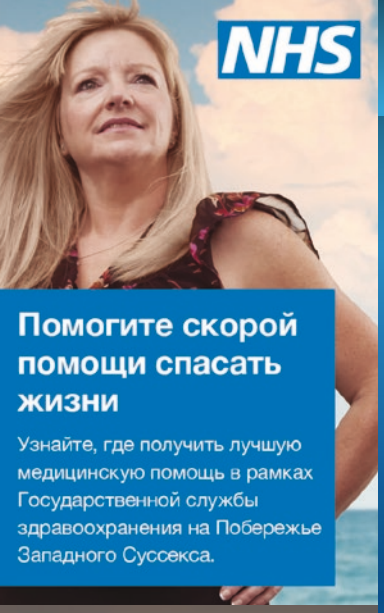

NHS

Помогите скорой помощи спасать жизни

Узнайте, где получить лучшую медицинскую помощь в рамках Государственной службы здравоохранения на Побережье Западного Суссекса.

Государственная служба здравоохранения хочет, чтобы все люди получали надлежащее лечение в надлежащем месте, когда им нужна помощь и консультации.

По всей стране каждый четвертый пациент, обратившийся в службу скорой и неотложной помощи, мог получить надлежащие уход и лечение в другом учреждении Государственной службы здравоохранения. В этом году люди обращались в скорую помощь с запором, гриппом и даже зубной болью.

Помните: если вы обратитесь не в скорую помощь, а в другую службу, в которой сможете получить надлежащее лечение, квалифицированные медики скорой помощи смогут, не отвлекаясь на вас, помочь людям, пострадавшим от инсульта, инфаркта и других угрожающих жизни болезней и травм.

Помогите скорой помощи спасать жизни.

Самопомощь

Многие обыденные заболевания и травмы лучше всего лечить дома. Самопомощь чаще всего проста. Продающиеся в аптеках лекарства в сочетании с обильным питьем и отдыхом помогут вам быстро выздороветь от целого ряда неопасных травм и болезней.

Простуду и грипп, диарею и рвоту, порезы и царапины, ожоги легкой степени легко вылечить дома. С такими детскими недугами, как прорезывание зубов, сыпь и слезящиеся глаза, также, как правило, легко справиться дома.

Чтобы лечить легкие заболевания и травмы дома и заботиться о себе, своей семье и друзьях, обязательно имейте дома укомплектованную аптечку и набор первой медицинской помощи. Если вы не знаете, какие лекарства нужно иметь дома, или не знаете, нуждаетесь ли в консультации специалиста касательно какой-либо болезни или травмы, обращайтесь к фармацевту.

Телефон Государственной службы здравоохранения 111

Вам нужна срочная медицинская помощь, но вашей жизни ничего не угрожает? За консультацией, помощью и информацией о местных учреждениях Государственной службы здравоохранения обращайтесь по телефону 111.

Звонок по телефону 111 — это простой и быстрый способ получить помощь в любое время.

Вам ответят круглосуточно без выходных, звонки бесплатны как со стационарных, так и с мобильных телефонов.

Когда вы позвоните по номеру 111, специально обученные консультанты, которым помогают медсестры и сотрудники службы скорой помощи, попросят вас описать симптомы. После этого они смогут проконсультировать вас или направить в местную клинику, где вам лучше всего смогут оказать помощь — в кабинет медицинской помощи в нерабочее время (GP out of hours service), к медицинской сестре (nursing support) или в стоматологическую клинику неотложной помощи (emergency dentist).

В случае если консультанты посчитают, что вам нужна неотложная помощь, они незамедлительно направят к вам карету скорой помощи.

Аптеки

Аптеки не просто продают лекарства по рецептам. Сотрудники аптек могут проконсультировать, как лучше всего лечить травмы и болезни и помогут вам решить, нужно ли обращаться к врачу, часто избавляя вас от необходимости похода к врачу-терапевту.

Фармацевты могут проконсультировать и порекомендовать продаваемые без рецепта лекарства для лечения таких болезней, как вирусные заболевания и заболевания, вызываемые микробами, легкие травмы, боли, кожные раздражения, аллергии и детские недуги. Кроме того фармацевты продают средства экстренной контрацепции.

Чтобы пойти в аптеку, вам не нужно записываться на прием. Во многих аптеках есть зоны для частных консультаций, и все, что вы обсуждаете с фармацевтом, абсолютно конфиденциально.

Аптеки работают круглосуточно, некоторые работают по вечерам и в выходные. Чтобы узнать адрес ближайшей к вам аптеки, позвоните по телефону Государственной службы здравоохранения 111.

Ваш врач-терапевт (GP)

Ваш врач-терапевт предоставит вам консультацию по общим медицинским вопросам, назначит лечение, пропишет лекарства, назначит прививки и анализы.

Причинами для посещения терапевта могут быть: изменение бородавки на коже, неприятный кашель продолжительностью более трех недель, лечение имеющихся заболеваний или травм, опасения относительно психического здоровья, мышечные боли продолжительностью более двух недель или не проходящая желудочная боль.

Вы должны состоять на учете у врача-терапевта и знать, как записаться на прием или получить повторный рецепт.

Даже в те часы, когда кабинет вашего терапевта закрыт, есть врачи общей практики, работающие в нерабочие часы. Звонок по телефону 111 поможет вам определить, есть ли у вас необходимость поговорить или прийти на прием к врачу общей практики. Сотрудники службы 111 предоставят вам консультацию и помощь и при необходимости запишут вас на прием к дежурному врачу, если ваш врач-терапевт не работает, или организуют вызов врача на дом.

