

## Witamy w Thistle Moor Medical Centre

❖ Dziękujemy za wybranie Przychodni aby opiekowała się Toba i Twoja rodzina. Postaramy się zapewnić najlepszy serwis dla Ciebie, a w zamian oczekujemy zachowania wszystkich spotkań oraz szczepień dla twojej rodziny oraz Ciebie.

❖ Ta ulotka jest zaprojektowana dla pacjentów aby zapewnić najlepsze usługi lekarską w Peterborough. Proszę umieścić ją w bezpiecznym miejscu i zachować w razie potrzeby.

❖ **Aktualizacja danych osobowych:** Bedziemy potrzebować kontaktować się z Tobą w każdym koniecznym przypadku, dlatego prosimy Cię abyś **powiadomił nas o każdej zmianie adresu oraz numeru telefonu.**

❖ Prosimy, abyś dał nam znać o sposobie kontaktowania się z Tobą. Wszystkie informacje podane w przychodni, są regulowane przez ustawę o ochronie danych osobowych. Wszystkie informacje są poufne.

❖ **Jestes opiekunem?** Prosimy powiadomić personel o rejestracji jako opiekun w serwisie społecznym, dzięki temu możesz mieć dostęp do wielu usług. Potrzebujemy Twojej zgody do skierowania Ciebie do odpowiednich serwisów – przedyskutuj to z personelem.

❖ **Szczepionki dla dzieci:** Potrzebujemy znać wszystkie nazwy i daty szczepień Twojego dziecka do 18 roku życia – prosimy przynieść wszystkie zapisy szczepień w ciągu jednego tygodnia od rejestracji w przychodni, byśmy mogli poinformować Oddział do spraw Dziecka.

❖ To znaczy, że będziemy potrzebować szczegółowy zapis szczepień z Twojego kraju – ale musimy być w kontakcie kiedy informacje będą wymagane.

❖ **Jestes weteranem wojennym?** Weterani wojskowi kwalifikują się do priorytetowego traktowania przez NHS (Narodowa Służba Zdrowia). Możesz dać nam znać abyśmy wykorzystali te informacje na Twoją korzyść.

❖ **Jeżeli zażywasz leków lub wymagasz trwałego leczenia:** Nie będziemy w stanie przepisać żadnych leków przed wcześniejszą wizytą z lekarzem lub pielęgniarką. Wizyta z lekarzem pomoże nam potwierdzić Twoje leki i pomoc w Twoim leczeniu. Dodatkowo uprzejmie prosimy abyś poinformował nas o swoim aktualnym stanie zdrowia. Tylko w taki sposób będziemy mogli Ci pomóc oraz dostosować leki do Twoich potrzeb.

❖ Wymagamy od każdego pacjenta aby zgłaszał się do przychodni na regularne kontrole stanu zdrowia. Pacjent zobowiązuje się przynieść wszystkie leki na spotkanie kontrolne.

❖ **Poradnia pomocy palącym:** Palenie jest bardzo szkodliwe dla zdrowia – przychodnia ma osoby przeszkolone, które pomogą Ci rzucić palenie. Możesz zapytać o umówienie spotkania na recepcji.

❖ **Najlepsze wykorzystanie pomocy medycznej:**

**Poranne wizyty (Morning surgery):**

❖ Oferujemy poranne wizyty od 8:30 do 10:30 rano. Jeżeli zjawisz się w wyżej wymienionych godzinach będziesz widziany przez lekarza/pielęgniarkę. Nie trzeba umawiać się telefonicznie przed wizytą.

❖ Spotkania są umawiane co 10 minut i każdy członek rodziny potrzebuje osobne spotkanie. Postaraj się nie przychodzić z wieloma problemami na jedno spotkanie.

❖ Wszyscy pacjenci są pytani, kogo chcą zobaczyć (przed 10 rano), możesz zadać aby zobaczyć tego samego lekarza/pielęgniarkę dla trwającego problemu, w miarę możliwości postaramy się uszanować Twoją wolę.

❖ Wcześniejsza wizyta w przychodni zapewni Ci spotkanie z wybranym lekarzem. **Przypominamy, że po godzinie 10 nie ma możliwości wyboru lekarza/pielęgniarki.**

❖ Zostaniesz poinformowany o spotkaniu oraz w której strefie powinieneś czekać przez Recepcjonistę. Jeśli czas oczekiwania będzie długi, możesz opuścić przychodnię i wrócić przed godziną Twojego spotkania, ale powinieneś powiadomić o tym personel recepcji..

❖ Oczekujemy, że wszyscy pacjenci niepracujący, powinni przyjść do przychodni rano. Poranne spotkania są dłuższe oraz w przychodni znajduje się cały personel, który służy pomocą. Nawet jeżeli pacjenci pracują, a źle się czują powinni również przyjść rano, ponieważ lekarz może zalecić dalsze badania – próbki krwi, skierowanie do szpitala, przesświetlenie itd.

