

# ኤን.ኤች.ኤስ እንዴት እንደሚሰራ፡- የሰደተኞች መመሪያ



ነፃ የጤና መረጃ እና ምክር ለማግኘት በኤን.ኤች.ኤስ ነፃ የሰልክ መስመር 111 በመደወል የ24-ሰዓት አገልግሎት ማግኘት ይችላሉ። "interpreter please (አስተርጓሚ እባክህ)" በማለት በቋንቋዎ አስተርጓሚ መጠየቅ ይችላሉ።



## ፋርማሲ

## መሰረታዊ መድሃኒቶች



ፋርማሲስቶች እንደ ሳል፣ ጉንፋን፣ የጉሮሮ መቁሰል፣ የሆድ ችግር እና ህመሞች ላሉ የተለያዩ ቀለል ያሉ ህመሞች የህክምና ምክኖችን እና መድሃኒቶችን ሊሰጡ ይችላሉ። ፋርማሲስቱ የሚያስፈልግዎትን እርዳታ ማግኘት ለማረጋገጥ ዶክተር መጎብኘት ወይም ወደ ሌሎች የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች መሄድ እንዳለብዎት ያሳውቀዎታል። እንዲሁም በፋርማሲ ወይም በሱፐርማርኬት ውስጥ ቀለል ላሉ ህመሞች መድሃኒቶችን ወይም የመጀመሪያ እርዳታ ቁሳቁሶችን መግዛት ይችላሉ፤ በአቅራቢያ የሚገኘውን ፋርማሲ ለማግኘት፣ ወደ [www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy](http://www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy) ይሂዱ።



## የጥርስ እና የዓይን ሐኪሞች

## የጥርስ እና የዓይን እንክብካቤ



- የጥርስ ሐኪም ያግኙ [www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist)
- የዓይን ሐኪም ያግኙ [www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/opticians/](http://www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/opticians/)

ጥርስዎን የሚያምጡ ከሆነ ለአስቸኳይ የጥርስ ሕክምና አገልግሎት ወደ 111 መደወል አለብዎት



## የጠቅላላ ሐኪም ልምምድ ወይም የሕክምና ማእከል

## የሕክምና አስተዳደር፣ የረጅም ጊዜ እንክብካቤን ማስተባበር እና ወደ ሆስፒታል ባለሙያዎች መዳረሻ መስጠት



ጠቅላላ ሐኪም የህክምና ምክር ሊሰጡ፣ ምርመራ ሊያደረግ እና መድሃኒቶችን ሊያዝ ይችላል። ለብዙ የአካል እና የአዕምሮ ጤና ስጋቶች የመጀመሪያዎ የግንኙነት ነጥብ ሊሆኑ ይችላሉ። የጠቅላላ ሐኪም የረጅም ጊዜ የጤና እንክብካቤዎን የማስተባበር እና የማስተዳደር ሃላፊነትም አለበት እንዲሁም የበለጠ ልዩ የሆስፒታል አገልግሎቶች ካስፈለገዎ ወደ ሌላ ቦታ ሊመራዎ ይችላል። ቀጣይነት ያላቸው የጤና ፍላጎቶችዎን ለማሟላት የጠቅላላ ሐኪም ልምምድ ጋር መመዝገብ የተሻለ ነው። [www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/](http://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/)



## የማህበረሰብ አቀፍ የጤና አገልግሎቶች

## እርግዝና፣ የሕፃናት ጤና፣ የወሊድ መከላከያ አገልግሎቶች



አንዳንድ የጤና አገልግሎቶች በህብረተሰቡ ውስጥ ይገኛሉ፣ በሆስፒታል ውስጥ ግን አይገኙም። እነዚህም የአእምሮ ጤና፣ የህፃናት ጤና እና የቅድመ ወሊድ አገልግሎቶች እና የወሲብ ጤና እና የቤተሰብ ምጣኔ ህክምናዎችን ያካትታሉ።



## በራስ የመግባት ወይም የአስቸኳይ ህክምና ማዕከላት

## ጥቃቅን ጉዳዮች ወይም አስቸኳይ የህክምና ምክር



እንደ መቆረጥ፣ ስንጥቆች እና ትናንሽ ስብራት ባሉ ጥቃቅን ጉዳዮች አስቸኳይ የህክምና እርዳታ ወይም አስቸኳይ የህክምና ምክር ከፈለጉ፣ ያለቀጠሮ በቀጥታ በራስ ወደሚገባበት ወይም አስቸኳይ እንክብካቤ ማዕከል መሄድ ይችላሉ። እነዚህ ማዕከሎች አብዛኛውን ጊዜ በቀን ሰዓታት ውስጥ ክፍት ናቸው።



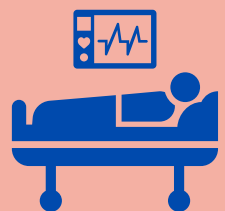
## የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶች

