ናይ ኣገልግሎታት ክንክን ጥዕና መምርሒ

ናይ ማሕበረሰብ ፋርማሲታት

ክኢላታት ፋርማሲ ንዝተፈላለዩ ቀለልቲ ሕማማት ዝምልከት ክሊኒካዊ ምኽሪታትን ብዘይ ናይ ሓኪም ትእዛዝ ካብ ፋርማሲ ክግዝኡ ዝኽእሉ (ክፍሊት ክትፍጽመሎም ዘለካ) መድሓኒታት ክህቡ ይኽእሉ እዮም። ምስ'ቲ ክኢላ ፋርማሲ ንምርኻብ ቆጸሮ ክትሕዝ ኣየድልየካን እዩ፣ ኣብ ዝደለኻዮ ሰዓት ኬድካ ክሕግዙኻን ንሕቶታትካ መልሲ ክህቡኻን ይኽእሉ እዮም። ካብ'ዚ ብተወሳኺ ናይ ጥዕናን ድሕንነትን ምኽሪታት ንኽህቡ ስልጠና ወሲዶም እዮም።

ቀለልቲ ሕማማት

ፋርማሲታት ንኽምዞም ኣብ ታሕቲ ዝተጠቕሱ ብዙሓት ልሙዳት ኩነታትን ቀለልቲ መጉዳእቲታትን ሕክምናን ምኽሪን ክህቡ ይኽእሉ እዮም:

- **ቃንዛታት**
- **ሰዓል**
- **ሕማም እዝኒ**
- **ናይ ቆርበት ሽፍታ**
- **ምቕያሕ ዓይኒ**
- **ዝቖሰለ ጎሮሮ**
- **ፍሉ**
- **ስይስቲትስ (ረኽሲ ቱቦ ሽንቲ)**
- **ምውጻእ ስኒ**

እንተደኣ ምልክታት እቲ ኹነታት ክብድ ዝበለ ምኺኑ ዘርእዩ ኮይኖም፣ እቲ ክኢላ ፋርማሲ ነቲ ዘድልየካ ሓገዝ ክትረክብ ንምግባር ዘኽእል ግቡእ ስልጠና ወሲዱ እዩ።

መድሓኒት

ብዙሓት ብዘይ ናይ ሓኪም/ዶክተር ትእዛዝ ክግዝኡ ዝኽእሉ መድሓኒታት ኣብ ብዙሓት ፋርማሲታት፣ መደበራት ጥዕናን ከምኡ ድማ ሱፐር ማርኬታት ክርከቡ ይኽእሉ እዮም። እቶም ናይ ሓኪም ትእዛዝ ዘድልዮም መድሓኒታት ግን ካብ ፋርማሲ ጥራሕ እዮም ክውሰዱ ዝኽእሉ።

እቶም ካብ Home Office ገንዘባዊ ሓገዝ ዝረኽቡ ዑቕባ ሓተትቲ ዝኾኑ ሰባት፣ ነዞም ናይ ጥዕና ክፍሊታት ብዝምልከት ምሉእ ሓገዝ ክረኽቡሉ ዝኽእሉሉ ናይ HC2 ምስክር ወረቐት ክወሃቦም እዩ። ዝኾነ ሰብ ነዚ ሓገዝ እዚ ንምርካብ ከመልከት ይኽእል እዩ፣ ተወሳኺ ምኽሪ ኣብ'ዚ ዝስዕብ ረኣ። nhsbsa.nhs.uk/adviceotherlanguages

ነቲ ናብ'ቲ ዘለኻሉ ቦታ ዝቐረበ ፋርማሲ ንምርካብ፣ ናብ'ዚ ዝስዕብ ተወከስ።

nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም (GP) ስራሕቲ (መጥባሕቲታት እውን ተባሂሎም ይጽውዑ)

ኣብ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም (GP) ስራሕቲ ካብ ሓፈሻዊ ሓኪም ዝኾነ ዶክተር ርዳእታ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ፣ ግን ነዚ ቆጸሮ ክትሕዝ ኣለካ። ኣብ ገለ ግዜያት፣ ህጹጻት ንዘይኮኑ ወይ ን ብተደጋጋሚ ዘጋጥሙ ኩነታት ሕክምና ንምርካብ ዝተወሰኑ መዓልቲታት ክትጽበ ትኽእል ኢኻ።

