

**Ajutați-ne să
vă putem ajuta pe dvs. și pe
familia dvs.**

**Ghid de auto-îngrijire și servicii NHS
din Cambridgeshire și Peterborough**



Ajutați-ne să alegem serviciul corect pentru boala sau afecțiunea dvs.

Auto-îngrijire

Aprovizionați-vă dulapul cu de medicamente cu elemente esențiale de auto-îngrijire pe timp de iarnă. Multe dintre medicamentele fără rețetă medicală (inclusive paracetamol și ibuprofen) ajută la ameliorarea simptomelor bolilor comune.

Farmacie

Farmacistul dvs. vă poate oferi sfaturi confidențiale, de specialitate și tratament pentru o serie de boli și afecțiuni comune.

Multe dintre farmaciile sunt deschise până târziu și pe durata weekend-ului.

111

Sunați la NHS 111 dacă aveți o problemă medicală urgentă și nu sunteți sigur(ă) care sunt pașii pe care trebuie să îi urmați. Sunați la 111 sau vizitați 111.nhs.uk deschis non-stop. Dacă aveți o criză de sănătate psihică, sunați la 111 și alegeți opțiunea 2.

Medic de familie (GP)

Sunați la cabinetul medicului de familie sau vizitați pagina web pentru a face programare.

Aceasta poate avea loc telefonic sau prin intermediul unui apel video. Dacă este necesar, va trebui să vă prezentați personal la cabinet.

Centrul de tratament urgent sau leziuni minore

din Ely, Wisbech, Doddington și Peterborough, unde puteți fi asistat(ă) dacă aveți leziuni minore și boli și dacă aveți nevoie de radiografii. Nu este necesară programarea.

Consultați www.nhs.uk pentru informații suplimentare.

Ajutați-ne să vă putem ajuta

NHS este aici pentru toată lumea. Indiferent de nevoile dumneavoastră de asistență medicală, dorim să ne asigurăm că veți beneficia de îngrijirea corectă, în locul potrivit, la momentul potrivit.

Există pași simpli pe care îi puteți urma, care nu numai că vă ajută în ceea ce privește sănătatea dvs., dar va ajuta la atenuarea presiunilor asupra serviciilor locale NHS.

Această broșură vă explică ce puteți face pentru a avea grijă de dvs. și de familia dvs., ce servicii locale sunt disponibile și cum să contactați NHS dacă aveți nevoie de acest lucru.

Cuprins

- Auto-îngrijire (îngrijirea personală)...4
- Farmacie ...07
- NHS online ...08
- NHS 111...09
- Sănătatea mentală și bunăstarea10
- Serviciile medicului de familie12
- Unități de probleme medicale (afecțiuni) minore (MIU) și centre de tratament de urgență (UTC)...14
- Unități de urgență/terapie intensivă (A&E)...15

Auto-îngrijire (îngrijirea personală)

Auto-îngrijirea se referă la a avea grijă de dvs. într-un mod sănătos. Poate fi orice, de la a mânca sănătos, a face unele exerciții fizice, gestionarea afecțiunilor comune sau bolilor minore la domiciliu (cum ar fi dureri de cap, răceli și gripă) sau a trăi cu o problemă de sănătate pe termen lung, cum ar fi astmul sau diabetul zaharat.

Prin auto-îngrijire, sunteți în controlul sănătății dvs., este un lucru bun pentru dvs. și ajută la atenuarea presiunilor asupra serviciilor locale NHS.

Următoarele pagini includ informații despre câțiva pași simpli pe care îi putem urma toți, inclusiv:

- Să fiți informat(ă) – descărcați aplicația NHS
- Să fiți pregătit(ă) – aprovizionați-vă cu medicamente în vederea tratării bolilor minore la domiciliu.
- Să fiți informat(ă) cu privire la vaccinuri - împotriva Covid-19, gripei și vaccinurile din copilărie.

Auto-îngrijire – tratarea bolilor minore la domiciliu

Aprovizionați-vă cu medicamente esențiale care pot fi cumpărate fără rețetă medicală în vederea tratării afecțiunilor comune la domiciliu, cum ar fi răcelile, durerile în gât, afecțiunile de stomac și durerile. Cele mai multe dintre aceste medicamente sunt disponibile la un cost redus la farmacia locală sau la cele mai multe supermarket-uri, fără necesitatea unei programări la medicul de familie sau a unei rețete medicale.

