



TWÓJ LOKALNY ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ



Od lekarza ogólnego, przez farmaceutę po koordynatora opieki – lokalny zespół opieki zdrowotnej jest tutaj, aby pomóc Tobie i Twojej rodzinie zachować dobre zdrowie.

Z przychodnią lekarza ogólnego można skontaktować się na trzy sposoby: telefonicznie, online lub osobiście.

Ta ulotka zawiera porady i proste kroki, które można podjąć, aby zachować dobry stan zdrowia.

Najlepsze wskazówki pomagające zachować dobry stan zdrowia

Zapewnij sobie opiekę, której potrzebujesz

Przychodnia lekarza ogólnego i farmaceuta, do których chodzisz, oferują szeroki zakres usług zdrowotnych. Aplikacja NHS może pomóc w szybkiej realizacji powtarzających się recept i otrzymywaniu wyników badań. Jeśli niepokoisz się jakimś objawem i nie masz pewności, jakiej pomocy potrzebujesz, zadzwoń pod numer 111 lub odwiedź stronę 111.nhs.uk.

Chroń swoje zdrowie, zaszczep się

Pomóż chronić siebie i swoją rodzinę przed poważnymi chorobami, upewniając się, że wszystkie Twoje szczepienia są aktualne. Skontaktuj się z przychodnią swojego lekarza ogólnego, aby dowiedzieć się, czy musisz nadrobić zaległości.

Zachowanie dobrego zdrowia

Lekkie choroby mogą być leczone w domu, ale wykwalifikowany lokalny farmaceuta może również pomóc. Aby do niego pójść, nie musisz umawiać się na wizytę. Farmaceuta powie, czy należy jednak udać się do lekarza ogólnego.

Poznaj swój lokalny zespół opieki zdrowotnej

Lokalny zespół opieki zdrowotnej składa się z wielu wykwalifikowanych specjalistów – od lekarza ogólnego, przez lokalnego farmaceutę, po koordynatora opieki. Dowiedz się, w jaki sposób mogą pomóc w utrzymaniu dobrego stanu zdrowia. Skontaktuj się z przychodnią lekarza ogólnego na jeden z trzech sposobów – telefonicznie, online lub osobiście.

Znajomość odpowiedniego kanału, z którym można się skontaktować, aby uzyskać pomoc, może pomóc w szybszym uzyskaniu opieki.

Jeśli nie masz pewności, co zrobić, skontaktuj się z NHS 111, aby uzyskać poradę, odwiedzając stronę 111.nhs.uk lub dzwoniąc pod numer 111. NHS 111 jest czynne 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.

Aby uzyskać więcej informacji na powyższe tematy, odwiedź stronę nclhealthandcare.org.uk/localhealth

