

**Dostęp do opieki zdrowotnej
w okręgu Bradford i Craven**

NHS



Wszystko, co musisz wiedzieć o swojej przychodni lekarza rodzinnego



**Jak skontaktować się z przychodnią,
w tym jak umawiać wizyty i zarządzać nimonline.**

Poznaj pracowników służby zdrowia pracujących w przychodniach
lekarzy rodzinnych i dowiedz się, jak dbają oni o to, abyś jak
najszybciej porozmawiał/-a z właściwą osobą.

Zapewnienie właściwej opieki



Ta broszura jest dostępna do czytania lub odsłuchania w innych językach. Zeskanuj kod QR lub wejdź na poniższe linki:



اردو



বাংলা



English



Polski



Dostępne również do obejrzenia w British Sign Language



Română

Zapewnienie właściwej opieki tak szybko jak to możliwe

NHS

It's a GP practice thing.

W Twojej przychodni lekarza rodzinnego znajduje się zespół specjalistów, który jest gotowy, aby Ci pomóc. Ta broszura została stworzona, aby powiedzieć Ci więcej o tym, jak działa Twoja przychodnia lekarza rodzinnego i co zrobić, jeśli chcesz się z nią skontaktować.

W ciągu najbliższych miesięcy, Twoja przychodnia lekarza rodzinnego będzie pracować nad umożliwieniem wejścia do przychodni i zarezerwowania wizyty osobiście. W niektórych przychodniach może to potrwać dłużej, ponieważ ich priorytetem będzie zawsze zapewnienie bezpieczeństwa Tobie i pracującemu tam zespołowi.

Wszystkie zespoły w przychodniach są po to, aby Ci pomóc i mogą potrzebować porozmawiać z Tobą, aby zdecydować, jak najlepiej rozwiązać Twój problem. Nie zawsze konieczna jest wizyta twarzą w twarz. Twoja przychodnia upewni się, że rozmawiasz z właściwą osobą tak szybko, jak to możliwe. Pracownicy przychodni w okręgach Bradford i Craven ciężko pracują, aby zapewnić Tobie i Twojej rodzinie odpowiednią opiekę.



Znajdź swoją przychodnię

Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę bit.ly/gppractice

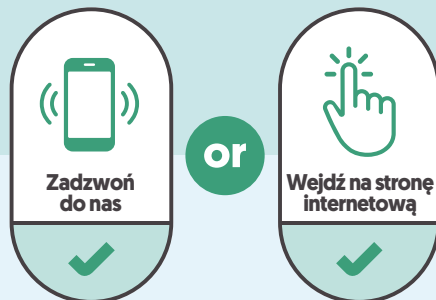
Jeśli uważasz, że musisz zobaczyć się z zespołem lekarzy, możesz zadzwonić lub wejść na stronę internetową.



Jak możesz umówić się na wizytę

Możesz umówić się na wizytę na dwa różne sposoby. Nadal możesz zadzwonić bezpośrednio do swojej przychodni lub skorzystać z usługi eConsult online. Aby pomóc Twojej rodzinie i społeczności, prosimy wybrać opcję wizyty tylko wtedy, gdy uważasz, że jest ona naprawdę potrzebna.

Ważne jest, aby z wizyt korzystały tylko osoby, które naprawdę ich potrzebują, aby upewnić się, że osoby najbardziej potrzebujące w Twojej społeczności otrzymają potrzebną im pomoc. Jeśli zadzwonisz, Navigator Opieki może zadać Ci kilka osobistych pytań, aby upewnić się, że **otrzymasz opiekę**, której potrzebujesz. Są to wyszkoleni pracownicy którzy dopilnują, abyś jak najszybciej porozmawiał/-a z właściwym specjalistą - **nie każdy będzie potrzebować wizyty u lekarza**.



Możesz teraz skorzystać z usługi eConsult, aby szybko uzyskać pomoc od swojej przychodni i otrzymać właściwą opiekę, kiedy jej potrzebujesz.

eConsult to narzędzie online, które umożliwia uzyskanie bezpłatnej pomocy i porady, szybko i bezpiecznie, od Twojego zespołu lekarzy. Można go łatwo używać z dowolnego miejsca, co zapewnia, że pacjenci są przyjęci przez właściwą osobę, we właściwym czasie.

Dostępny w aplikacji NHS

Dostępny na stronie internetowej przychodni

Jak umówić wizytę za pomocą eConsult



Umów się na wizytę

Zaskanuj powyższy kod QR aby uzyskać pomoc ze swojej przychodni.