## የድንገተኛ ሕክምና ወይም ለሕይወት አስጊ ሁኔታ



አንድ ሰው በጠፍ ከታመመ ወይም ከተጎዳ እና ህይወቱ አደጋ ላይ ከሆነ ወደ 999 ይደውሉ። የሰልክ አገልግሎት በቀጣይ ምን ማድረግ እንዳለብዎት ወይም የት እንደሚሄዱ ምክር ይሰጥዎታል። ህክምና ለመስጠት ወይም በሽተኛውን ወደ ሆስፒታል ለማጓጓዝ አምቡላንስ ሊላክ ይችላል። የሆስፒታል የአደጋዎች እና የድንገተኛ አደጋዎች ክፍሎች (A&E) በዓመት ውስጥ በየቀኑ ለ24 ሰዓታት ክፍት ናቸው። እነዚህን አገልግሎቶች በቀጥታ እና ያለ ቀጠሮ ማግኘት ይችላሉ።

[www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999/](http://www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999/)



## ድንገተኛ የአእምሮ ጤና

## ራስን የማጥፋት ሀሳቦች ወይም ከባድ ራስን መጉዳት

በራስዎ ላይ ከባድ ጉዳት ካደረሱ ወይም ሊያደርሱ ከሆኑ፣ ለአምቡላንስ 999 ይደውሉ ወይም በቀጥታ ወደ የአደጋዎች እና የድንገተኛ አደጋዎች ክፍሎች (A&E) ይሂዱ። ራስን ስለ ማጥፋት እያሰቡ ከሆኑ፣ ወደ 116 123 በመደወል በሳምራውያን ውስጥ ካለ ሰው ይነጋገሩ።

# የጤና እንክብካቤ መብቶችዎ፡- የስደተኞች መመሪያ

## ማንኛውም ሰው ጠቅላላ ሐኪም ጋር የመመዘገብ መብት አለው።

የአድራሻ፣ የስደት ሁኔታ፣ የመታወቂያ ወይም የኤን.ኤች.ኤስ ቁጥር ማረጋገጫ አያስፈልግዎትም።

በአቅራቢያዎ የሚገኘውን ጠቅላላ ሐኪም ያግኙ እና [www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/](http://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/)

ጠቅላላ ሐኪም ጋር ለመመዘገብ ችግር ካጋጠመዎት የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፡-  
 • የጠቅላላ ሐኪም መዳረሻ ካርድ ያውርዱ እና ይህንን ለጠቅላላ ሐኪም ተቀባይ ያሳዩ [www.doctorsoftheworld.org.uk/gp-access-cards/](http://www.doctorsoftheworld.org.uk/gp-access-cards/)  
 • ለእርዳታ ወደ ኤን.ኤች.ኤስ ኢንግላንድ (0300 311 22 33) ወይም ለአለም ዶክተሮች (0808 1647 686) ይደውሉ



## እነዚህ የጤና አገልግሎቶች ለሁሉም ሰው ነፃ ናቸው



- የጠቅላላ ሐኪም ምክር እና ህክምና
- እንደ NHS 111 የስልክ ምክር መስመር አካል የሆኑ አገልግሎቶች
- በA&E ክፍል፣ በእግረኛ መቀበያ ማዕከል፣ ቀለል የአካል ጉዳት ክፍል ወይም የድንገተኛ እንክብካቤ ማዕከል የሚሰጡ የአደጋ እና የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶች
- የአንዳንድ ተላላፊ እና በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ምርመራ እና ህክምና
- ለኮቪድ-19 ምርመራ፣ ህክምና እና ክትባት የሚሰጡ የኤን.ኤች.ኤስ አገልግሎቶች
- የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎቶች (የወሊድ መከላከያ)
- በማሰቃየት፣ በሴት ልጅ ግርዛት፣ በቤት ውስጥ ብጥብጥ ወይም በጾታዊ ጥቃት ምክንያት ለሚደርስ የአካል ወይም የአዕምሮ ሁኔታ ሕክምና



## ያልዩ ባለሙያ የጤና አገልግሎቶችም ለሚከተሉት ነፃ ናቸው፡-



- ስደተኞች
- ጥገኝነት ጠያቂዎች
- የዘመናዊ ባርነት ሰለባዎች ወይም ተጠርጣሪ ሰለባዎች
- ጥገኞች

የጥገኝነት ማመልከቻቸው ውድቅ የተደረገባቸው ሰዎች አሁንም ነጻ የኤን.ኤች.ኤስ አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ። ነፃ የጤና አገልግሎት የማግኘት መብት እንዳለዎት ያረጋግጡ። [www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide](http://www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide)

በሐኪም የሚታዘዙ መድሃኒቶች፣ የጥርስ እና የአይን ህክምና በእንግሊዝ ነፃ አይደሉም ነገር ግን በሆም ኦፊስ በገንዘብ የሚደገፉ ጥገኝነት ጠያቂዎች በእነዚህ የጤና ወጪዎች ሙሉ እርዳታ እንዲያገኙ የHC2 ሰርተፍኬት ይሰጣቸዋል። ማንም ሰው ለዚህ ድጋፍ ማመልከት ይችላል፣ እንዴት ማመልከት እንደሚችሉ ተጨማሪ ምክር ይመልከቱ። [www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide](http://www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide)