ПОМОГИТЕ СКОРОЙ ПОМОЩИ СПАСАТЬ ЖИЗНИ.

www.coastalwestsussexccg.nhs.uk

Найдите ближайшего стоматолога

Чтобы встать на учет у стоматолога, зарегистрированного в Государственной службе здравоохранения (NHS), зайдите на сайт www.coastalwestsussexccg.nhs.uk и воспользуйтесь поиском местных клиник. Затем вы можете обратиться в клинику и узнать, принимают ли они новых пациентов, в рамках Государственной службы здравоохранения.

Или же можно позвонить на Стоматологическую горячую линию Суссекса (Sussex Dental Helpline) по телефону 0300 1000 899 и узнать, кто из местных стоматологов принимает новых пациентов, в рамках Государственной службы здравоохранения.

В случае если вам потребуется экстренная стоматологическая помощь, когда ваш стоматолог не работает, в Западном Суссексе есть стоматологические клиники неотложной помощи, которые могут принять людей, которым требуется экстренная стоматологическая помощь. Прежде чем отправляться в клинику, следует записаться на прием. Чтобы узнать, где можно получить помощь и лечение, обратитесь в Государственную службу здравоохранения по телефону 111.

ПОЛЕЗНЫЕ КООРДИНАТЫ ДЛЯ СВЯЗИ

МОЙ НОМЕР В НАЦИОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ (NHS NUMBER)

ТЕЛЕФОН ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ 111

За помощью и консультацией обращайтесь по номеру 111, круглосуточно и без выходных

МЕСТНАЯ АПТЕКА

МОЙ ВРАЧ-ТЕРАПЕВТ

МОЙ СТОМАТОЛОГ

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ:

0300 5000 101

СЛУЖБА СЕКСУАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ:

0845 111 3456

Помощь по вопросам психического здоровья

В случае если вы испытываете взволнованность, тревогу или подавленность, или вам кажется, что вам нужна психологическая помощь, вам могут помочь множество служб.

Помощь может быть различной: от консультации по телефону и помощи через веб-сайт, если вы испытываете легкую тревожность, до вмешательства, если вам или кому-то из ваших близких нужна экстренная помощь в сложной жизненной ситуации.

Помощь и консультации можно получить, позвонив в Горячую линию службы психической помощи Суссекса (Sussex Mental Healthline) по телефону 0300 5000 101. Часы работы: с понедельника по пятницу с 17:00 до 9:00 и круглосуточно в выходные и праздники.

Помощь по телефону можно получить, позвонив в службу «Добрые самаритяне» (Samaritans) по телефону 08457 909090.

Государственная служба здравоохранения серьезно относится к вопросам психического здоровья, и мы всегда готовы сделать все возможное, чтобы вам помочь.

Помощь и консультации по вопросам сексуального здоровья

В случае если вам нужна консультация по вопросам сексуального здоровья или соответствующее лечение, лучше всего с самого начала обратиться к своему терапевту (GP) или в местную службу сексуального здоровья (sexual health service).

Эта служба имеет учреждения, в которых прием производится как по записи, так и нет, по всему графству. Подробную информацию можно получить по телефону 0845 111 3456 или на сайте www.sexualhealthwestsussex.nhs.uk

В случае если вам понадобится средство экстренной контрацепции, обратитесь в местную службу сексуального здоровья по указанному выше телефонному номеру. Кроме того средства экстренной контрацепции продаются во многих аптеках.

Поскольку вам понадобится консультация фармацевта, рекомендуется вначале позвонить и убедиться в том, что нужный вам сотрудник на месте.

Узнать адрес ближайшей к вам аптеки можно, позвонив в Государственную службу здравоохранения по телефону 111 или через поиск на сайте www.nhs.uk.

Легкие травмы

Если в результате травмы или болезни, не представляющей угрозы для жизни, вам потребуется неотложная медицинская помощь, на Побережье Западного Суссекса (Coastal West Sussex) есть два травматологических пункта, где вы можете получить помощь и лечение.

В травмпункт Военного мемориального госпиталя Богнор Региса (Bognor Regis War Memorial Hospital Minor Injuries Unit) и в хирургический кабинет «Парк» (The Park Surgery) в Литлгемптоне (Littlehampton) можно прийти без записи и получить помощь при растяжениях, ожогах легкой степени, порезах и царапинах, а также легких инфекциях кожи.

Оба учреждения работают с понедельника по пятницу: травмпункт Военного мемориального госпиталя Богнор Региса с 9:00 до 17:00, а хирургический кабинет «Парк»: с 8:00 до 18:30. И там, и там вам окажут медицинскую помощь, в случаях, когда нет необходимости обращаться в службу скорой и неотложной помощи (A&E).

Скорая и неотложная помощь (A&E)

В службу скорой и неотложной помощи обращаются при серьезных, угрожающих жизни травмах и заболеваниях, при которых необходима экстренная медицинская помощь.

К таким травмам и заболеваниям относятся, например, инсульт, сильные боли в груди, затрудненное дыхание, сильное кровотечение, потеря сознания, сильные ожоги и другие. Людей с такими угрожающими жизни заболеваниями принимают в первую очередь, прежде людей с не угрожающими жизни травмами и заболеваниями, которых может принять другое учреждение Государственной службы здравоохранения.

На Побережье Западного Суссекса отделения скорой и неотложной помощи есть в больнице Святого Ричарда (St Richard's Hospital) в Чичестере и в больнице города Уэртинг (Worthing Hospital). Обращайтесь туда только в случае угрозы для жизни.

Помогите скорой помощи спасать жизни.

ПОМОГИТЕ СКОРОЙ ПОМОЩИ СПАСАТЬ ЖИЗНИ.

www.coastalwestsussexccg.nhs.uk