



#RightCareFirstTime

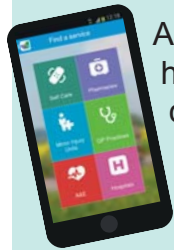


Tilmaamtaada adeegyada NHS ee deegaankaaga

Bristol, North Somerset iyo South Gloucestershire

Dookha fiican ee daryeelka saxda ah, markii ugu horeysay

Apps-yada telefoonka casriga oo lacag la'aan oo lagu talagaly bukaanada iyo daryeel bixiyaasha si loo hubiyo in lagga caawiyay inaad hesheen adiga iyo qoyskaaga daryeelka saxda, markii ugu horeysay.



App Helaha Adeega NHS wuxuu kaa caawin karaa inaad hesho meesha kugu dhaw, inta badan adeega ku haboon caafimaadka meelo walba oo aad joogto. Si aad u soo dejisato nooca deegaankaaga, 'raadi adeeg helaha NHS' kaydka app-kaaga.



App-ka HANDI NHS wuxuu bixiya talada iyo taageerada waalidiinya iyo daryeela daryeela canuga liita. Waxay leedahay talo toos ah waxaa la sameenayo iyo qofka la xiriirayo, oo ay la socoto qiimeynta guriga ee xanuunaada caadiga ah ee carruurnimada, ka Raadi 'HANDi App' kaydka app-kaaha.



Haddii aad jacesahay nuqulada dheeraad ah ee warqadan ama nuqadalada oo qaabka kale ah ama luqadaha, fadlan la xiriir 0117 900 2549.

Waxaa soo saaray Bristol, North Somerset iyo South Isbitaalka caafimaadka ee Gloucestershire Kooxda Commissioning.

November 2017



Soo dhawoow

Ma ogtahay halkiiba afar dadka deegaanka ee aada A&E inay uga heli karaan daryeelka si degdeg badan GP-kooda ama adeega caafimaadka ee bulshada kale?

Ama dadka badan ee aada GP-kood a xanuunada aad ugu yar inay heli karaan daryeel la mid ah iyo talada aadista faramshiga High street?

Marka aad tahay dhaawac ama aad xanuunsantahay, doorashada daryeelka saxda

ah, Markii ugu horeysay waxaad badbaadin kartaa waqtiga iyo dadaalka, sidoo kale caawinta aad ku habsanayso inaad hesho daaweynta aad u baahantahay sida ugu dhaqsiiyaha badan.

Waxayna sidoo kale u wanaagsantahay NHS, sababto ah waxay ka caawineysa inay u dego caadidiska adeegyada mashquulka ah waxayna sameenaysa isticmaalka ilaha ugu wanaagsan ee NHS.

Hel daryeelka saxda ah, marka ugu horeysay

Buug yaraahan wuxuu kaa caawin doonaa helista daryeelka saxda ah, marka ugu horeysa mcluumaadka ugu dambeya ee ku saabsan adeegyada kala duwan ee NHS, ee laga helo farmashiyaasha qeybaha dhaawacyada yar.

U baahan talo badan?

Ku wac NHS 111, lacag la'aan, marwalba.

Booqo barta NHS deegaankaaga:

www.southgloucestershireccg.nhs.uk/rightcarefirsttime

www.bristolccg.nhs.uk/rightcarefirsttime

www.northsomersetccg.nhs.uk/rightcarefirsttime

Ka soo degso NHS deegaanka adeega Barnaamijka adeega' helaha.

Firii faafaahinta bogga dambe.

Hel Waaxda kugu dhaw ee A&E

Qeybta Dhaawacyada yar iyo Waaxda Xaalada degdega ah ee Southmead

Gate 35, Level 0, Brunel building, Southmead Hospital, Southmead Road, Westbury-on-Trym, Bristol, BS10 5NB. Telefoon: 0117 414 5100 or 0117 414 5101.

Furan 24 saac, toddobo maalmood toddobaadkii oo ay ku jirto maalmahala fasaxa ee baniga.

