<u>ብሔራዊ የጤና አገልግሎት</u>
<u>National Health Service (NHS)</u>

ይህ በራሪ ጽሑፍ ስለ ብሔራዊ የጤና አገልግሎት (NHS) አሠራር የሚያስረዳ ነው ፡፡

በዩናይትድ ኪንግደም የጤና አገልግሎት የመስጠት ኃላፊነት የብሔራዊ የጤና አገልግሎት ሲሆን አገልግሎቱ ከሕዝብ በሚሰበሰብ የቀረጥ ገቢ ይተዳደራል ፡፡

የስደተኛነት ማመልከቻ አስገብተው መልስ በመጠባበቅ ላይ እና አሉታዊ መልስ ተሰጥቷቸው አቤት ብለው የፍርድ ቤት ውሳኔ እየጠበቁ የሚገኙትን ጨምሮ የጤና እንክብካቤ ለማንኛውም ሰው ነፃ ነው ፡፡ ነፃ መድኃኒት ፥ ነፃ የጥርስ ሕክምና እንደዚሁም ነፃ የዓይን ምርመራና የተወሰኑ የነፃ የመነጽር ትዕዛዞችን ለማግኘት ከNational Asylum Support Service [NASS] (ናሽናል አሳይለም ሰፖርት ሰረቪስ – ናስ) ወይም ከፋርማሲ ቤቶች የሚገኝ HC2 Form የተሰኘ ቅጽ ያስፈልጎታል ፡፡

ማናቸውም የብሔራዊ የጤና አገልግሎት ባልደረቦች ፤ ዶክተሮችን ፥ ነርሶችን እና አስተርጓሚዎችን ጨምሮ ስለእርስዎም ሆነ ስለጤናዎ ማንኛውም መረጃ ያለ ፈቃድዎ ለሌላ ሰው ወይም ለሌላ ድርጅት አያስተላልፉም ፡፡ የጤና እንክብካቤ በሙሉ ሚስጥር በጠበቀ ሁኔታ የሚሰጥ ሲሆን ከስደተኝነት ማመልከቻዎ ውሳኔ ጋር በምንም ዓይነት ግንኙነት አይኖረውም ፡፡

<u>የጤና አገልግሎት እንዴት አገኛለሁ?</u>

ሕመም ቢሰማዎት ወይም በእርስዎም ሆነ በቤተሰብዎ ላይ የጤና ስጋት ካደረበዎት General Practitioner (GP) ጄኔራል ፕራክቲሽነር (ጂፒ) በመባል ወደሚታወቁ በአቅራቢያዎት ወደሚገኙ ዶክተሮች ዘንድ በመሄድ እርዳታ ማግኘት ይችላሉ ፡፡ ዶክተሮቹ የሚገኙበት Surgery (ሰርጀሪ) ወይም (Health Centre) የጤና ማዕከል ተብሎ ይጠራል ፡፡

የሕክምና እርዳታ ለማግኘት ከጂፒ ዘንድ አስቀድሞ በተቻለ መጠን በአፋጣኝ መመዝገብ ያስፈልጋል ፡፡ ለመመዝገብ ስምዎትን ፥ የትውልድ ዘመንዎትን ፥ አድራሻዎትንና ስልክ ካልዎት የስልክ ቁጥርዎትን መስጠት ያስፈልጋል ፡፡ የማረፊያ ሥፍራ እንዲያገኙ እርዳታ የሰጥዎት Support Worker "ሰፖርት ወርከር" ካልዎት በዚህ ረገድ አስፈላጊ መረጃዎችን ሊሰጥዎት ይችላል ፡፡

በአንዳንድ ጂፒዎች ዘንድ ለመጀመሪያ ጊዜ ሲመዘገቡ አጠቃላይ የጤና ምርመራ ሊታዘዝልዎት ይችላል ፡፡ ይህን የጤና ምርመራ የሚያካሂዱት ነርሶች ሲሆኑ (ጤነኛ ቢሆኑም) በጣም አስፈላጊ በመሆኑ ቀጠርዎን ማክበር ይገባዎታል ፡፡