În acest fel, economisiți timp și vă veți însănătoși rapid. Auto-îngrijirea pentru afecțiunile comune permite medicilor de familie să aibă timp să vă primească mai repede în cazul unei afecțiuni mai severe.

O cutie sau un dulăpior destinat depozitării medicamentelor cuprinde:

- medicamente pentru ameliorarea durerii (cum ar fi paracetamolul)
- medicamente pentru dureri în gât și răceli
- medicamente pentru afecțiunile stomacale
- pliculețe de rehidratare (utile când aveți diaree)
- medicamente pentru tratarea arsurilor de stomac și indigestiei
- trusă de prim ajutor (inclusiv plasturi și pansamente).

Nu uitați, farmacistul dvs. vă poate oferi sfaturi și tratament clinic expert pentru o serie de boli minore și afecțiuni comune. Pentru sfaturi medicale, puteți consulta www.nhs.uk sau descărca aplicația NHS.

Când mă voi însănătoși?

- Infecție la urechi - aproximativ 4 zile
- Obstrucții nazale – două - trei săptămâni
- Răceală - una - două săptămâni
- Durere în gât – aproximativ o săptămână
- Gripă – aproximativ două săptămâni
- Consultați farmacistul pentru ajutor și sfaturi de specialitate.

Vaccinul anti-Covid-19 și anti-gripă

Vaccinul anti-Covid-19

Vaccinul anti-COVID-19 este disponibil pe NHS pentru toate persoanele eligibile. Nu este absolut necesară înscrierea la un medic de familie sau prezentarea statutului de imigrant pentru a obține vaccinul anti-COVID-19.

Consultați www.thevaccinators.co.uk pentru a găsi o locație de vaccinare în apropiere sau pentru a face o programare prin www.nhs.uk/covidvaccine sau sunând la 119.

Dacă prezentați simptome COVID-19, vă rugăm să vă auto-izolați la domiciliu și să vă programați la un test PCR în cel mai scurt timp posibil. Aveți posibilitate de a face o programare online pentru obținerea unui test la www.gov.uk/get-coronavirus-test.

Dacă nu prezentați simptome COVID-19, aveți posibilitatea de a vă proteja și de a-i proteja pe ceilalți prin efectuarea unui test rapid cu flux lateral (LFT). LFT sunt rapide și ușor de efectuat și pot fi comandate gratuit de pe www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests

Consultați www.nhs.uk pentru cele mai recente sfaturi despre COVID-19, inclusiv simptome, testare, vaccinare și autoizolare.

Vaccinul antigripal

Dacă sunteți eligibil(ă) pentru un vaccin antigripal gratuit, puteți face programare la cabinetul medicului de familie sau la o farmacie din zona dvs.

Dacă nu sunteți eligibil(ă), puteți plăti pentru un vaccin antigripal făcut la o farmacie.

Consultați www.nhs.uk pentru informații suplimentare despre vaccinul antigripal și despre modul de tratare a simptomelor gripei la domiciliu.

Imunizările copilăriei

Copilul dumneavoastră va primi o serie de vaccinuri gratuite prin NHS, care vor oferi protecție împotriva unei serii de infecții și boli. În acest fel, ne asigurăm că aceștia sunt protejați încă din copilărie, pe durata adolescenței și până la maturitate.

Dacă nu sunteți sigur(ă) dacă copilul dvs. a primit toate vaccinurile de rutină, vă rugăm să consultați asistentul medical comunitar sau medicul de familie.

Farmacie

Farmacista dvs. vă poate oferi sfaturi confidențiale, de specialitate și tratament pentru o serie de boli și afecțiuni comune, cum ar fi răcelile, durerile în gât, afecțiunile abdominale, alergiile și durerile.

Toți farmaciștii fac parte din serviciile locale NHS, aceștia sunt instruiți timp de cel puțin cinci ani, sunt experți în utilizarea medicamentelor și furnizarea informațiilor cu privire la sănătate și bunăstare.

Dacă simptomele pe care le prezentați sunt mai grave, farmaciștii au instruirea corespunzătoare pentru a se asigura că primiți asistența necesară. De exemplu, vă vor spune să consultați medicul de familie, asistentul medical sau alt specialist din domeniul sănătății.

