



## Nagle sytuacje zagrażające życiu

SOR (A&E, także zwane, Emergency Department, ) udziela pomocy w stanach zagrażającym życiu, takim jak:

- Utrata przytomności
- Napady drgawek
- Nagły i ostry ból w klatce piersiowej
- Problemy z oddychaniem
- Udar mózgu
- Silne krwawienie, którego nie można zatrzymać
- Uporczywe myśli o samookaleczeniu i samobójstwie

**Jeśli potrzebujesz natychmiastowej pomocy, bo Twoje lub czyjeś życie jest zagrożone, zadzwoń pod numer 999 lub udaj się do najbliższego SOR (A&E).**

Pamiętaj, SOR (A&E) udziela pomocy w sytuacjach nagłych, zagrażającym życiu.

**Jeśli nie jest to sytuacja zagrażająca życiu, najpierw skontaktuj się z NHS 111 zanim udasz się do A&E.**

**NHS**

For different language versions of this leaflet, please scan the QR code.

للحصول على هذا المنشور بلغات أخرى، من فضلك الرجاء مسح رمز الاستجابة السريعة أدناه.

مختلف زبانوں کے کتابچہ کے لیے نیچے دیے گئے QR کوڈ پر اسکین کریں۔

Inne wersje językowe tej ulotki dostępne poprzez skanowanie kodu QR.

Si aad warqdan oo afaf kale ku qoran u heshid, fadlan Sawir QR koodka hoose.

扫描下方二维码可详细阅读本单张之中文版内容

Pentru versiuni in alte limbi ale acestui pliant, vă rugăm să scanați codul QR de mai jos.



Aby uzyskać inny format tej ulotki napisz email na adres: [bnssg.customer.service@nhs.net](mailto:bnssg.customer.service@nhs.net) lub zadzwoń 0117 900 2655.

**Healthier Together**

Improving health and care in Bristol, North Somerset and South Gloucestershire

© BNSSG CCG 2022

**NHS**

## Źle się czujesz i potrzebujesz porady zdrowotnej?

Przewodnik do uzyskania właściwej pomocy w najszybszy sposób.





## Samoopieka w domu.

Odwiedź NHS.uk aby sprawdzić swoje symptomy i dowiedzieć się jak leczyć drobne dolegliwości i choroby w domu.

## Opiekuj się chorym dzieckiem?

Darmowa aplikacja NHS HANDi App dostarcza szczegółowych porad dla rodziców małych dzieci. Aplikacja jest dostępna na telefonach typu Android i iPhone.



## Zapytaj farmaceutę.

Farmaceuta może udzielić porady dotyczącej leków lub pomóc z problemami takimi jak kaszel, przeziębienie, wysypki lub alergie.

Farmaceuci mogą pomóc w zrealizowaniu recepty w nagłych wypadkach oraz w wydaniu awaryjnej antykoncepcji a także powiedzą czy konieczna jest wizyta u lekarza GP.



## Wyszukiwarka Serwisu

Aby uzyskać dodatkowe informacje dotyczące serwisu NHS, zeskanuj kod QR lub odwiedź [bnssgccg.nhs.uk/health-services](https://bnssgccg.nhs.uk/health-services)



## Porozmawiaj ze swoim lekarzem rodzinnym (GP)

Jeśli jesteś chory lub martwisz się o swoje zdrowie i samoopieka oraz rozmowa z farmaceutą nie pomogła, porozmawiaj ze swoim lekarzem rodzinnym.

Możesz się skontaktować przez telefon, przez internet lub poprzez aplikacje NHS. Jeśli nie jesteś zarejestrowany u lekarza rodzinnego, kliknij powyższy link, aby znaleźć najbliższą placówkę.

111

## Najpierw skontaktuj się z NHS

**111** Kiedy potrzebujesz pilnej pomocy medycznej, ale nie jest to sytuacja zagrażająca Twojemu życiu, najpierw skontaktuj się z NHS 111, poprzez stronę internetową [111.nhs.uk](https://111.nhs.uk) lub poprzez darmowy numer telefonu 111.

Serwis **NHS 111** jest dostępny 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Możesz otrzymać natychmiastową pomoc i zostać przekierowany do właściwego, dobranego do Twoich potrzeb serwisu. Jeżeli będziesz tego potrzebować, pracownik służby zdrowia skontaktuje się z Tobą w celu konsultacji telefonicznej.



## Minor Injury Units oraz Urgent Treatment Centres

Minor Injury Units (MIUs) w Yate oraz Clevedon udzielają pomocy w sytuacjach niezagrażających życiu takich jak:

- Drobne złamania i urazy
- Lekkie oparzenia
- Skręcenia
- Skaleczenia, rany i drzazgi
- Drobne urazy oka

Urgent Treatment Centre (UTC) w Hengrove, na południu Bristolu udziela pomocy w przypadkach wymienionych powyżej, jak również w lekkich chorobach.

**Centra opieki są otwarte od 8:00 rano do 8:00 wieczorem (do 9:00 wieczorem w Clevedon MIU) siedem dni w tygodniu.**

**Skontaktuj się z NHS 111 po dodatkowe informacje dotyczące najbliższej placówki.**

W godzinach otwarcia placówki możesz również przyjść bez uprzedniej rejestracji.

**Yate MIU**, 21 West Walk, Yate BS37 4AX.

**Clevedon MIU**, Old Street, Clevedon BS21 6BS.

**Bristol UTC**, Hengrove Promenade, Bristol BS14 0DE.

