CITY UNIVERSITY OF LONDON EST 1894

REFUGEE COUNCIL SUPPORTING AND EMPOWERING REFUGEES

ኣየናይ ናይ NHS ኣገልግሎታት እዩ ዘድልየኒ፡

	ርእስ - ክንክን	ናይ ስኒ - ሓካይም	ፋርማሲታት	GP ሰርጀሪታት	ብእግሪ ዝኽየዱ ማእከላት	NHS 111	ህጹጽ ረድኤት ሕክምና ኣእምሮ	ሆስፒታል A&E / 999
ኣገልግሎታት	ርእስ - ክንክን ክበሃል ከሎ፡ ንገዛእ ርእስኹም ብጥዑይ መገዲ ምክንኻን ማለት እዩ።	ኣፍካ፡ ኣስናንካን ግርጻንን ጥዕንኡ ዝተሓለወን ካብ ቃንዛ ናጻን ንኽትትከውን ዘድሊ ዝኾነ ዓይነት ሕክምና።	ፋርማሰኛታት ናይ መድሃኒት ክኢላታት እዮም። ጥዕናዊ ምኽሪ፡ ክታበትን ልሙዳት መድሃኒታት ክህቡ ይኽእሉ።	GPታትን ነርሳትን ልብኹም፡ ኣካላትኩምን ኣእምሮኹምን ጥዑይ ንክኸውን ኣብ ዝተፈላለዩ ፀገማት ክሕግዙ ይኽእሉ እዮም። GPታት መርመራ፡ ምኽሪ፡ ክታበትን ሕክምናን፡ መድሃኒት ዝእዝዙ፡ ንኻልእ ጥዕናዊ ኣገልግሎትን ማሕበራዊ ኣገልግሎታትን ዝጠቅስ መወከሲ ይህብ።	ኣብ ሓንቲ መዓልቲ ናይ GP ሓኪምኩም ዘይርከብ እንተ ኮይኑ፡ ህጹጽ፡ ቀሊል መጉዳእቲታትን ሕማምን እንተ ኣጋጢምኩም፡ ምብጻሕ	ህጹጽ ናይ ሕክምና ጸገም እንተሃልዩኩም ግን እንታይ ክትገብሩ ከምዘለኩም ርግጸኛ እንተዘይኮይንኩም ሓገዝ ክትረክቡ ትኽእሉ ኢኹም።	ንስኹም ወይ እትፈልጥዎ ሰብ ንገዛእ - ርእስኹም ወይ ንኻልእ ሰብ ኣብ ሓደጋ ምጉዳእ ምስዝርከቡ፡ ደገፍ ንምርካብ መስመር ሓገዝ።	ክፍሊ ህጹጽ ረድኤት ከቢድ ጉድኣት ንዘጋጠሞም ሰባትን ህጹጽ ረድኤት ንዘድልዮምን ንምሕካም ከምኡ 'ውን ህይወት ዘድሕን ሕክምና ንምግባር ይጠቅም።
ጸገማት	ምክትታል ኣመጋግባኹም፡ ውልቃዊ ጽሬትኩም፡ ኣካላዊ ምንቅስቓስ ከምኡ ' ውን ኣብ እዋን ጸገም ጥዕና ወይ ጸቕጢ ኣብ	ኣኽሊላትን ድልድላትን፡ ሙግሊ ስኒ፡ ኣርቴፍሻል ስኒ (ናይ ሓሶት ኣስናን)፡ ሕክምና ሱር መትረብ፡ ምሕካኽ ከምኡ ' ውን ምልማጽ	ሰዓል፡ ቁሪ፡ ምሕርፋፍ ጎሮሮ፡ ጸረርታ ኣፍንጫ፡ ቅርጸት ከብዲ፡ ቃንዛ፡ ናይ ሓኪም ትእዛዝ ምድጋም	ዘየቋርጹ ፀገማት ከም ሕዱር ቃንዛ፡ ተምላስ፡ ኣዝማ፡ ናይ ቆርበት ጸገም፡ ቅርጸት ከብዲ፡ ሰዓል፡ ጸቕጢ ፡ ጓሂ፡ ናይ ድቃስ ጸገም፡ ናይ ሓሸሽን ኣልኮላዊ መስተን ጸገማት፡ ነብሰ - ጉድኣትን ነብስኻ ናይ ምጥፋእ ስምዒታትን። መከላኸሊ ጥንሲ፡ ክንክን ኣደታት፡ ምርመራ ጥዕና ሓደሽቲ ዕሸላትን ህጻናትን፡ ሕዱር