Waaxda A&E ee Isbitaalka Guud ee Weston

Grange Road, Uphill, BS23 4TQ. Telefoon: 01934 636363 Waxay furantahay 8 ilaa 10pm, toddobomaalmoodtoddobaadkii oo ay ku jirto maalmahalafasaxa ee baniga. (Wixiifaafaahin ee ah xiritaanka A&E ku meelgaarkah ee halhabeen, arag www.waht.nhs.uk/AandE)

Waaxda A&E ee Isbitaalka Royal Bristol

Upper Maudlin Street, Bristol BS2 8HW. Telefoon: 0117 923 0000

Furan 24 saac, toddobo maalmood toddobaadkii oo ay ku jirto maalmahala fasaxa ee baniga.

Waaxda A&E ee Isbitaalka Caruurya ee Royal Bristol

Paul O'Gorman Building, Upper Maudlin Street, Bristol BS2 8BJ. Telefoon: 0117 923 0000

Furan 24 saac, toddobo maalmood toddobaadkii oo ay ku jirto maalmahala fasaxa ee baniga. Carruurta ilaa 16 da'da jirka ah.

Waaxda A&E Isbitaalka Isha ee Bristol

Lower Maudlin Street, Bristol BS1 2LX. Telefoon: 0117 342 4613 Furan 8.30am ilaa 4.30pm, toddobo maalmood toddobaadkii. Haddii aad qabto dhibaato isha oo degdeg ah ee ka baxsan saacadaha furista, la xiriir waaxda A&E ee kugu dhaw. Fadlan wac ka hor intaadan booqanin. Khadka degdega ah waxaa la heli kara 9am ilaa 4pm, Isniin-Jimco iyo 9am ilaa 2pm Sabti-Axad.

Waaxdayada A&E

Shiilka iyo xaalada Degdega ah ee Waaxyada (A&E) iyo 999 ee aad khatarta ah ugu ah xaaladaha degdega ah ee nolosha oo kaliya. Waad in u safartaa A&E haddii aad

awoodo. Haddii qofka aad u xanuunsanyahay, tusaale haddii aad dhacday ama neefsan kartid, wac 999 amabalasta.

A&E waxay u daran tahay xaaladaha degdega ah ee nolosha-khatarta ku ah sida:

- Miir beelis
- Xaalad jaho wareer oo daran oo aan ku haboonayn joojin
- daran, xabad xanuun daran
- neefta oo adag
- dhiig bax darran oo aan la joojin Karin
- ficil celinta xasaasiyada daran
- gubashada daran ama nabarada.

A&E, bukaanda xanuunka aadka u daran ayaa la hor arki doonaa ka hor inta aan la arkin kuwa aan lahayn xaaladaha degdega ah. Tani waxay ka dhigan tahay haddii aad qabto dhaawac yar ama jiro waxaa laga yaaba inaad sugto dhowr saacadoo daaweynta. Waxaa laga yaaba sidoo kale in lagu diro, tusaale, GP, xarunta walk-in ama qeybta dhaawacyada yar.

Haddii aan la hubin inay tahay xaalad degdeg ah, wac 111 koow si loo hubiyo inaad heshay daryeelka saxda ah, marka ugu horayso.

MA OGTAHAY? Waxaa laga yaaba in loo gudbiyo Qeybaha A&E adeeg kale haddii aad xaga u tagto dhaawac yar ama xanuun.

Daryeelka Iskaa

Daryeelka-iskaa waay waanaagsantahay haddii xaaladaada waa wax aad awoodi doonto inaad isku daaweyso guriga – Xaqiiqdii, guriga waa goobta ugu wanaagsan adiga.

Qeybta weyn ee soo kabashada xanuunada yar waa nasasho iyo biyo cabitaan badan. Waxaad horay u qorsheyneysa

kor u qaadista aasaaska daryeelka caafimaadka ee laga yaabo inaad u baahantahay, sida parastimoolka – weydii farmashiistahaada wixii talo ah ee u soo qaadashada daawooyinka arjaamada.