**Wizyty popołudniowe :**

❖ Popołudniowe spotkanie możesz zaaranżować wcześniej z dostępnym lekarzem lub pielęgniarką. Spotkanie możesz zabukować osobiście na recepcji lub zadzwonić pod numer telefonu (01733 551988).

❖ Jeżeli potrzebujesz zobaczyć lekarza w nagłym wypadku, powinieneś zadzwonić i poinformować pracowników recepcji przed przyjściem do przychodni. Przychodnia jest zamknięta w czwartki po godzinie 13:00. Jeżeli jest nagły wypadek, możesz skontaktować się w przychodni z lekarzem na dyżurze do 6.30 wieczorem.

**Wizyty domowe (Home visits)**

❖ Zachęcamy wszystkich pacjentów do odwiedzenia naszej przychodni, kiedy jest otwarta, w której mamy możliwość zapewnienia profesjonalnej opieki medycznej. Wizyty domowe są tylko dla pacjentów obłożnie chorych, którzy nie mają możliwości przyjścia do przychodni.

❖ Decyzja o wizycie domowej jest podejmowana przez lekarza, po uwzględnieniu różnych okoliczności społecznych.

**Ponawianie recept (Repeat prescriptions):**

Można zamówić receptę poprzez fax, e-mail, lub przyjść do przychodni – usługa **NIE** jest dostępna telefonicznie.

❖ Fax numer: 01733 707702

❖ E-mail: [reception.thistle Moor@nhs.net](mailto:reception.thistle Moor@nhs.net)

❖ Potrzebujemy 48 godzin roboczych, aby przygotować Twoją receptę. Jeżeli składasz zamówienie zostaw swój poprawny numer telefonu, w razie potrzeby skontaktowania się Tobą.

❖ Recepty są odbierane z przychodni albo z wybranej przez Ciebie apteki, która dostarcza Ci potrzebne leki. Gdy zdecydujesz się na zmianę apteki musisz nas o tym jak najszybciej powiadomić.

**Co zrobić gdy przychodnia jest zamknięta ?**

❖ Jeżeli próbowacie się skontaktować z przychodnią w godzinach jej zamknięcia, usłyszycie wiadomość aby skontaktować się z numerem alarmowym 111, i pracownicy serwisu poinformują Was o dalszych czynnościach.

❖ Posiadamy automatyczną sekretarkę. Prosimy o wysłuchanie wiadomości do końca a następnie w razie potrzeby zadzwonić na numer alarmowy. Wymagamy od

naszych pacjentów aby byli w stanie podrozowac do centrum pomocy doraźnej (walk-in-centre).

### **Oplaty prywatne (Private fees):**

❖ Nie refundowane usługi przez NHS – Prywatne zwolnienia lekarskie ( pierwsze sieden dni choroby), formy od ubezpieczyciela, potwierdzenie lekarskie, badania do DVL(HGV medical) , sportowe lub turystyczne zaświadczenia medyczne. Na głównej recepcji znajduję się cennik z wyszczególnieniem cen usług. W razie pytań proszę o kontakt z recepcją.

❖ Formy ze szpitala, formy do paszportu, formy DHSS itd., nie beda wypelniane w ciagu konsulacji z lekarzem, bedziesz potrzebawal umowic sie na spotkanie z naszym urzednikiem administracyjnym – Pania Ana Decianu.

### **Dostepne serwisy:**

#### **Gabinet zabiegowy:**

❖ Mozesz zaaranzowac spotkanie z pielegniarka na cytologie, wyciaganie szwow, szczepionki dla dzieci, opatrunki ran, wymazy, itd.

#### **Antykoncepcja i drobne zabiegi:**

❖ Zapewniamy pelny zakres uslug dotyczacych antykoncepcji wlacznie z implantami oraz wkladkami domacicznymi, ktore wymagaja konsulacji z lekarzem i pielegniarka przed przystapieniem do zabiegu. Przed drobnymi zabiegami tj. blokady, usuwanie pieprzykow, malych narosli skornych itd., prosimy o kontakt w celu umowienia konsulacji.

#### **Monitorowanie przewleklych stanow:**

❖ Ktokolwiek z nadcisnieniem(wysokie cisnienie krwi), cukrzyca, astma, przewleklymi problemami z plucami, chorobami serca(wczesniejszy wylew lub zawal serca), niedoczynoscia tarczycy(tak jak bylo to omowione z HCA) powinni przejsc wszystkie kontrole i badania.

❖ Wiecezosc kontroli jest przeprowadzana raz do roku, w celu zapewnienia pelnej kontroli w przyjmowaniu lekow. Prosze pamietac aby zaaranzowac spotkanie kazdego roku w kwietniu, a nie czekac na zaproszenie na konsulacje.

❖ Bardzo wazne jest aby zachowac umowione spotkanie. Prosimy poinformowac nas w razie niemoznosci stawienia sie oraz zmiany terminu spotkania.