ኩነታት ጥዕና	መግመይቲ ወይ እተጠርጠረ ምስባር ኣዕጽምቲ፡ ማሕረድቲ፡ መቁጸይቲ፡ ማህሰይቲ፡ ዕንፍሩር፡ ቀሊል ቃጸሎታት፡ ምሽሙላቅት፡ መንከስቲ፡ ውጽኣት፡ ናይ ጎሮሮን እዝንን ረኽሲታት	ናብ ሆስፒታል ክትከዱ ከምዘለኩም እንተሓሲብኩም፡ ትኸድዎ ወይ ትድውሉሉ ዝበለጸ ምቹእ ቦታ እንተዘይፈሊጥኩም፡ GP ክትረኽቡ እንተዘይኪኢልኩም፡ ብዛዕባ እንታይ ክትገብር ከምዘለኩም ምኽሪ ወይ መረጋገጺ እንተደሊኹም	ርእሰ - ምጕዳእ፡ ስምዒታት ርእሰ - ቅትለት ምፍጻም፡ ንኻልኦት ናይ ምጕዳእ ሓደጋ።	ብርቱዕ መድመይቲ፡ ቃንዛ ኣፍልቢ ወይ ናይ ምስትንፋስ ጸገም። ሃለዋትካ ምጥፋእ፡ ኣብ ገጽ ንዝወርዱ ጕድኣት፡ እተጠርጠሩ ምስባር ኣዕጽምትን ዓንዲ ሕቖን፡ መንከስቲ፡ ጸገማት ዓይኒ፡ ምውሳኽ ሙቐት።
ቀረብ	24/7	ብመዓልቲ	ብመዓልቲ	ብመዓልቲ	ብመዓልቲ	24/7	24/7	24/7
ቆጸራ	ኣይፋል	እወ	ኣይፋል	እወ	ኣይፋል	ኣይፋል	ኣይፋል	ኣይፋል
መስርሕ	ርእሰ - ክንክን መዓልታዊ ክትገብርዎ ኣለኩም።	ኣብ ናይ ስኒ ሓኪም ተመዝገቡ፡ ድሕሪኡ ቆጸራ ንኽትገብሩ ደውሉ ወይ ኢመይል ጸሓፉ።	ኣብ ዝመጻኹምዎ	ኣብ ናይ ከባቢኻ ስርጀሪ ተመዝገቡ። ቆጸራ ክትሕዙ ናብቲ ናይ GP ስርጀሪ መርበብ ሓበሬታ ብጽሑ፡ ደውሉ ወይ ናይ NHS App ተጠቀሙ።	ኣብ ዝመጻኹምዎ	ደውሉ 111	ናብ ሳምራውያን ብናጻ ደውል ብ 116 123 ወይ SHOUT ኢልኩም መልእኽቲ ጸሓፉ ናብ 85258 ወይ ኣብ ኽቱር ኩነታት 999 ደውል	ኣብ ዝመጻኹምዎ ወይ ኣምቡላንስ ንምጽዋዕ 999 ደውሉ (ክሳብ 4 ሰዓታት ክትጽበዩ ትኽእሉ)
ምኽርታት	ኣስናንኩም ምጽራይን ምንቅስቓስ ኣካላት ምግባርን ንልብኹምን ኣእምሮኹምን ጽቡቕ ከም ዝስምዖ ክገብር ይኽእል እዩ።	ናይ እቶት ደገፍ እንተሃልዩኩም፤ ካብ ግብሪ ምኽፋል ናጻ ምዃንኩም ምስክር ወረቐት እንተሃልዩኩም ወይ ነፍሰ ጾር እንተኾይንክን ናይ ስኒ ሓኪም ክፍሊት ክትከፍሉ ኣየድልየኩምን እዩ።	ንናትኩም GP ንምርኣይ ኣብ ትጽበየሉ እዋን ንንኣሽቱ ፀገማት ናይ ፋርማሰኛ ምኽሪ ክትረክቡ ትኽእሉ ኢኹም።	ቆጸራ ክትገብሩ ቴሌፎን እንተደዊልኩም ቅድሚ 9 ቅ.ቀ ደውሉ።	ጸገምኩም ህጹጽ ግን ከኣ ከቢድ እንተዘይኮይኑ፡ ናብ ብእግሪ ዝኽየዱ ማእከላት ብጽሑ።	ቅኑዕ ምርጫ ምኻኑ ንምርግጋጽ ናብ A&E ቅድሚ ምኻድኩም ደውሉ።	እዞም ኣገልግሎታት ምስጢራዊነት ዘለዎም እዮም።	ባዕልኹም ናብ ሆስፒታል ክትከዱ ትኽእሉ እንተኾይንኩም ኣምቡላንስ ምጽዋዕ ኣወግዱ።