- 1 **Myślisz, że musisz porozmawiać ze swoim lekarzem rodzinnym?** Istnieją 3 sposoby nawiązania kontaktu za pomocą eConsult: użyj aplikacji NHS, skorzystaj z wyszukiwarki przychodni eConsult lub wejdź na stronę internetową swojej przychodni.
- 2 Wybierz odpowiednią sekcję dla swojej potrzeby lub zapytania.
- 3 Wypełnij wymagane informacje i wyślij formularz. Pytania mogą ulec zmianie w zależności od odpowiedzi.
- 4 Twoja przychodnia sprawdzi każde zapytanie poprzez eConsult i upewni się, że otrzymasz właściwą opiekę tak szybko, jak to możliwe.
- 5 Dostaniesz szybką odpowiedź i dowiesz się, co będzie się działo dalej i co musisz zrobić.



Korzyści wynikające z korzystania z eConsult

- Dostęp jest możliwy 24 godziny na dobę**
Z eConsult można korzystać o każdej porze dnia i nocy, z dowolnego urządzenia podłączonego do internetu. Nie trzeba czekać w kolejce na połączenie telefoniczne ani odwiedzać przychodni.
- Jest szybki i łatwy w użyciu**
Wypełnienie eConsult zajmuje zaledwie 3-4 minuty, a przychodnia skontaktuje się z Tobą w ciągu 1 dnia roboczego, jeśli nie wcześniej. Jeśli użyjesz eConsult Twój lekarz będzie mógł upewnić się, że każdy pacjent otrzyma właściwą opiekę.
- Oszczędność czasu w nagłych przypadkach**
eConsult jest używany przez pacjentów i przychodnie w całej Wielkiej Brytanii. Jeśli możesz użyć eConsult, zwalniasz linię telefoniczną dla tych, którzy nie są w stanie korzystać z internetu.

Ten stopniowy proces nazywany jest **TRIAŻEM**. Pozwala on Twojej przychodni ustalić, kto potrzebuje pilnej opieki i którzy specjaliści mogą najlepiej pomóc. Triaż pozwala zespołowi przychodni pracować wydajnie, aby pomóc jak największej liczbie osób.

Zacznij tutaj

Czy uważasz, że potrzebujesz porady od swojego lekarza rodzinnego?

Jak upewniamy się, że otrzymujesz właściwą opiekę w sześciu prostych krokach

It's a GP practice thing.



1

Skontaktuj się ze swoją przychodnią online poprzez eConsult lub zadzwoń do nich od 8 rano. Jeśli nie możesz zadzwonić i masz trudności z umówieniem wizyty online, możesz odwiedzić swoją przychodnię osobiście, aby poprosić o wizytę.

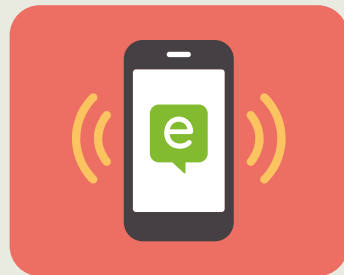


2

Jeśli zadzwonisz lub odwiedzisz swoją przychodnię lekarza rodzinnego, będziesz musiał/-a odpowiedzieć na kilka pytań, aby otrzymać właściwą opiekę. Jeśli wypełniłeś/-aś formularz online, trafi on bezpośrednio do lekarza przeprowadzającego triaż.



Nie każdy potrzebuje wizyty u lekarza. Zostaniesz szybciej przyjęty przez członka zespołu specjalistów.



3

W zależności od tego, jakiej pomocy potrzebujesz, możesz otrzymać konsultację telefoniczną lub internetową. Dzięki temu nie będziesz musiał/-a niepotrzebnie przychodzić do przychodni.



6

Jeśli masz umówioną wizytę w przychodni lub w szpitalu, ważne jest, abystawić się na nią w wyznaczonym terminie.

5

Lekarz pierwszego kontaktu współpracuje z zespołem specjalistów. Możesz zostać skierowany/-a do jednego z tych specjalistów w przychodni lub do szpitala.

4

Jeśli lekarz stwierdzi, że potrzebujesz takiej wizyty, umówi Cię na spotkanie twarzą w twarz w przychodni.

Zespół wysoko wykwalifikowanych specjalistów



W Twojej przychodni pracuje specjalistyczny zespół medyczny. Mogą to być pielęgniarki, lekarze, farmaceuci i fizjoterapeuci. Oto krótki przewodnik po tym, czym się zajmują.