❖ Bardzo wazne jest aby przyniesc wszystkie lekarstwa na ustalone spotkanie.

#### **Szczepienia przed podroza:**

❖ Thistle Moor Medical Centre jest centrum szczepien na zolta goraczke.

❖ Poinformuj pracownikow recepcji o planach Twojej podrozy, a pozniej pielegniarka oddzwoni do Ciebie z lista szczepien jakie potrzebujesz i ustali spotkanie.

❖ Szczepienie powinno byc wykonane co najmniej 6 tygodni przed planowana podroza, Prosze zapytac o ceny poszczegolnych szczepien w recepcji.

#### **Sezonowa szczepionka przeciwko grype:**

❖ Kazdego roku szczepionka przeciwko grypie dostepna jest po 15 pazdziernika.

❖ Kazdy pacjent po 65 roku zycia, z astma, COPD, cukrzyca jest mile widziany, aby otrzymac szczepionke przeciwko grypie bezplatnie . Spotkania odbywaja sie pomiedzy 11 – 12 w poludnie od poniedzialku do piatku.

❖ Nie potrzebujesz umawiac spotkania na szczepionke oraz nie potrzebujesz czekac na zaproszenie. Mozesz zadzwonic i zabukowac spotkanie kazdego roku zaczynajac od pazdziernika.

#### **Pielegniarka srodowiskowa dla dzieci (Health visitors):**

❖ Pomagaja przy opiece nad dzieckiem od narodzin do 5 roku zycia, mozesz skontaktowac sie z nimi jezeli masz problem z karmieniem, mowa lub zachowaniem Twojego dziecka.

❖ Mozesz zobaczyc sie z nimi na Fulbridge School i Lawn Avenue.

❖ Mozesz skontaktowac sie z nimi pod numerem – (01733) 891338 lub 343716.

#### **Serwis dla kobiet:**

❖ **Sprawdzanie pigulek antykoncepcyjnych (Pill check):** Zapraszamy rowniez kobiety, ktore zazywaja pigulki antykoncepcyjne, aby przyszly do przychodni na coroczne sprawdzenie stanu zdrowia z mozliwoscia konsulacji o sposobach alternatywnej antykoncepcji takich jak implant oraz wkladka domaciczna ktore sa dlugoterminowymi i odwracalnymi metodami antykoncepcji.

❖ **Kiedy jestes w ciazy:** Przeszkolona polozna prowadzi pelna opieke kobiet w ciazy, wspolnie z lekarzami. Jezeli nalezysz do przychodni my poinformujemy polozna, ktora skontaktuje sie z Toba – ona umawia swoje spotkania osobiscie.

❖ **Spotkanie na cytologie:** Jest to krajowy program badan w Anglii na raka szyjki macicy i raka piersi. Kazda kobieta pomiedzy 25 – 65 rokiem zycia zobligowana jest do wykonania cytologii, ktora umozliwi wczesne wykrycie raka oraz zmian powodujacych chorobe – prosze zachowac spotkanie jesli jest ono wczesniej umowione.

❖ **Mammografia piersi:** Pomaga wykryc raka piersi, zanim Ty sama go zauwazysz – kobiety otrzymaja spotkanie po 50 roku zycia, ktore bedzie powtarzane co 3 lata – prosze zachowac spotkanie jezeli je otrzymacie.

#### **Nagle wypadki oraz pogotowie ratunkowe:**

##### ❖ **A&E (Oddzial naglych wypadkow)**

Oddzial naglych wypadkow bada i leczy pacjentow, ktorzy doznali powaznych obrazen lub chorob. Powinienes udac sie na pogotowie lub zadzwonic pod 111 w przypadkach takich jak: urazy(szczegolnie ciezkich obrazach i podejrzen zlaman), ciezkie oparzenia, powazne urazy tkanek miekkich wymagajace szwow,ciezkie urazy glowy, ciala obce w oczach i nosie, przedawkowanie lekow i alkoholu.

##### **Pogotowie ratunkowe:**

❖ Jezeli potrzebujesz transportu na spotkanie w szpitalu, nalezy skontaktowac sie z personelem recepcji conajmniej 3 dni wczesniej. W naglym wypadku mozesz zadzwonic pod numer 111.

##### **Mozesz skontaktowac sie bezposrednio w przypadkach:**

❖ Ostre bole w klatce piersiowej (lub dusznosci) u pacjenta z problemami serca, udar mozgu, mozliwe ataki padaczki, obrazenia osob starszych i kazdy przypadek utraty przytomnosci.

##### **Drobne choroby I drobne zabiegi:**

❖ Pielegniarki przeprowadzaja drobne zabiegi I zajmuja sie drobnymi chorobami. Z lekkim przypadkiem mozesz rowniez udac sie do City Care Centre na Thorpe Road, Peterborough, ktore jest otwarte od 8 rano do 8 wieczorem.