በጤና ማዕከሉ (በጂፒ) ዘንድ ለመመዝገብ ካልቻሉ የክልሉን የጤና ባለሥልጣን (Primary Care Trust) ለመመዝገብ ወደሚችሉበት የጤና ማዕከል እንዲመራዎት መጠየቅ ይችላሉ ፡፡

<u>ቀጠሮ እንዴት መውሰድ እችላለሁ?</u>

በጤና ማዕከሉ የሚገኙትን ዶክተሮች ወይም ነርሶች ለማየት በአካል በመቅረብ ወይም በስልክ አስቀድመው ቀጠሮ መውሰድ አለብዎት ፡፡ ሁልጊዜ ለማዘጋጀት ባይቻልም ፥ የወንድ ወይም የሴት ዶክተር/ነርስ ለማየት ምርጫዎትን ማሳወቅ ይችላሉ ፡፡

በጣም አስቸኳይ ላልሆኑ ቀጠሮዎች የተወሰኑ ቀናት መጠበቅ ያስፈልግ ይሆናል ፡፡ ለአስቸኳይ እርዳታ ዶክተር ማየት ከፈለጉ ፥ ቀጠሮ በሚወስዱበት ጊዜ ለሬሴፕሽኒሰቶቹ በማሳወቅ የዕለቱ ዕለት የመታየት ዕድል ሊኖርዎት ይችላል ፡፡ ዶክተርዎ እርስዎ ማዕከሉ ድረስ ለመምጣት የማይችሉ መስሎ ከታየው/ከታያት እቤትዎ ድረስ በመምጣት እርዳታ ለመስጠት ይሞክራሉ ፡፡

ከዶክተርዎ ዘንድ ቀጠሮ ሲወሰዱ የሚታዩት ከ 10 ደቂቃ ላልበጠ ጊዜ ነው ። ለእያንዳዱ የቤተሰብዎ አባላት የተለየ የቀጠሮ ሰዓት መውሰድ ይኖርቦታል ።

እባክዎ የቀጠሮ ሰዓቶትን በማክበር ይገኙ ። በቀጠሮዎ ለመገኘት ባይችሉ ወይም ቀጠሮዎን መሰረዝ ካስፈለግዎ ስልክ ደውለው የማሳወቅ ግዴታ አለብዎት ።

የእንግሊዘኛ ቋንቋ ባልችልስ?

ከዶክተርዎ ወይም ከነርስዎ ጋር ስለችግርዎ በደንብ መግባባት አስፈላጊ ስለሆነ አስተርጓሚ የሚያስፈልግዎት ከሆነ ቀጠሮ በሚወስዱበት ጊዜ ለሬሴፕሽኒስቶሰቹ የሚፈልጉትን ቋንቋ ካሳወቋቸው አስተርጓሚ ይቀርብልዎታል ።

በጤና ማዕከሉ የሚገኙ ሌሎች ባለሙያዎች (ከዶክተሮች ሌላ)

(Nurses) ነርሶች፥ በከፍተኛ ደረጃ የሰለጠኑ ሲሆኑ እንደ ክትባት ፣ የወሊድ መከላከያ ምክርና የስኳር በሽታ ለመሳሰሉ የተለየዩ የጤና እንክብካቤና አጠቃላይ የጤና ምክር አገልግሎት ይሰጣሉ ።
(Midwives) አዋላጆች፥ ለእርጉዞችና አዲስ ለተወለዱ ሕፃናት እንክብካቤ ያደርጋሉ ። አገልግሎታቸውን በቅድመ (ante) እና በድኅረ (post) ወሊድ ወቅት የሰጣሉ ።
(Health Visitors) የጤና ጎብኝዎች (ሄልዝ ቪዚተሮች)፥ ለልጆችና ለቤተሰብ እቤት ድረስ በመጎብኘትና በጤና ማዕከላት ክሊኒኮችን በማካሄድ እርዳታ የሚሰጡ ነርሶች ናቸው ።

ስፔሻሊስት ዶክተር ማየት ቢያስፈልገኝስ?