Haddii aad xanuunsantahay ma qabtid guri, weydi saaxiibka, xubinta qoyska ama daryeelaha si au kugu soo qaadan.

U baahan talo?

- NHS waxay doorataa astaan baaraha waxay kaa caawin kartaa inaad aqoonsato xaalada waxaa xiga ee la sameeyo – booqo www.nhs.uk
- Haddii daryeelayso canug liita, u isticmaal wixii tilmaam ah NHS app-ka HANDi smartphone xanuunka joogtada ah ee carruurnimada. Waa lacag la'aan in lagu soo dejisto telefoonada Apple iyo Android (ka fiirii bogga dambe wixii faafaahin ah).
- Booqo Visit www.nhs.uk/caafimaad qabka wixii talo ah si looga fogaado xanuunka bilaha qaboobaha.

Caafimaad qab

Qaabka ugu wanaagsan ee looga dheeraado inuu kugu dhaco xanuun waa inaad caafimaad qabtaa inta aad awoodo. Si wanaagsan u cun firfircoonow iyo qaado tallaalka hargabka haddii aad u qalanto, ama xaalada caafimaadka ee mudada dheer. tallaalka san buufiska ayaa sidoo kale loo heli kara carruurta – weydii GP-kaaga diyaarntiisa.

Farmashiyaasha

Farmashiistaha deegaankaaga (kimikeestaha) waa khabiirka daryeelka caafimaadka ee high street.

Waxay bixiyaan qarsoodi, talada khabiirka iyo daaweynta kala duwan ee xanuunada joogtada ah.

Waxay sidoo kale kaa caawin karaan inaad go'aasato haddii aad u baahantahay inaad aragto GP ama adeega caafimaad kale.

Ma loo baahna ballan, inta baadan waxay leeyihiin qolalka gaarka ah ee ku tashada.

Farmashiistaha wuxuu awooda:

- inuu bixiyo daawada la qoray
- inuu bixiyo daawo qorista ku noqnoqota iyada oo aan loo baahnayn in la booqdo GP-kaaga
- bixinta talada daaweynta dhibaatooyinka joogtada ah sida qufacyada iyo hargabuada
- bixinta caafimaadka galmada iyo talada kala dheeraynta
- siinta daaweynta xanuunada yar sida madax-xanuunka cayayaanka iyo cagta ciyaaraha.

Farmashiistaha wuxuu sidoo kale ku siin karaa kala dheeraynta xaalada degdeg ah oo u ku jirto the morning after pill.

Inta badan waxay furan yihiin xili dambe iyo dhammaadka todobaadyada, inta badan waxay furanyihiin marwalba qaar ka mid ah maalaha fasaxa ee Bangiga. Booqo barta deegaanka NHS ee waqtiyada ku furan (arag gudaha hore ee jaldiga) ama waqti walba NHS 111.

Hel Qeybta Dhaawacayada yar ee kugu Dhaw Qeybta Dhaawacayada yare e Southmead

Qeybta Dhaawacayada yar ee Isbitaalka Southmead wuxuu ku saleysanyahay gudaha Waaxda Degdeg ah. Arg Waaxdyada (bogga xiga) wixii faafaahin ah.

Qeybta Dhaawacayada yar ee Yate

West Gate Centre, 21 West Walk, Yate, BS37 4AX.

Telefoonka: 01454 315 355

Furan toddobado maalmool toddobaadkii waxaa ka mid ah maalmaha fasaxa Baniga

Is-Jim 8.30am ilaa 7.30pm, Sab-Axad 10am ilaa 1.30pm.

Rajatada waxaa la heli karaa Isniin ilaa Jimco 8.30am ilaa 4.30pm.

Qeybta Dhaawacyada yar ee Clevedon

Isbitaalka Clevedon Community Hospital, Old Street, Clevedon, North Somerset, BS21 6BS.

Telefoon: 01275 546852

Saacadaha furista Rajadatada : 9am ilaa 12pm iyo 2pm ilaa 4pm maalmaha toddobaad laha oo kaliya.