Multe farmacii sunt deschise până târziu și pe durata weekend-urilor și nu este necesară programarea. Cele mai multe farmacii au o sală de consultații privată dacă doriți să discutați despre problemele pe care le aveți fără a fi auzit(ă).

Cum vă poate ajuta farmacia locală?

Serviciile oferite includ:

Medicamente fără rețetă medicală, cum ar fi paracetamol și medicamente pentru scăderea febrei.

Sfaturi cu privire la tratarea bolilor minore și la adoptarea unui stil de viață sănătos.

- Rețete medicale/repetarea rețetelor medicale.
- Sfaturi și recomandări cu privire la administrarea medicamentelor.
- Recomandări și tratamente pentru durerile dentare.
- Alte servicii, inclusiv:
 - contracepția de urgență
 - trimitere la serviciile pentru renunțatul la fumat
 - recomandări cu privire la tensiunea arterială
 - testarea nivelului de colesterol
 - controlul greutății.

Pentru a afla care este cea mai apropiată farmacie, consultați www.nhs.uk sau utilizați aplicația NHS.

Puteți găsi informații despre modalitatea de gestionare a sănătății și a bunăstării dumneavoastră pe site-ul NHS la adresa www.nhs.uk.

Acesta include:

- Ghid de la A la Z pentru sănătate: Un ghid de căutare al afecțiunilor de sănătate, simptomelor și tratamentelor aferente, inclusiv ce trebuie să faceți și când să solicitați asistență medicală.
- Un ghid de la A la Z privind administrarea medicamentelor: Aflați cum funcționează medicamentul dvs., cum și când să-l luați, posibilele efecte secundare și răspunsuri la întrebări obișnuite.
- Servicii NHS: Găsiți cele mai apropiate servicii NHS, inclusiv farmacii, cabinete medicale, stomatologi, servicii de sănătate sexuală și de urgență și cum să utilizați serviciile oferite de acestea.
- Sănătate psihică: găsiți informații și sprijin pentru sănătatea dumneavoastră psihică.
- Sfaturi cu privire la un stil de viață sănătos: Sfaturi, recomandări și instrumente pentru a vă ajuta să faceți alegeri bune cu privire la sănătatea și bunăstarea dumneavoastră.
- Asistență socială și ghid de asistență: Dacă dvs. sau o persoană pe care o cunoașteți aveți (are) nevoie de ajutor în viața de zi cu zi din cauza bolii sau a dizabilității, site-ul vă explică opțiunile disponibile și unde puteți obține sprijin.
- Sarcina: Un ghid cu informații despre posibilitățile oferite persoanelor care vor să aibă un copil, sarcină, travaliu și naștere.
- Coronavirus (COVID-19): sfaturi despre COVID-19, inclusiv simptome, testare, vaccinare și autoizolare.

NHS 111

Dacă aveți o nevoie medicală urgentă, dar care nu vă pune viața în pericol, aveți grijă să consultați mai întâi NHS 111 online. NHS 111 online vă ajută în cel mai scurt timp, iar la nevoie, un specialist în domeniul sănătății vă poate contacta.

Puteți utiliza serviciul NHS 111 online la 111.nhs.uk sau puteți apela 111, disponibil 24 ore pe zi, timp de 7 zile pe săptămână. Simptomele dvs. vor fi evaluate, și veți primi sfaturi în materie de asistență medicală.

- Acestea includ sfaturi cu privire la:
- auto-îngrijire (cum să vă tratați la domiciliu)
- vizita la o farmacie
- contactarea medicului de familie
- deplasarea către o unitate de probleme minore de sănătate sau un centru de tratamente de urgență
- deplasarea la urgențe

Dacă aveți nevoie de asistență urgentă, NHS 111 va face o programare pentru dvs. pentru o consultație rapidă și în condiții de siguranță. Aceasta poate avea loc la cabinetul medicului de familie, la centrul de tratament de urgență sau la unitatea de probleme minore de sănătate sau la unitatea de urgențe.

Dacă aveți o criză de sănătate psihică în Cambridgeshire sau Peterborough, puteți apela la 111, după care selectați opțiunea 2 pentru asistență. Acest serviciu este disponibil non-stop, timp de 365 zile pe an.

