



Kuzey Dođu Londra'da Sağlığınızla İlgili Nasıl Yardım Alabilirsiniz



Bu kılavuz hakkında

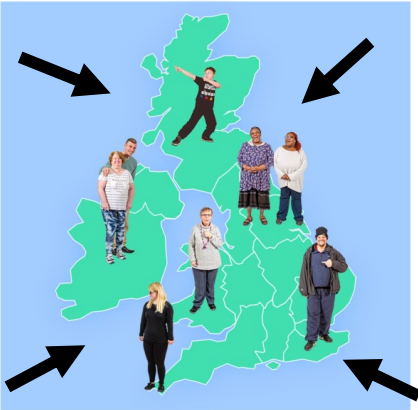
Stop Hello Eat
Words
Person Day Open

Bu kılavuzda herkesin anlayamaya-bileceği bazı kelimeler kullandık. Bu kelimeleri **kalın** harflerle yazdık ve ne anlama geldiklerini açıklayacağız.



NHS CARE

The National Health Service (NHS - Ulusal Sağlık Hizmeti) Birleşik Krallık'ta yaşayan herkese ücretsiz sağlık hizmetleri sunmaktadır.

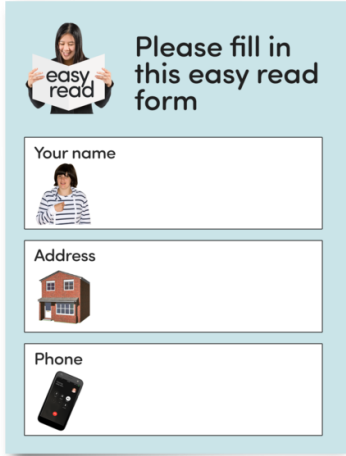


Buna, Birleşik Krallık'ta yaşamak için başka ülkelerden gelmiş olan kişiler de dahildir.



Kendinizi iyi hissetmemeniz durumunda nereden yardım alabileceğinize dair bilgileri bu kılavuzda bulabilirsiniz.

NHS'ten Nasıl Faydalanılır?



NHS hizmetlerinden daha iyi faydalanabilmek için yerel doktorunuzun muayenehanesine **kayıt** yaptırmanız gerekir.

Kayıt, kendinize dair bilgileri içeren bir form doldurarak listeye dahil olmak anlamına gelir.



Kayıt işlemi ücretsizdir ve kayıt yaptırmak için bir adresiniz olması gerekmez.



Sadece doktora (GP) görünmek için kayıt yaptırmanız gerekir.



Kayıt işlemine dair daha ayrıntılı bilgiyi şu adreste bulabilirsiniz:
www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

Doktorun Muayenehanesi



Kendi sağlığınız veya çocuğunuzun sağlığı ile ilgili endişeniz olursa ilk gideceğiniz yer genellikle doktorunuzdur (GP).



Randevuyu muayenehanenin internet sitesinden, telefon veya tabletinizdeki NHS Uygulamasından veya muayenehaneyi telefonla arayarak alabilirsiniz. Randevular řahsen görüřme řeklinde olabileceđi gibi telefon üzerinden de gerçekleřebilir.

Monday	✓
Tuesday	✓
Wednesday	✓
Thursday	✓
Friday	✓
Saturday	✓
Sunday	✓

Sizin için akşamları, hafta sonları veya resmi tatillerde randevu ayarlayabilirler.



İngilizce konuşamıyorsanız, işitme engelliyseniz veya anlamakta sorun yaşıyorsanız, randevunuzda anlaşmanızda yardımcı olacak birisi bulunabilir. Doktorunuzun muayenehanesi bunu sizin için ayarlayabilecektir.

Eczane



Eczacılar sizin veya çocuğunuzun kendini iyi hissetmemesi durumunda size ilaç veya tavsiyeler veren kişilerdir.



Öksürük, soğuk algınlığı, mide sorunları, ağrı ve acı gibi sağlık sorunlarında size yardımcı olabilirler.



Pek çok eczane geç saatlere kadar ve hafta sonlarında açıktır. Randevu almanız gerekmemektedir.



Yakınızdaki eczaneyi şu sayfayı ziyaret ederek bulabilirsiniz:
[www.nhs.uk/service-search/
pharmacy/find-a-pharmacy](http://www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy)

Akşam veya Hafta Sonlarında Doktora Görünme

Monday	✓
Tuesday	✓
Wednesday	✓
Thursday	✓
Friday	✓
Saturday	✓
Sunday	✓



Çoğu GP akşamları ve hafta sonlarında kapalıdır ama yine de kendiniz veya çocuğunuz için bu saatlere doktor randevusu alabilirsiniz.