ኣብ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም (GP) ስራሕቲ ቆጸሮ ንምሓዝ፣ ፈለማ ኣብ'ኦም ክትምዝገብ ኣለካ። እዚ ኣብ እቲ ዝበጽሕካሉ ግዜ ተመዓራሪዩልካ ክኾን ዝኽእልን ኣብ'ቲ ንውሓት ጸንሒትካ ብምምርኻስ ድማ ግዜያዊ ክኾን ይኽእል እዩ።

እንተደኣ ኣብ GP ምዝገባ ኣብ ምክያድ ጸገም የጋጥመካ ኣሎ ኮይኑ፣ ናብ NHS እንግሊዝ ብ **0300 311 22 33** ተጠቂምካ ስልኪ ክትድውል ትኽእል ኢኻ።

ተርጎምቲ

ዋላኳ ኣብ'ቲ ዕለት ቆጸሮኻ ኣብ ቋንቋ ትርጉም ክሕግዘካ ዝኽእል ኣባል ስድራቤት ወይ መሓዛ ሒዝካ ምምጻእ ቀሊል እንተመሰለ፣ ንሕና ግን ነቲ ቆጸሮ ክትሕዝ እንከለኻ ነቲ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም (GP) ስራሕቲ ተርጓሚ ክቐርበልካን ነቲ ትደልዮ ቋንቋን ክትሕብርን ንመኽረካ።

ካብ'ዚ ብምቕጻል እቲ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም (GP) ስራሕቲ ስልጠና ዝወሰደ ናይ ሕክምና ጉዳያት ተርጓማይ ቆጸሮ ኣትሒዙ ከምጽእ ይኽእል ወይ ድማ ነቲ ኣብ ብስልኪ ተጠቒምካ ዝካየድ ናይ ቋንቋ መስመር ኣገልግሎት ክጥቀም ይኽእል እዩ። እዚ ድማ ንስኻ ከም መጠን ሓደ ተሓካማይን እቲ ምኽሪ ዝህበካ ክኢላ ክሊኒክን ድሕነትኩም ክሕሎ ንምግባር ውሑስን ቅኑዕን ትርጉም ከም ዝወሃብ ንምርግጋጽ ተባሂሉ ዝግበር እዩ።

24-ሰዓታት ናይ ሕክምና ምኽሪ - NHS 111

እንተደኣ ህጹጽ ዝኾነ ሕክምናዊ ጸገም ኣጋጢሙካ ኮይኑ እሞ እንታይ ክትገብር ከም ዘለካ ርግጸኛ እንተዘይኮይንካ፣ ምስ NHS 111 ተዘራረብ። ነቲ ናይ 24 ሰዓታት ኣገልግሎት NHS ነጻ መስመር ቴሌፎን ብ **111 ብምድዋል** ወይ ን 111.nhs.uk ብምውካስ፣ ናጻ ናይ ጥዕና ሓበሬታን ምኽሪን ክትረክብ ትኽእል ኢኻ።

NHS 111 ኣብ **መዓልቲ ን 24 ሰዓታት ኣብ ሰሙን ድማ ን 7 መዓልቲታት** ክፉት እዩ። ነቶም ብዛዕባ ምልክታትካ ዝህልዉኻ ሕቶታት ኣብ'ቲ መርበብ ሓበሬታ ብምውካስ ወይ ብስልኪ ምስ ምሉእ ስልጠና ዝወሰደ ኣማኻሪ ብምዝርራብ መልሲ ክትረኽበሎም ትኽእል ኢኻ። "interpreter please (ተርጓማይ ደልየ ኣለኹ)" ኢልካ ብምዝራብ ተርጓማይ ክቐርበልካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ኣብ'ቲ ዘለኻሉ ኩነታት መሰረት ብምግባር፣ ናይ ገዛእ ርእስኻ ክንክን ዝምልከት ምኽሪ ክህቡኻ፣ ናብ ሕክምና ክትረኽበሉ ትኽእለሉ ቦታ ክመርሑኻ፣ ወይ ምስ ከም ነርስ፣ ሓኪም ስኒ፣ GP (ሓፈሻዊ ሓኪም)፣ ወይ ክኢላ ፋርማሲ ዝበሉ ክኢላታት ቆጸሮ ክሕዙልካ ይኽእሉ እዮም።

