



يمكنك الاتصال بخط الهاتف المجاني الخاص بهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) على مدار 24 ساعة عن طريق الاتصال بالرقم 111 للحصول على المعلومات والمشورة الصحية. كما يمكنك أن تطلب مترجمًا فورًا بلغتك بقول interpreter please (مترجم فوري من فضلك).



## الأدوية الأساسية



يمكن للصيادلة تقديم المشورة الطبية والأدوية لمجموعة من الأمراض البسيطة مثل السعال ونزلات البرد والتهاب الحلق ومشاكل أوجاع وآلام البطن. سيخبرك الصيدلي إن كنت بحاجة إلى زيارة طبيب أو توجيهك إلى مختصين آخرين في الرعاية الصحية لتأكد من تلقيك المساعدة التي تحتاجها. يمكنك أيضًا شراء الأدوية للأمراض البسيطة أو لوازم الإسعافات الأولية من الصيدلية أو السوبر ماركت! للعثور على أقرب صيدلية، برجاء زيارة

[www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy](http://www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy)



## العناية بالأسنان والعيون



للبحث عن طبيب أسنان [www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist)  
للبحث عن أخصائي بصريات [www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/opticians/](http://www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/opticians/)  
إن كنت تعاني من ألم الأسنان، فيتعين عليك الاتصال بـ 111 للحصول على الخدمات الطبية العاجلة في مجال رعاية الأسنان



## الإدارة الطبية وتنسيق الرعاية الطبية طويلة الأجل

والتوصيل إلى المتخصصين في المستشفى

## عيادة الممارس العام أو المركز الطبي

يمكن للممارس العام تقديم المشورة الطبية والتشخيص ووصف الأدوية. قد تكون نقطة الاتصال الأولى لك في حالة وجود العديد من مخاوف الصحة الجسدية والنفسية. فعيادة الممارس العام مسؤولة أيضًا عن تنسيق وإدارة خدمات الرعاية الصحية طويلة الأجل المقدمة إليك ويمكنها إحالتك للمختصين إن كنت بحاجة إلى المزيد من خدمات المستشفى المتخصصة من الأفضل التسجيل في عيادة الممارس العام لتلبية احتياجاتك الصحية المستمرة



[www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/](http://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/)

## خدمات صحة المجتمع ← الحمل والرعاية الصحية للطفل وخدمات منع الحمل



تشتمل الوصول إلى بعض الخدمات الصحية في المجتمع وليس داخل المستشفيات. تشمل تلك الخدمات الصحة النفسية وصحة الطفل وخدمات ما قبل الولادة والصحة الجنسية وعيادات تنظيم الأسرة.



## مراكز العلاج الفوري أو العلاج العاجل ← إصابات طفيفة أو استشارة طبية عاجلة



إذا كنت بحاجة إلى رعاية طبية عاجلة للإصابات الطفيفة مثل الجروح والالتواءات والكسور الصغيرة أو استشارة طبية عاجلة، يمكنك الذهاب مباشرة إلى مركز الرعاية الطبية العاجلة دون موعد مُسبق. عادة ما تكون هذه المراكز مفتوحة خلال ساعات النهار.

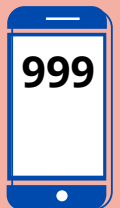


## خدمات الطوارئ ← حالة طبية طارئة أو مهددة للحياة



اتصل بالرقم 999 إذا كان أحدهم مريضًا أو مصابًا بجروح خطيرة أو كانت حياته في خطر. سينصحك الموظف عبر الهاتف بما يجب القيام به أو إلى أين تتجه بعد ذلك. قد يتم إرسال سيارة إسعاف لتقديم العلاج أو نقل المريض إلى المستشفى. أقسام الحوادث والطوارئ بالمستشفى (A&E) مفتوحة 24 ساعة طوال أيام السنة. يمكنك الوصول إلى هذه الخدمات مباشرة وبدون موعد

[www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999/](http://www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999/)



## الصحة النفسية الطارئة ← أفكار انتحارية أو أفكار تتعلق بإيذاء النفس

إذا كنت قد أضرتت بنفسك بشكل خطير أو كنت على وشك القيام بذلك، فاتصل برقم 999 للحصول على سيارة إسعاف أو اذهب مباشرة إلى قسم الحوادث والطوارئ (A&E). إن كنت تفكر في الانتحار، برجاء التحدث إلى شخص ما في Samaritans عبر 116123

# حقوقك في الرعاية الصحية: دليل للمهاجرين



لكل فرد الحق في التسجيل لدى طبيب عام دون الحاجة إلى إثبات العنوان أو حالة الهجرة أو الهوية (NHS) أو رقم هيئة الخدمات الصحية الوطنية.

ابحث عن أقرب عيادة ممارسة عام لموقعك الحالي وقم بالتسجيل عبر الإنترنت.

[www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/](http://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/)  
إذا كنت تواجه صعوبة في التسجيل مع طبيب عام، يمكنك:

• القيام بتنزيل بطاقة الحصول على خدمات الممارس العام وإظهارها لموظف استقبال (GP Access Card)

[www.doctorsoftheworld.org.uk/gp-access-cards/](http://www.doctorsoftheworld.org.uk/gp-access-cards/)

• الاتصال بـ (NHS England) (33 22 311 0300) أو أطباء العالم (686) (0808 1647) للحصول على المساعدة



## الخدمات الصحية المجانية للجميع



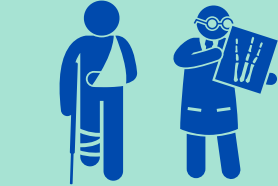
• الاستشارة أو العلاج بواسطة الممارس العام  
• الخدمات التي يتم توفيرها كجزء من خط المشورة عبرالهاتف الخاص بهيئة الخدمات الصحية الوطنية (111)  
• خدمات الحوادث والطوارئ المقدمة في قسم الطوارئ والحوادث أو مركز الاستقبال أو وحدة الإصابات الطفيفة أو مركز الرعاية العاجلة



• تشخيص وعلاج بعض الأمراض المعدية والأمراض المنقولة جنسياً

• خدمات هيئة الخدمات الصحية الوطنية المقدمة لفحص فيروس كورونا المستجد وتشخيصه وعلاجه والتطعيم

• خدمات تنظيم الأسرة (منع الحمل)  
• علاج الحالة الجسدية أو النفسية الناتجة عن التعذيب أو تشويه الأعضاء التناسلية الأنثوية أو العنف المنزلي أو العنف



## الخدمات الصحية المتخصصة المجانية متاحة للفئات الآتية:

اللاجئون  
طالبو اللجوء  
ضحايا أو المشتبه بكونهم ضحايا للعبودية المعاصرة  
المعالون

لا يزال بإمكان الأشخاص الذين تم رفض طلبهم للجوء الوصول إلى خدمات هيئة المجانية. تحقق مما (NHS) الخدمات الصحية الوطنية إذا كان يحق لك الحصول على رعاية صحية مجانية.

[www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide](http://www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide)

عادةً لا تكون الأدوية الموصوفة وخدمات الرعاية الصحية في مجال طب الأسنان والعيون مجانية في إنجلترا، لكن طالبو اللجوء المدعومين ماليًا من وزارة الداخلية سيحصلون على شهادة HC2 للحصول على مساعدة كاملة في كافة التكاليف الصحية. يمكن لأي شخص التقدم للحصول على هذا الدعم! انظر المزيد من النصائح حول كيفية التقديم.

[www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide](http://www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide)



بالتعاون مع