



## Najbliższy oddział pomocy doraźnej:

- Addenbrooke's Hospital  
Hills Road, Cambridge, CB2 0QQ  
Telefon: 01223 245151  
www.cuh.org.uk
- Hinchingsbrooke Hospital  
Hinchingsbrooke Park, Huntingdon, PE29 6NT  
Telefon: 01480 416416  
www.hinchingsbrooke.nhs.uk
- Peterborough City Hospital  
Edith Cavell Campus, Bretton Gate, Bretton,  
Peterborough, PE3 9GZ  
Telefon: 01733 678000  
www.peterboroughandstamford.nhs.uk
- Queen Elizabeth  
Gayton Road, King's Lynn, PE30 4ET  
Telefon: 01553 613 613  
www.qehkl.nhs.uk

Kontaktować się z numerem 999 lub zgłaszać na oddział pomocy doraźnej należy wyłącznie, gdy pacjent jest w stanie krytycznym lub zagrażającym życiu.

### Należy dokonać właściwego wyboru

umożliwiającego uzyskanie stosownego leczenia oraz pozwalającego NHS odpowiednio zarządzać posiadanymi zasobami.

## Najbliższe oddziały drobnych schorzeń i urazów lub poradnie ambulatoryjne:

### Oddział drobnych schorzeń i urazów (MIIU):

- wykonuje prześwietlenia, zakładanie szwów oraz opatrunki gipsowe.

- Peterborough MIIU  
City Care Centre, Thorpe Road, Peterborough, PE3 6DB.  
Telefon: 01733 293 800.  
Godziny pracy: Poniedziałek-Niedziela, 8am-8pm.

### Oddziały drobnych urazów:

- na odwrót podano rodzaje świadczonej pomocy.

- North Cambridgeshire Hospital  
The Park, Wisbech, PE13 3AB. Telefon: 01945 488 068  
Godziny pracy: Poniedziałek-Piątek, 8.30am-6pm;  
Nieczynne w soboty, niedziele i święta państwowe.  
MIU X-ray: Poniedziałek-Piątek, 9am to 4.45pm
- Princess of Wales Hospital  
Lynn Road, Ely, CB6 1DN. Telefon: 01353 656 675  
Godziny pracy: Poniedziałek-Sunday, 8.30am-6pm;  
Sobota, Niedziela i święta państwowe, 8.30am-6pm;  
Nieczynne w Boże Narodzenie i New Year's Day.  
MIU X-ray: Poniedziałek-Piątek, 9am-4.45pm.
- Doddington Community Hospital  
Benwick Road, Doddington, PE15 0UG.  
Telefon: 01354 644 243  
Godziny pracy: Poniedziałek-Piątek, 8.30am-6pm;  
Sobota, Niedziela and święta państwowe, 9am-5pm;  
Nieczynne w Boże Narodzenie i New Year's Day.  
MIU X-ray: Poniedziałek-Piątek, 9am-5.45pm;  
Sobota and Niedziela: 1 pm-4.45pm.

### Poradnie ambulatoryjne:

- stały dostęp do lekarza rodzinnego

- St Neots Health Centre  
24 Moores Walk, St Neots, PE19 1AG.  
Telefon: 01480 219 317  
Godziny pracy: Poniedziałek-Piątek, 8am-8pm;  
Sobota-Niedziela, 9am-4pm;  
Nieczynne w Boże Narodzenie i Wielkanoc.



Polish version

# Kłopoty ze zdrowiem?

NHS świadczy szereg usług w Państwa najbliższej okolicy

## Samodzielne leczenie

111

## Apteka

## Lekarz rodzinny

Oddział drobnych schorzeń i urazów  
lub poradnia ambulatoryjna

Oddział pomocy doraźnej lub 999



## Samodzielne leczenie



**Wiele schorzeń można wyleczyć środkami z domowej apteczki i wyczyzywając.**

Kurując się w domu można wyleczyć: przeziębienie, kaszel, ból głowy, ból gardła, skaleczenia, otarcia, guzy, stłuczenia, kaca, niestrawność i biegunkę.

**W domowej apteczce warto mieć:**

środki przeciwbólowe, przeciwbiegunkowe/ przeciw odwodnieniu, plastry, środki na ukąszenia w aerozolu lub kremie, krem antyseptyczny, lekarstwo na niestrawność, termometr, środki na kaszel, antyhistaminę.