ክታበታት ኮቪድ-19

ክታበታት ኮቪድ ነቶም ሮቛሒታት ብቑዕነት ዘማልኡ ሰባት፣ በቶም ከባቢያዊ ክሊኒካት ክትባት ኣቢልካ (ካብ ክፍሊት ናጻ) ክቐርቡ ይኽእሉ እዮም። ነዞም ናይ ብቑዕነት ሮቛሒታት ከም እተማልእ ንምፍላጥን ነቶም ክታበታት ብኸመይ ክትረክብ ከም እትኽእል ንምፍላጥን ነዚ ዝስዕብ መርበብ ሓበሬታ ተወከስ፡

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

እንተደኣ ናብ ብዘይ ቆጸሮ ኣገልግሎት ዝህብ ክሊኒክ ኬድካ ኮይንካ፣ ነቲ ክትባት ንምርካብ፣ ኣብ GP ክትምዝገብ ወይ ናይ NHS ቁጽሪ ክትሕዝ ኣየድልየካን እዩ።

ጥዕና ኣእምሮ

Staffordshire and Stoke-on-Trent Wellbeing Service (ኣገልግሎት ድሕንነት ስታፎርድሻየርን ስቶክ-ኦን-ትረንትን) ጭንቀት፣ ወጥሪን ጸቕጢን ሓዊሱ፣ ንዝተፈላለዩ ጸገማት ጥዕና ኣእምሮ ደገፍን ሕክምናን ይህብ። ብ ኦንላይን ወይ ብ ስልኪ ንገዛእ ርእስኻ ሪፈራል ምክያድ ይከኣል እዩ።.

ናብ 0300 303 0923 ደውል ወይ ን staffsandstokewellbeing.nhs.uk **ተወከሰ።**

ህጹጽ ጥዕና ኣእምሮ

ሓገዝን ደገፍን ኣብ መዓልቲ ን 24 ሰዓታት ኣብ ሰሙን ድማ ን 7 መዓልቲታት ክቐርብ ይኽእል እዩ።

እንተደኣ ኣብ **North Staffordshire ወይ Stoke-on-Trent** ትነብር ወይ ትጸንሕ ኮይንካ፣ ብኽብረትካ ናብ **0800 032 8728 ደውል።**

እንተደኣ ኣብ **South Staffordshire** ትነብር ወይ ትጸንሕ ኮይንካ፣ ብኽብረትካ ብ **0808 196 3002 ደውል።**

ካልኦት ደገፋት ወይ መስመራት ሓገዝ

እንተደኣ ናይ ዓርሰ ቕትለት ሓሳባት ናብ ኣእምሮኻ ዝመጹኻ ኮይኖም፣ ንሓደ ኣብ Samaritans (ሳማሪታንስ) ዝርከብ ሰብ ብ **116 123** ብምድዋል ኣዘራርብ።

Staffordshire mental health (ጥዕና ኣእምሮ ስታፎርድሽር) መስመር ሓገዝ **(ኣብ ናይ ስራሕ መዓልቲታት ካብ 7pm-2am; ቀዳምን ሰናብትን 2pm-2am ክፉት እዩ።)**
- ናብ 0808 800 2234 ደውል ወይ ናብ **07860 022821** ናይ **ጽሑፍ መልእኽቲ** ለኣኽ።

እንተደኣ ኣብ ገዛእ ርእስኻ ከቢድ ጉድኣት ኣብጺሕካ ኮይንካ ወይ ጉድኣት ክተብጽሕ እንተኾይንካ፣ ናብ 999 ደውል ወይ ብቐጥታ ናብ A&E ኪድ።