Xarunta Daryeelka Dedega ah ee

South Bristol South Bristol

South Bristol NHS Community Isbitaalka, Hengrove Promenade, Hengrove, Whitchurch Lane Bristol BS14 0DE.

Sat nav postcode: BS14 0DB.

Telefoon: 0117 342 9692

Raajooyinka waxaa loo heli karaa bukaanada ka weyn labo sano jir

Adeegyada Dhaawaca yar ee ku saleysan-GP South Gloucestershire

Dhaqamada South Gloucestershire sidoo kale wuxuu bixiya adeegyada dhaawacayada yar. Adeega waxaa la heli kara inta lagu jiro qaliinka GP caadiga furista waqtiyada maalmaha toddobaadk. Wac qaliinka GP iyo qabso ballanta si loo isticmaalo adeega.

Qeybaha Dhaawacyada Yar

Oddziały drobnych obrażeń oferują pomoc w przypadku obrażeń wymagających nagłej opieki, ale które nie są krytyczne lub zagrażające życiu. Pomoc oferowana jest zarówno dzieciom, jak i osobom dorosłym.

MIUs waxay kaa caawin kartaa:

- Murgacashada, dhaawacyada, jeexitaanka iyo faashadaha
- Gacanta, cagta iyo dhawacyada lugta
- qaniinitada, gubashada yar iyo nabarada
- lafaha jabay
- dhaawacyada yare e madaxa
- dhibaatooyinka isha sida xoqdinta iyo banaanka isha ee jirka.

Waxay ku jiran meelaha ku haboon iyo waxaad arki kartaa sida ugu dhaqsiyadaha badan. Xaqiiqdii, inta badan waaxdayada A&E waxay u gudbin doonaa Xarunt ugu dhaw Walk-in ama qeybta dhaawacyada yar haddii aysan xaaladaada ahayn mid aan u darnayn A&E – sida darted waxaad badbaadin kartaa waqtiga tixgelinta haddii aad is toos ah u aado halkaa.

Inta badan qeybaha dhaawacyada waxay furan yihiin mudo dheer. Ma u baahnid inaad sameeyso ballana waxaad arki doontaa shaqaalaha kalkaaliyaha degan, goobta degan.

MA OGTAHAY? Sugitaanka waqtiyada qeybaha dhaawacyada yar waxay aad u yaraan karaan A&E.

Qaliinada GP

Kala xiriir deegaanka GP-kaaga wixii caawin ah ee aan ahayn xanuunada degdeg ah ama dhaawacyada aan tagin.

GPs waxay bixisay adeegyo kala duwan ballanta waxaa ka mid ah talada caafimaadka, baaritaanada iyo daawo qorista, iyo isticmaalista GP waxay badbaadin kartaa waqtiga sida ay u ogaadan taarikkhda caafimaadka.

Inta badan waxay furan yihiin saacadaha dheeriga ah waxaa ka mid ah subaxa hore, fiidadka dambe iyo Sabtiyada, waxayna bixiyaan ballamaha degdeg ee kiisaska degdega ah.

Ka ma diiwaangashnid GP? Waxaad ka heli kartaa qaliinka ugu dhaw adiga oo booqanaya barta NHS (arag gudaha hore ee jaldiga) ama waqti walba NHS 111.

GP ka Baxsan Saacadaha Adeega

Haddii aad rabto inaad aragto GP ka baxsan saacadaha caadiga ah ee qaliinka sababto ah waxaad qabtaa baahi caafimaad oo degdeg ah taas oo aan sugi Karin ilaa uu dib uga furmo qaliinka, wixii caawin ah waxaad wici kartaa NHS 111. Haddii aad u baahantahay, waxay kugu toosin karaan saacdaaha ka baxsan daryeelka degdeg ah ee adeega GP.

Adeega waxaa ka shaqeeya GPs iyo kalkaaliyaasha, kaas oo bixiya talada telefoonka, talooyinka fool ka foolka, ama ku booqashooyinka bukaanada aan guriga ka soo bixi karin.