Centrul de îngrijire paliativă poate oferi sprijin și îndrumare persoanelor care se confruntă cu boli în stadiu terminal, familiei/prietenilor acestora și profesioniștilor din domeniul sănătății și al asistenței sociale. În vederea accesării acestor servicii, vă rugăm să apelați 111 și să alegeți opțiunea 3.

Urgențe stomatologice și asistență în afara orelor de program

Dacă credeți că aveți nevoie de asistență stomatologică urgentă, contactați medicul stomatolog deoarece unele cabinete medicale oferă servicii dentare de urgență și vă vor oferi asistență dacă este necesar. Aveți posibilitatea de a suna de asemenea la NHS 111, care vă poate pune în legătură cu un cabinet stomatologic de urgență.

Sănătatea psihică și bunăstarea

Una din patru persoane din întreaga țară va avea o problemă de sănătate psihică în orice an. Problemele de sănătate mintală și bolile includ anxietatea, depresia, dependența, tulburările de personalitate și psihoza.

Prezentarea unei probleme de sănătate mintală poate fi supărătoare și foarte înfricoșătoare. Este important să știți că nu sunteți singuri și că există o gamă largă de servicii și asistență disponibile pentru dvs. Printre acestea se numără asistența online și serviciile de informare, liniile de asistență telefonică, terapiile de discuție, consilierea și sprijinul pentru sănătatea mintală în situații de criză, precum și ajutorul psihiatric.

Servicii și sprijin în materie de sănătate mintală

Există o serie de servicii pe care le puteți accesa sau vă puteți auto-sesiza (auto-sesizare înseamnă că nu este necesară trimiterea de către medicul dumneavoastră sau alt profesionist medical pentru utilizarea serviciului).

În continuare, veți găsi informații despre serviciile locale. De asemenea, puteți găsi informații suplimentare la adresa www.nhs.uk/mental-health.

Puteți contacta medicul de familie, care vă poate oferi sfaturi cu privire la tratarea simptomelor, la tratamentele disponibile și la serviciile de asistență care sunt disponibile la nivel local.

Asistență online

Site-ul web Keep Your Head www.keep-your-head.com vă oferă informații cu privire la sănătatea psihică și oferă asistență pentru bunăstare tinerilor și adulților din Cambridgeshire și Peterborough.

How Are You (H.A.Y.) www.haycambspboro.co.uk este un site web local care oferă informații privind activitățile și asistența disponibile în comunitatea locală pentru a contribui la creșterea sănătății psihice și a bunăstării.

Every Mind Matters www.nhs.uk/every-mind-matters vă poate ajuta cu sfaturi de specialitate, sfaturi practice și acțiuni personalizate pentru menținerea bunăstării psihice.

Cineva cu care să discutați

Lifeline

Linie telefonică gratuită, confidențială, pe care o puteți apela anonim pentru a discuta cu un voluntar instruit. Serviciul Lifeline este disponibil zilnic în intervalul orar 11:00 - 23:00 și poate fi accesat apelând **0808 808 2121**.

Qwell and Kooth

Servicii gratuite de bunăstare online, care oferă consiliere bazată pe chat, asistență reciprocă și auto-ajutor.

www.qwell.io – pentru persoanele cu vârsta de peste 18 ani

www.kooth.com – pentru persoanele cu vârsta cuprinsă între 11-25 de ani

Organizația caritabilă Samaritans

Serviciu conversațional la nivel local și național. Telefon gratuit la nr. 116 123, deschis non-stop, timp de 365 zile pe an.

Terapie și consiliere

Serviciul de sănătate psihologică

Terapia psihologică pentru depresie ușoară - moderată sau anxietate pentru persoanele cu vârsta de peste 17 ani. Nu aveți nevoie de un diagnostic pentru a accesa serviciul și aveți posibilitatea de a vă autosesiza consultând www.cpft.nhs.uk

Sprijin pe timp de criză

111, opțiunea 2

Uneori sănătatea noastră psihică se înrăutățește rapid. Dacă simțiți că vă aflați într-o criză a sănătății mintale, asistența de urgență este disponibilă în zona noastră non-stop. Tot ce trebuie să faceți este să apelați 111. Pur și simplu formați 111, după care selectați opțiunea 2. Veți fi pus(ă) în legătură cu un consilier instruit care va vorbi cu dvs. și va discuta despre nevoile dvs. actuale în materie de sănătate psihică.

