تەندروستیی دەروونی شاری ستافۆردشایر **(ڕۆژانی کاری حەفتە لە 7ی ئێوارە تا 2ی نیوەشەو و ڕۆژانی کۆتایی حەفتە لە 2ی نیوەڕۆ تا 2ی نیوەشەو کراوەیە) - تەلەفۆن بکە بە 0808 800 2234** یان نامە بنێرە بۆ .087860 022821

گەر بەشێوەیەکی جدی زیانت بە خۆت گەیاندووە یان دەتەویت کارێکی وا بکەیت، تەلەفۆن بکە بۆ 999 یان ڕێک برۆ بۆ بەشی ڕووداو و فریاکەوتن (A&E).