## Lekarz rodzinny



**W razie uporczywych dolegliwości lub urazów, należy umówić się na wizytę u lekarza rodzinnego lub poprosić o poradę telefonicznie.**

Zakres pomocy świadczonej przez lekarza rodzinnego:

uporczywy ból ucha, ból pleców, wymioty lub biegunka, choroby przewlekłe, szczepienia przeciw grypie, porady zdrowia w zakresie zdrowia psychicznego, problemy emocjonalne oraz reakcje alergiczne.

**Najbliższą przychodnię lekarza rodzinnego można odszukać na witrynie internetowej [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)**

Wizytę u lekarza rodzinnego w nagłych przypadkach, w godzinach wieczornych lub podczas weekendu można umówić dzwoniąc pod numer przychodni lub NHS 111, po którym można uzyskać informacje o pomocy poza normalnymi godzinami pracy.

## NHS 111



**Na numer NHS 111 należy zgłaszać nagłe przypadki niezagrożające życiu. Pod numerem 111 dyżuruje zespół odpowiednio wyszkolonych doradców wspieranych przez doświadczonych pielęgniarki oraz pracowników paramedycznych.**

**Na podstawie zadawanych pytań specjaliści ocenią objawy i udzielą niezbędnej porady medycznej lub pacjent zostaje skierowany do dyżurujących właściwych lokalnych służb medycznych.**

Na numer 111 należy zgłaszać: przypadki niewymagające kontaktowania się z numerem 999 lub gdy nie ma pewności, czy należy udać się na oddział pomocy doraźnej, nie można czekać na wizytę u lekarza rodzinnego lub nie wiadomo, do kogo należy zwrócić się po pomoc medyczną.

**W razie konieczności wezwania karetki pogotowia, zespół wysyła ją bezzwłocznie — jak w wypadku wezwania jej przez pacjenta.**

## Miejscowa apteka



**W miejscowej aptece można uzyskać poufną, profesjonalną poradę oraz leki na szereg dolegliwości bez potrzeby oczekiwania na wizytę u lekarza rodzinnego.**

**Apteki udzielają pomocy w następujących obszarach:**

różnorodne dolegliwości bólowe, rzucania palenia, antykoncepcja awaryjna („dzień po”), porady dotyczące lekarstw, kataru siennego, przeziębienia, biegunki, alergii, zmian skórnych, szczepień przeciw grypie.

## Oddział drobnych schorzeń i urazów lub poradnia ambulatoryjna



**Powyższe oddziały świadczą opiekę medyczną dla szeregu drobnych urazów i schorzeń.**

**Dolegliwości, które można poddać leczeniu na oddziale drobnych schorzeń i urazów:**

Prześwietlenia wykonywane są w dni robocze (szczegóły na odwrocie). Rany – skaleczenia i stłuczenia (podawane są również szczepienia przeciw tężcowi). Ukąszenia – przez człowieka, owada lub zwierzę. Niewielkie oparzenia. Urazy mięśni i stawów – naciągnięcia, skręcenia, złamania kończyn. Kontuzje sportowe. Antykoncepcja awaryjna („dzień po”). Schorzenia oczu np. usuwanie ciał obcych, zapalenie spojówek. Ból ucha (pacjenci powyżej drugiego roku życia). Zapalenie pęcherza (za wyjątkiem dzieci i mężczyzn). Niewielkie zranienia głowy (bez utraty przytomności).

## Oddział pomocy doraźnej lub 999



**Kontaktować się z numerem 999 lub zgłaszać na oddział pomocy doraźnej należy wyłącznie, gdy pacjent jest w stanie krytycznym lub zagrażającym życiu. Po zgłoszeniu przypadku pod numerem 999 na podany adres zostanie wysłana karetka pogotowia.**

Nagłe przypadki obejmują: wylew krwi do mózgu, przedawkowanie, udławienie, omdlenie, utrata krwi z powodu otwartej rany, utrata przytomności, nieustające majaczenia z atakami napadowymi, anafilaksja lub ostra reakcja alergiczna, problemy z oddychaniem, nieustający ostry ból w klatce piersiowej.

Wypisu ze szpitala można spodziewać się po powrocie do zdrowia lub gdy dalszy pobyt nie leży w interesie uszkodzonego oraz zmniejsza dostępność łóżek szpitalnych dla innych chorych pacjentów wymagających hospitalizacji.