Serviciile medicului de familie

Cabinetul medicului de familie este aici pentru a vă asigura că veți obține îngrijirea necesară de la specialistul în materie de asistență medicală corespunzător la momentul potrivit.

Cabinetele medicale ale medicilor de familie oferă modalități multiple de accesare a serviciilor, inclusiv consultații online, telefonice, video și întâlniri personale. Consultați site-ul web al cabinetului medicului dvs. de familie pentru informații suplimentare.

Echipa medicului de familie este formată dintr-o gamă largă de specialiști din domeniul sănătății, cu experiență în tratarea unei serii de afecțiuni, ajutându-vă cu sfaturi sau tratament mai devreme. Acestea includ:

- Echipa de la recepție și asistenții în domeniul sănătății sunt instruiți cu privire la îngrijirea și serviciile disponibile pentru dvs. Ei vor discuta cu dvs. cu încredere cu privire la problema de sănătate pe care o aveți și vor programa o ședință cu specialistul medical adecvat sau pentru obținerea serviciilor profesionale medicale la momentul potrivit.
- Practicienii avansați (inclusiv asistenții medicali, paramedicii și fizioterapeuții) sunt profesioniști cu înaltă pregătire care pot evalua, trata, diagnostica, trimite și prescrie medicamente.
- Asistenții medicali ajută la ameliorarea unei serii de afecțiuni pe termen lung, conduc clinici, efectuează controale de sănătate și pot trata probleme și afecțiuni minore de sănătate.
- Farmaciștii clinici sunt experți în domeniul medicamentelor, pot ajuta cu solicitări pe bază de rețetă medicală și pot efectua recenzii ale medicamentelor.
- Asistenții medicali pot ajuta cu o serie de sarcini clinice, de exemplu, prelevarea de probe de sânge, verificări ale tensiunii arteriale sub îndrumarea echipei profesionale extinse de asistență medicală.
- Asistenții sociali care prescriu medicamente lucrează în parteneriat cu cabinetele medicale ale medicilor de familie și pot ajuta la accesarea asistenței locale comunitare și a grupurilor de activități, de exemplu, consiliere financiară și locativă.

Toate persoanele care lucrează pentru cabinetele medicilor de familie sunt acoperite în baza aceluiași coduri de confidențialitate.

Cum funcționează cabinetele medicale ale medicilor de familie?

Aici veți găsi câteva întrebări frecvente despre serviciile oferite de medicul de familie.

Cum funcționează cabinetele medicale ale medicilor de familie?

Atunci când contactați cabinetul medical al medicului de familie, veți fi evaluat(ă) ["triat(ă)"] pentru a ne asigura că beneficiați de îngrijirea adecvată de la specialistul potrivit, la momentul potrivit. Este posibil să primiți o consultație telefonică sau video sau să vă prezentați personal pentru a vorbi cu un asistent medical, cu un farmacist sau cu medicul de familie, cu un alt membru al echipei cabinetului medical. În acest fel, ne asigurăm că persoanele ale căror afecțiuni sunt urgente vor avea întâietate.

Ce este triajul?

Triajul este modul în care aflăm mai multe despre asistența de care aveți nevoie. În acest mod, avem posibilitatea de a decide care este specialistul din domeniul sănătății pe care trebuie să îl vedeți și când anume, inclusiv dacă trebuie să fiți consultat(ă) în persoană, prin apel telefonic sau apel video sau dacă ați putea obține ajutor de la un alt serviciu, cum ar fi o farmacie comunitară.

De ce mi se pun o serie de întrebări cu caracter personal de către recepționiști?

Persoanele de la recepție sunt instruite cu privire la îngrijirea și serviciile disponibile

pentru dvs. Acestea vă vor asculta și vor discuta cu dvs. cu privire la problema de sănătate pe care o aveți pentru a înțelege care sunt nevoile dvs., programând o ședință cu specialistul medical adecvat sau pentru obținerea serviciilor profesionale medicale la momentul potrivit.

Nu este întotdeauna necesar să fiți consultat(ă) de medicul de familie. Asistenții medicali, farmaciștii, fizioterapeuții și asistenții în domeniul sănătății sunt toți specialiști instruiți care pot diagnostica și trata o serie de afecțiuni, ajutându-vă să obțineți mai devreme sfaturi sau tratament.