Hackney, City of London, Newham, Tower Hamlets veya Waltham Forest'te yaşıyorsanız şu şekillerde akşam veya hafta sonu randevusu alabilirsiniz:

- Doktorunuzun muayenesini gündüz saatlerinde arayarak
- Veya 111'i arayarak



8.00am

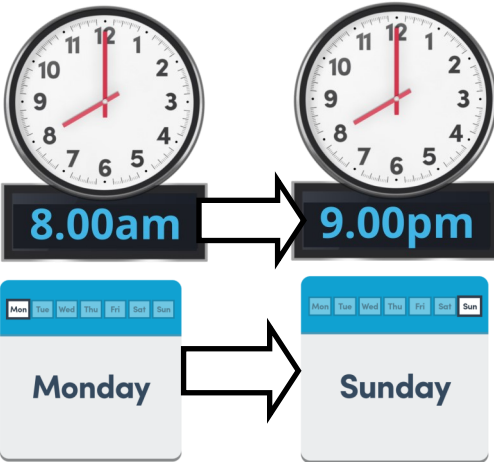
8.00pm

Barking and Dagenham veya Havering'de yaşıyorsanız her gün sabah 8 akşam 8 arasında 0203 770 1888 numaralı telefonu arayarak akşam veya hafta sonu randevusu alabilirsiniz. Redbridge'de 020 3649 4499 numarayı arayınız.

Akşam veya Hafta Sonlarında Doktora Görünme



Barking and Dagenham, Havering ve Redbridge'de ayrıca ufak yaralanma ve hastalıklar için Barking Community Hospital ve Harold Wood Polyclinic'teki Acil Tedavi Merkezlerinde (Urgent Treatment Centre) yardım alabilirsiniz.



Bunlar haftanın yedi günü sabah 8'le akşam 9 arası açıktır.



NHS'in 111 numaralı telefonunu arayarak randevu alabilir veya randevusuz giderek sıra bekleyip görülebilirsiniz. Bir GP'ye kayıt yaptırmış olmanıza gerek yoktur.

NHS 111



Siz veya çocuğunuz için acil sağlık hizmetleri tavsiyesi gerekirse www.111.nhs.uk adresini ziyaret edebilir veya 111'i arayabilirsiniz.

Acil, hızlıca görülmeye ihtiyacınız var demektir.



NHS 111:

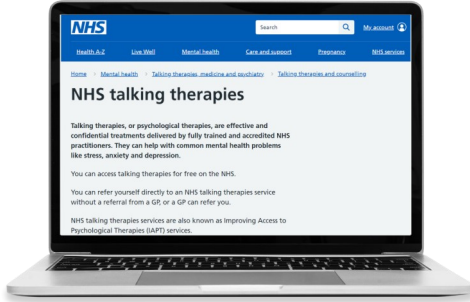
- Nereden yardım alabileceğinizi söyleyebilir
- Daha fazla bilgi edinmenize yardımcı olabilir
- Nereden ilaç edinebileceğinizi söyleyebilir
- Size tavsiyede bulunabilir
- Sizin için bir doktor veya acil dişçi randevusu ayarlayabilir
- Sizi randevusuz hasta kabul eden bir merkeze veya hastaneye yönlendirebilir



Hastalığınızın **hayati tehlikesi** yoksa hastaneye gitmeden önce www.111.nhs.uk adresini ziyaret etmeniz veya 111'i aramanız en doğrusu olacaktır.

Hayati tehlike, yardım almazsanız ölecek olduğunuz anlamındadır.

Ruh Sağlığı



Birisiyle ruh sağlığınızla ilgili konuşmak istediğinizde doktorunuzu arayabilir veya řu adresi ziyaret edebilirsiniz:

www.nhs.uk/talkingtherapies



Ruh sağlığınızla ilgili acil bir durumda řu kriz numaralarını arayabilirsiniz:

Barking & Dagenham - 0800 995 1000

City & Hackney - 0800 073 0006

Havering - 0800 995 1000

Newham - 0800 073 0066

Redbridge - 0800 995 1000

Tower Hamlets - 0800 073 0003

999 ve Hastanelik Acil Durumlar



Birisi ciddi şekilde hasta veya yaralanmışsa ve hayati tehlikesi varsa sadece o durumda 999'u aramalı veya hastaneye gitmelisiniz.



Siz veya bir başkası inme veya kalp krizi geçiriyorsa veya ciddi bir kaza geçirmişse derhal 999'u aramalısınız.