Lekarze

Współpracują z lekarzami pierwszego kontaktu w celu wspierania pacjentów poprzez diagnozowanie chorób lub urazów oraz przeprowadzanie badań fizykalnych



Farmaceuci

Udzielają informacji i porad na temat bezpiecznego i skutecznego stosowania leków, jak również monitorowania postępów



Fizjoterapeuci

Diagnostują, oceniają i zajmują się leczeniem problemów z mięśniami, kośćmi i stawami, poprzez ćwiczenia wspomagane i rozciąganie



Nawigatorzy opieki

Przeszkoleni do oceny i kierowania pacjenta do właściwej osoby. Mogą zadać Ci pytania, aby upewnić się, że otrzymasz właściwą opiekę.



środowiskowe

Określają potrzeby zdrowotne dzieci w wieku 0-5 lat i pracują nad poprawą samopoczucia poprzez promowanie zdrowia i zmniejszanie nierówności społecznych.



praktykujące

Leczenie ran, zakładanie opatrunków i udzielanie pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, jak również pobieranie wymazów i próbek.



Pielęgniarki

Diagnostują i leczą choroby i dolegliwości, często skupiając się na drobnych schorzeniach lub nowych chorobach i przepisują leki.



Lekarze przepisujący leki

Obserwują jak choroba wpływa na wszystkie aspekty twojego życia i pomagają ci uzyskać wsparcie, którego potrzebujesz w codziennych wyzwaniach.



Pracownicy służby zdrowia psychicznego

W pełni wyszkoleni eksperci od zdrowia psychicznego mogą zaoferować konsultację, leczenie, wsparcie rówieśnicze lub skierowanie do lekarzy szpitalnych.



Lekarze zaawansowanej opieki medycznej

Oceniają, diagnostują i monitorują złożone stany chorobowe poprzez badania, testy i przepisywanie leków.



Lekarze zajmujący się stylem życia

Sprawdzają, co najlepiej pomoże Ci zachować zdrowie lub je poprawić dzięki personalizowanym planom opieki.



Koordynatorzy opieki

Zapewniają wsparcie dla pacjentów o złożonych potrzebach i pomagają nauczyć się zarządzać własnym zdrowiem.

Nie każdy potrzebuje wizyty u lekarza. Twoja przychodnia dopilnuje, abyś otrzymał/-a właściwą opiekę tak szybko, jak to możliwe.



Dowiedz się więcej

Zeskanuj kod QR, aby uzyskać więcej informacji o swoim zespole lekarzy pierwszego kontaktu. Pamiętaj, że możesz poprosić o wizytę u specjalisty, jeśli masz konkretne pytanie dotyczące Twojego zdrowia.



Wybierz właściwą dla Ciebie usługę NHS



Zdarte kolano.
Ból gardła.
Kaszel.
Uzupełnij swoją apteczkę.

Samoopieka

Lecz się w domu.
Zrób zapas podstawowych rzeczy, których większość z nas potrzebuje od czasu do czasu.



Biegunka.
Katar.
Bolesny kaszel.
Ból głowy.

Apteka

Zgłoś się po poradę do miejscowego farmaceuty.
Aby znaleźć najbliższego, wejdź na stronę www.nhs.uk i wyszukaj "apteka".



Wymioty.
Ból ucha.
Ból brzucha.
Ból pleców.
Zainfekowane ukąszenia.

Stres lub depresja.
Krew w moczu lub stolcu.
Utrzymujący się kaszel lub ból gardła.
Powtarzające się bóle głowy.
Niewyjaśniona utrata wagi.



Chory?
Niepewny?
Przychodnia zamknięta?
Potrzebujesz pomocy?

111 Lub odwiedź 111.nhs.uk



Zadławienie.
Ból w klatce piersiowej.
Utrata przytomności.
Utrata krwi.

Nagły przypadek

Natychmiast udaj się na oddział ratunkowy lub zadzwoń pod 999 w nagłych przypadkach medycznych lub związanych ze zdrowiem psychicznym. Jest to sytuacja, gdy ktoś jest poważnie chory lub ranny i jego życie jest zagrożone.

Więcej przydatnych linków i informacji



NHS 111
111.nhs.uk



Wspólnie potrafimy
togetherwe-can.com



Życ zdrowo
mylivingwell.co.uk



Zdrowy umysł
healthyminds.services



Mieszkańcy West Yorkshire
zdrowsi razem
wyhealthiertogether.nhs.uk



Twoje uwagi i pomysły
engagebdc.com

Pomoc
Zrozumienie
Współczucie
Bycie życzliwym

**It's a
GP ✓
practice
thing.**