Ce faceți când cabinetul medicului de familie este închis

Contactați NHS 111 pentru a accesa serviciile medicului de familie în weekend-uri, seara sau noaptea. Majoritatea pacienților pot fi evaluați în condiții de siguranță prin consultații telefonice sau video, dar vi se poate solicita să vă prezentați în persoană la o clinică în afara orelor de program.

Unități de probleme medicale (afecțiuni) minore (MIU) și centre de tratament de urgență (UTC)

Unitățile noastre de probleme medicale (afecțiuni) minore (MIUs) din Wisbech, Doddington și Ely și centrul nostru de tratament de urgență (UTC) din Peterborough vă pot ajuta prin tratarea afecțiunilor și a bolilor minore urgente, dar care nu pun viața în pericol.

Nu este necesară programarea pentru a vă prezenta la MIU sau UTC.

- În cadrul MIU și UTC se pot trata:
- rănilor (cum ar fi tăieturile)
- mușcăturile de insecte sau alte animale
- arsurile minore și dacă sunteți opărit(ă)
- leziunile musculare și articulare (inclusiv fracturi și entorse)
- problemele oftalmologice
- afecțiunile craniene minore.

Serviciile și orele de deschidere diferă, consultați www.nhs.uk sau aplicația NHS pentru cele mai recente informații. Dacă aveți incertitudini legate de serviciul la care trebuie să apelați, consultați www.111.nhs.uk sau apelați 111.

MIU/UTC cele mai apropiate

Centrul de tratament de urgență din Peterborough

Peterborough City Hospital, Peterborough, PE3 9GZ.

Unitatea de probleme de sănătate minore din Wisbech

North Cambridgeshire Hospital, The Park, Wisbech, PE13 3AB.

Unitatea de probleme de sănătate minore din Ely

Princess of Wales Hospital, Lynn Road, Ely, CB6 1DN.

Unitatea de probleme de sănătate minore din Doddington

Doddington Community Hospital, Benwick Road, PE15 0UG.

Unități de urgență (A&E)

Ar trebui să mergeți la Departamentul de urgență (A&E) numai dacă aveți de-a face cu o urgență medicală care vă pune viața în pericol, cum ar fi:

- accidentul vascular cerebral
- leziune gravă
- sufocare
- supradoză
- pierderea cunoștinței
- probleme de respirație
- durere gravă în piept, persistentă

Dacă nu vă puteți deplasa în siguranță la A&E și vă aflați într-o situație de urgență medicală care vă pune viața în pericol, vă rugăm să sunați imediat la 999.

Unitățile A&E sunt de obicei foarte ocupate, oferind asistență persoanelor care au cel mai mult nevoie de aceasta. Vă rugăm să vă asigurați că vă deplasați la A&E numai atunci când este absolut necesar acest lucru. La sosire, veți fi evaluat(ă), iar în cazul în care un alt serviciu NHS, cum ar fi o farmacie sau medic de familie, este mai potrivit pentru afecțiunea de care suferiți, veți fi redirecționat(ă).

Dacă nu sunteți sigur(ă) unde să mergeți pentru a primi ajutor medical urgent sau sfaturi, consultați www.111.nhs.uk sau apelați 111.

Unitățile A&E cele mai apropiate sunt localizate la:

Addenbrooke's Hospital, Hills Road, Cambridge CB2 0QQ.

www.cuh.nhs.uk

Hinchingbrooke Hospital, Huntingdon, PE29 6NT. www.nwangliaft.nhs.uk

Peterborough City Hospital, Edith Cavell Campus, Bretton Gate, Bretton, Peterborough, PE3 9GZ.

www.nwangliaft.nhs.uk

Queen Elizabeth Hospital, King's Lynn, PE30 4ET. www.gehkl.nhs.uk

Healthwatch este campionul local de sănătate și asistență socială. Personalul din cadrul Healthwatch vă stă la dispoziție pentru a afla despre experiențele dumneavoastră de îngrijire a sănătății și vă poate ajuta să găsiți informații și sfaturi fiabile și de încredere.

Puteți contacta Healthwatch la nr. 0330 355 1285 sau puteți accesa serviciile online la:

www.healthwatchcambridgeshire.co.uk

www.healthwatchpeterborough.co.uk

Publicat de Cambridgeshire and Peterborough CCG

Decembrie 2021