ጂፒዎ ለሚያስፈልግዎት የጤና እንክብካቤ ሁሉ ከሞላ ጎደል እርዳታ ይሰጣል ። አስፈላጊ ሆኖ ሲገኝ ወደ ስፔሻሊስት ዶክተር/ሕክምና ወይም ሆስፒታል እንዲላኩ የሚወስነው ዶክተርዎ ነው/ናት ። በዩናይትድ ኪንግደም የሆስፒታል ወይም የስፔሻሊስት ዶክተር ቀጠሮ ረዥም ጊዜ ያስጠብቃል ።

ዶክተርዎ ወደ ሆስፒታል ካስተላለፍዎ በኋላ ሆስፒታሉ የቀጠሮ ደብዳቤ ይልክልዎታል ። በቀጠሮው አስተርጓሚ እንዲገኝልዎት ከፈለጉ ሆስፒታሉን ማሳወቅ አለብዎት ።

አንዳንድ ጊዜ ሆስፒታሉ ከሚኖሩበት ራቅ ባለ ሥፍራ የሚገኝ ይሆናል ። የ“ናስ” HC2 Form የተሰኘው ቅጽ በእጅዎ ካለ ለትራንስፖርት ላወጡት ወጪ ክፍያ መጠየቅ ይችላሉ ።

በታካሚ የሚያዝ የጤና ማኅደር

በታካሚ የሚያዝ የጤና ማኅደር (ሰማያዊ ደብተር) ተሰጥቶት ከሆነ ከዶክተርዎ ወይም ከነርስዎ ጋር ቀጠሮ ባልዎት ጊዜ ሁሉ ይዘውት እንዲቀርቡ ይጠየቃሉ ። በዚህ ማኅደር ውስጥ የሚሰፍረው መረጃ ለእርስዎና ለብሔራዊ የጤና አገልግሎት ባልደረቦች ብቻ ነው ። ሌላ ማንም ሰው የማንበብ/የመመልከት መብት የለውም ።

ሌላ የጤና እርዳታ ማን ሊሰጠኝ ይችላል?

መድኃኒት
ዶክተርዎ መድኃኒት እንዲወስዱ ከፈለገ የመድኃኒት ማዘዣ ይሰጥዎታል ። ማዘዣውን ይዘው ፋርማሲ ዘንድ በመቅረብ መድኃኒትዎን መውሰድ ይችላሉ ። መድኃኒቱን በነፃ ለመውሰድ HC2 Form ቅጽ ማሳየት አለብዎት ። ፋርማሲስቶች አነስተኛ ለሆኑ የጤና ችግሮች ምክር መስጠት ይችላሉ ። እንደ ራስ ምታት እና ሌላ የሕመም ማስታገሻ መድኃኒቶች ወይም እንደ ሳል መድኃኒት የመሳሰሉ መድኃኒቶችን ያለ ዶክተር ማዘዣ ከፋርማሲ መግዛት ይችላሉ ።

የጥርስ ሕክምና

ለጥርስ ሕመም ችግር የጥርስ ሐኪም ዘንድ በመመዝገብ እርዳታ ማግኘት ይቻላል ፡፡ በጥርስ ሐኪም ዘንድ ለመመዝገብ ችግር ካጋጠምዎት ባቅራቢያዎ የሚገኘው የጤና ባለሥልጣን (Primary Care Trust) *ወይም የብሔራዊ የጤና አገልግሎት* (NHS Direct) *ሊረዳዎት ይችላል ፡፡*

የዓይን ሕክምና

*የዓይን ምርመራ እና መነፅር እንዲታዘዝልዎ ቢፈልጉ በየአካባቢው በሚገኙ የዓይን ሐኪሞች ዘንድ ቀጠሮ በመውሰድ እርዳታ ማግኘት ይችላሉ ፡፡ የ*HC2 Form *ቅጾትን በማሳየት ነፃ የዓይን ምርመራና የተወሰኑ የመነፅር ዓይነቶችን በነፃ ማግኘት ይችላሉ ፡፡ ለበለጠ መረጃ የዓይን ሐኪሙን ይጠይቁ ፡፡*