Waxaa la heli karaa inta lagu jiro saacadaha la xiray qaliinka GP-kaaga, inta u dhaxeysa 6.30pm ilaa 8am maalinta toddobaadka, iyo 24 saac maalin walba ee toddobaayada iyo Maalamaha fasaxa Baniga.

Ma Ogtahay? Adeega ka baxsan saacadaha GP in la heli karo 24 saacadood maalinta waqtiga toddobaadka

NHS 111

NHS 111 waa telefoon caawin ah oo loogu talagalay marka aad u baahantahay caawin caafimaad ama talo laakiin ma ahan xaalad khatar ku ah nolosha. Waxay furan tahay 24 saac maalintii, maalin walba sanadkii waana lacag la'aan inaad ka soo wacdo landline

ama mobaylka gacanta. Isticmaalista 111 waxay ka caawin doontaa inaad hesho daryeelka saxda ah, marka ugu horeysa, waxaad badbaadin kartaa waqti, dadaal iyo safarada lagama marmaanka ah.

Wac 111 haddii:

- aad u baahan tahay caawinta caafimaadka degdeg ah laakiin ma ahan 999 degdeg ah
- waxaad u maleeysaa inaad u baahantahay inaad aado A&E ama baahida kale ee adeega daryeelka degdega NHS sida dhaawacyada yar ama saacadaha ka baxsan GP
- aadan garanaynin qofka aad waceyso ama ma rabtid inaad wacdo GP
- aad u baahantahay caafimaadka ama macluumaadka caafimaadka, taageerada ku saabsan waxa xiga ee la sameeynayo.

Marka aad wacdo 111, waxaad la heli doontaa la taliyaal tababaran ama kalkaaliyaal, oo qiimeyn doonaa astaamaha ayaa kadib ku siinaya talada aad u baahantahay ee daryeelka caafimaadka, ama waxay kugu toosinayaan adeega deegaannka ayaa kuu caawin kara si wanaagsan. Haddii ay tahay degdeg, waxaa loo soo diri doonaa ambalans si degdeg ah.

MA OGTAHAY? NHS 111 ayaa ku sameeyn karta ballanta adeega saxda ah ee baahidaada waxayna ku soo diri doonaan amabalas haddii ay degdege tahay.

Xaruumaha Walk-in

Xarumaha NHS ee Walk-in waxay sii degdeg ah u bixisa iyo isticmaalka ku haboon ee talada caafimaadka, macluumaadka iyo gargaarka degdega ah. Waxaad socon kartaa toddobo maalmood toddobaadkiiba.

Kalkaaliyaasha xirfadlayasha ah waxay ka shaqeeynaa waxayna bixiyaan gacanta caawiyanta iyo halka aad u baahantahay.

Adeega wuxuu heli kara dhammaan bukaanada haddii ay ka diwaangashantahay deegaanka GP ama maya.

Adeega wuxuu daaweyn karaa xanuun walba oo yar ama dhaawac yar waxayna bixiyaan adeegyada kale sida kala dheeraynta degdega ah iyo maareynta dhawaaca.

Xarunta kugu dhaw ee Walk-in:

Bristol City Walk-in Centre
Broadmead Medical Centre (above Boots),
59 Broadmead, Bristol BS1 3EA

Telefoon: 0117 954 9828
Furan Isniin – Sabti 8am - 8pm

Adeega Broadmead walk-in waa in la arko kalkaaliyaha laga bilaabo 8am-4pm Isniin – Jimco. Kadib 4pm waxaa lagu siin doona ballan. Ballamaha waxaa la heli kara 6pm waxaana laga raba inaad shaqsi ahaan inaad u qabsato xarunta.

Adeega sidoo kale wuxuu furan yahay Sabti 8am ilaa 8pm (markii laga reebo Axada Easter iyo Maalinta Ciida Masiixiga) 11am-5pm. Adeega The walk in si loo arko kalkaaliyaha la heli ilaa 6.30pm Sabtiyada iyo 3.30pm Axadaha.