



North Central London
Health and Care
Integrated Care System

NHS

YEREL SAĞLIK EKİBİNİZ



Doktordan eczacı ve bakım koordinatörüne kadar, yerel sağlık ekibiniz siz ve ailenizin sağlıkla kalması adına yardım etmek üzere burada.

Doktorunuza üç şekilde ulaşabilirsiniz: telefonla, çevrimiçi veya yüz yüze.

Bu broşür, sağlıklı kalmanız için tavsiyeler ve uygulayabileceğiniz basit adımlar içerir.

nclhealthandcare.org.uk/localhealth

Sağlıklı kalmak için en iyi ipuçları

İhtiyacınız olan bakımı alın

Hem doktorunuz hem de eczacınız çeşitli sağlık hizmetleri sunar. NHS Uygulaması, hızlı şekilde tekrar eden reçeteleri sipariş etmenize ve test sonuçlarını almanıza yardımcı olur. Bir semptomdan endişe ediyor ve ne tür bir yardım almanız gerektiğinden emin değilseniz, 111'i arayın veya [111.nhs.uk](https://www.nhs.uk) adresini ziyaret edin.

Korunun, aşı olun

Tüm aşılarınızı zamanında yaptırdığınızdan emin olarak kendinizi ve ailenizi ciddi hastalıklardan korumaya yardımcı olun. Eksik aşılarınız olup olmadığını öğrenmek için doktorunuzla görüşün.

Sağlığınızı koruyun

Ciddi olmayan hastalıklar evde tedavi edilebilir, ama yüksek düzeyde eğitilmiş yerel eczacınız da yardım edebilir. Eczacınızı görmek için randevuya ihtiyacınız yoktur ve doktorunuza başvurmanız gerekip gerekmediğini söylerler.

Yerel sağlık ekibinizle tanışın

Doktordan eczacı ve bakım koordinatörüne kadar, yerel sağlık ekibiniz birçok yetenekli profesyonelden oluşur. Sağlığınıza nasıl destek olabileceklerini öğrenin. Doktorunuza üç şekilde ulaşabilirsiniz: telefonla, çevrimiçi veya yüz yüze.

Yardım için doğru hizmeti bilmek, daha hızlı tedavi almanıza yardımcı olabilir.

Ne yapacağınız hakkında emin değilseniz tavsiye için [111.nhs.uk](https://www.nhs.uk) adresini ziyaret ederek veya 111'i arayarak NHS 111'e ulaşın. NHS 111'e 7/24 ulaşabilirsiniz.

Yukarıdaki tüm konular hakkında bilgi için [nclhealthandcare.org.uk/localhealth](https://www.nclhealthandcare.org.uk/localhealth) adresini ziyaret edin.