የተመዘገቡበት የጤና ማዕከል ዝግ በሚሆንበት ጊዜ

*ዶክተሮች የሚገኙበት የጤና ማዕከሎች በአብዛኛው ከጠዋቱ ሁለት ሰዓት ተኩል እስከምሽቱ አሥራ ሁለት ሰዓት ተኩል (በአበሻ አቆጣጠር) ወይም ከ*8:30 am *እስከ* 6:30 pm *(በፈረንጆች አቆጣጠር) ከሰኞ እስከ ዓርብ ክፍት ሆነው ግልጋሎት ይሰጣሉ ፡፡ በጣም አስቸኳይ ለሆኑና የጤና ማዕከሉ እስኪከፈት ድረስ (ማለትም ሌሊት ፥ ቅዳሜና እሁድ ወይም በበዓላት ወቅት) ለማይጠብቁ የሕክምና ችግሮች ከዚህ በታች የተጠቀሱትን የስልክ ቁጥሮች በመደወል የሕክምና እርዳታ መጠየቅ ይቻላል ፡፡*

እርዳታ ለማግኘት ለክልሉ "የሥራ ሰዓት ውጪ አገልግሎት" መደወል ይቻላል ፡፡ አንዳንድ ጊዜ እርዳታው በስልክ ምክር መስጠት ሊሆን ይችላል ፤ ሌላ ጊዜ ደግሞ በአቅራቢያዎት ወደሚገኝ ሌላ የጤና ማዕከል እንዲሄዱ ሊጠየቁ ይችላሉ ፡፡ አለዚያም ባለሙያው እቤትዎ ድረስ በመምጣት አስፈላጊውን የጤና እርዳታ ይሰጥዎታል ፡፡

ከመደበኛ የሥራ ሰዓት ውጪ የጤና እርዳታ ለማግኘት .... ይደውሉ

ከዚህ በተጨማሪ የብሔራዊ የጤና አገልግሎት NHS Direct *በሚሰጠው ቀጥተኛ የሕክምና ድጋፍና የጤና ምክር መገልገል ይችላሉ ፡፡*

ከብሔራዊ ቀጥተኛ የጤና አገልግሎት NHS Direct *የጤና ምክር ለማግኘት* 0845 46 47 *ይደውሉ*

እንግሊዘኛ የመናገር እክል ካለብዎት ከፍ ብለው የተጠቀሱትን ቁጥሮች ሲደውሉ የሚናገሩትን ቋንቋ አስቀድመው በሚገባ በመግለጽ በስልክ አስተርጓሚ እንዲቀርብልዎት መጠየቅ ይችላሉ ፡፡ (ለምሳሌ ስልኩ ሲነሳ "አምሃሪክ" በማለት ደጋግመው መናገር) ፡፡ አለበለዚያ ዘመድ ፥ ጓደኛ ወይም "ሰፖርት ወርከርዎ" ደውለው አስተርጓሚ እንዲጠይቁልዎት ማድረግ ይችላሉ ፡፡ አስተርጓሚው ከቀረበ በኋላ የጤና ችግርዎን በዝርዝር ማስረዳት ይችላሉ ፡፡ ስምዎትን እና የሚኖሩበትን አድራሻ ሊጠየቁ ይችላሉ ፡፡ ይህ አስፈላጊ መረጃ ስለሆነ መግለጽ ይኖርብዎታል ፡፡ መረጃው ለማንም አይተላለፍም ፡፡

በአደጋና ለድንገተኛ የጤና ችግር

ለድንገተኛና ለአሳሳቢ ሕመም የሕክምና እርዳታ በሚያስፈልግበት ጊዜና የተመዘገቡበት የጤና ማዕከል ዝግ ሲሆን 999 *(ነፃ ስልክ) በመወደል የአምቡላንስ አገልግሎት ማግኘት ይችላሉ ፡፡ አለዚያም በአቅራቢያዎ ወደሚገኘው ሆስፒታል የአደጋና የድንገተኛ ክፍል* (Accident & Emergency Department) *ድረስ በመሄድ እርዳታና እንክብካቤ ማግኘት ይችላሉ ፡፡*

ይህ አገልግሎት ለአደጋና ለድንገተኛ እክሎች ብቻ ስለሆነ ለመለስተኛና ለአነስተኛ እክሎች እንዳይጠቀሙ እናሳስባለን ።

የጂፒ እና የአካባቢ የስድተኛ ጠያቂዎች የጤና ቡድን አድራሻዎች