

فهم سبب الإحالة إلى التتبع السريع العاجل

لماذا أحتاج إلى موعد للتتبع السريع؟

قرر طبيب الرعاية الأولية المختص بحالتك أنك بحاجة إلى تتبع سريع لإجراء المزيد من الفحوصات للتحقق من أعراضك.

قد تظهر الأعراض بسبب عدد من الأمراض، والتي قد تشمل السرطان، ومن ثم، فمن المهم أن يتم فحصك سريعًا. فكلما تم رصد مرض السرطان مبكرًا، تزداد فرصة نجاح العلاج.

تذكّر...

من المهم أن تتذكر أنه على الرغم من إحالتك لإجراء التتبع السريع، فإن هذا لا يعني بالضرورة أنك مصاب بالسرطان. غالبية الأشخاص الذين يتم إرسالهم للحصول على موعد للتتبع السريع لا يعانون من السرطان. طلب الطبيب المختص بك أن يتم فحصك سريعًا. لذا نرجو بذل بعض الجهد والتحلي بالمرونة وحضور الموعد الذي يرتبه لك المستشفى.

ماذا سيحدث بعد ذلك؟

- يقوم طبيبك حاليًا بإرسال التفاصيل الخاصة بأعراضك إلى المستشفى. يرجى التأكد من أن عيادة الطبيب المختص بك تحتوي على رقم هاتفك الصحيح للوصول إليك أثناء النهار (خط أرضي أو رقم هاتف جوال)
- من المزمع أن يتصل بك المستشفى في غضون خمسة أيام عمل لإبلاغك بالموعد. وقد يكون الموعد مخصص لإجراء اختبار (مثل فحص تصويري) أو لرؤية طبيب رعاية ثانٍ. ويمكنك توقع تلقي مكالمات هاتفية أو رسالة نصية من موظفي الحجز في المستشفى لترتيب الموعد معك.
- إذا لم يتم الاتصال بك في غضون خمسة أيام عمل، فيرجى الاتصال بالمستشفى الذي تم إحالتك إليه والتحدث إلى أحد الموظفين في قسم التتبع السريع.

بيانات الاتصال	الإحالة إلى
أمانة شمال بريستول: مستشفى ساوثميد فريق التتبع السريع لقوائم الانتظار لأسبوعين على الرقم 0117 414 0538	
مستشفيات جامعة بريستول ووستون: مواقع بريستول الإحالة إلى قسم الأوقات الجدية: 0117 342 3277. كافة الإحالات الأخرى: 0117 342 7641، 0117 342 7643، 0117 342 7644، 0117 342. إذا أجاب عليك المجيب الآلي عبر الهاتف، فيرجى ترك رسالة قصيرة تتضمن اسمك وتاريخ ميلادك ورقم هاتفك.	
مستشفيات جامعة بريستول ووستون: مستشفى ويستون العام فريق التتبع السريع لقوائم الانتظار لأسبوعين على الرقم 01934 647227	

- من المفيد أن تخبر أي شخص تعيش معه أنك تتوقع تلقي مكالمات. لن يُسمح لموظفي المستشفى بالتحدث إلى أي شخص آخر حول موعدك ما لم تمنحنا موافقتك على القيام بذلك، لذا ستحتاج عائلتك إلى تحويل أي مكالمات من المستشفى إليك.
- من المزمع أيضًا أن تتلقى رسالة حول تاريخ وقت الموعد، لذلك لا تقلق إذا كنت غير قادر على الرد على المكالمات. بناءً على المعلومات التي نذكرها طبيبك، سيكون الموعد إما لمقابلة أخصائي في قسم العيادات الخارجية، أو لإجراء بعض الفحوصات، أو كلاهما، بحسب ما ينطبق على حالتك.

- يمكنك اصطحاب أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء إلى أي موعد في المستشفى.

ماذا سيحدث في المستشفى؟

موعدك سيكون إما للحصول على استشارة أو لإجراء اختبار تشخيصي، أيهما كان أكثر مناسبة لحالتك وأكثر أماناً وسرعة. إذا كان الأمر يتعلق باختبار تشخيصي، فسيتم إرسال تفاصيل حول ما يمكنك توقعه وأي تحضيرات مطلوبة، ونرحب إحضارك أي شخص معك إلى الموعد. عندما تقابل الطبيب المتخصص لأول مرة، فقد ترغب في طرح هذه الأسئلة وتدوين الإجابات:

- هل سأحتاج إلى أي الخضوع لفحوصات؟ إذا كان الأمر كذلك، ما الفحوصات التي أحتاجها؟
- هل سأحتاج إلى البقاء في المستشفى؟
- هل من الضروري أن يحضر معي شخص آخر إلى الفحوصات؟
- متى سأعرف نتائج الفحوصات؟
- من سيخبرني بالنتائج؟
- ماذا سيحدث بعد ذلك؟

البقاء بحالة جيدة أثناء انتظار الفحوصات

قد يكون وقت انتظار الفحوصات والعلاج المحتمل للسرطان مثيراً للقلق. يمكنك **الانتظار بشكل جيد** باتباع نصائح الخدمات الصحية الوطنية (NHS) حول نمط الحياة الصحي، بما في ذلك اتباع نظام غذائي متوازن وممارسة الرياضة والإقلاع عن التدخين وتقليل شرب الكحول. تبدأ التغييرات الصحية بإجراء تغييرات طفيفة.

اتبع هذا الرابط لتلقي المزيد من الدعم

<https://www.nhs.uk/better-health/>

اتبع هذا الرابط للعثور على الدعم في أن تصبح أكثر نشاطاً

<https://www.nhs.uk/better-health/get-active/>

يمكنك أيضاً أن تجد طرق بسيطة لتحسين حالتك المزاجية في مبادرة "Every Mind Matters"

<https://www.nhs.uk/every-mind-matters/>