

**Niniejsza ulotka odpowiada na Twoje pytania dotyczące aptek oraz usług stomatologicznych i okulistycznych w Grampian**



Polish - Polski



# **Przewodnik po aptekach oraz usługach stomatologicznych i okulistycznych NHS Grampian**

Październik 2009

© NHS Grampian

## Spis treści:

- 1      **Usługi apteczne**
- 6      **Usługi stomatologiczne**
- 11     **Usługi okulistyczne**



## Usługi Apteczne

**Farmaceuta** to wysoko wykwalifikowany fachowiec, który przeszedł specjalistyczne szkolenie, po którego ukończeniu otrzymał licencję uprawniającą go do przygotowywania i wydawania leków na receptę i innych lekarstw. Farmaceuta może:

- wydawać leki na receptę
- sprzedawać leki nie na receptę
- udzielać porady i wydawać leki na drobne dolegliwości pacjentom zwolnionym z opłat za recepty
- zaopatrzyć Cię w leki, na które posiadasz „odnawialną” receptę (repeat prescription), a które niespodziewanie Ci się skończyły
- Udzielić Ci rad na temat:
  - Leków na drobne dolegliwości (np. kaszel, przeziębienie)- jak oraz kiedy je stosować
  - Zdrowego stylu życia – o ćwiczeniach i zdrowym żywieniu
  - Leczenia profilaktycznego, np. leki obniżające poziom cholesterolu, ochrona przeciw słońcu i na temat zdrowia seksualnego
  - Suplementów lub leków alternatywnych – które z nich są odpowiednie dla Twojego stanu i mogą być stosowane z innymi Twoimi lekami
  - Pielęgnacji noworodków, dzieci i osób starszych, których potrzeby mogą się różnić ze względu na ich wiek
  - Zapewnić pomoc, porady i zastępczą terapię nikotynową dla chcących rzucić palenie
- zaopatrzyć Cię w leki, na które posiadasz „odnawialną” receptę (repeat prescription), a które niespodziewanie Ci się skończyły
- Udzielić porady na temat doraźnej antykoncepcji hormonalnej (antykoncepcja „po stosunku”)
- Udzielić porad na temat zdrowia w podróży – w niektórych aptekach istnieje możliwość poddania się szczepieniom podróżnym i profilaktycznym przeciw malarii w niektórych aptekach istnieje możliwość zaszczepienia się przeciw grypie

Farmaceuta może odpowiedzieć na wszelkie pytania dotyczące wyboru i zażywania odpowiednich leków. Może on również udzielić Ci porad na temat leczenia nieuciążliwych dolegliwości oraz pomoże Ci zdecydować czy potrzebna Ci jest pomoc lekarska.

### **Godziny otwarcia**

Większość aptek czynna jest od poniedziałku do piątku oraz w sobotę rano. Niektóre apteki są również otwarte w soboty po południu i w niedziele.

W niektórych rejonach apteki otwarte są poza normalnymi godzinami na zasadzie dyżurów.

**NHS helpline** (linia pomocy NHS), tel. **0800 22 44 88**, otwarta jest w godzinach od 8 do 22, siedem dni w tygodniu. Dzwoniąc na tę linię, uzyskasz informację gdzie znaleźć najbliższą otwartą aptekę wydającą leki.

Godziny otwarcia aptek pracujących w systemie dyżurowym są zwykle wywieszane w oknach apteki i publikowane w prasie lokalnej.

Supermarkety, sklepy osiedlowe i niektóre stacje benzynowe posiadają w sprzedaży leki nie na receptę (over the counter), które mogą być zakupione bez zasięgnięcia porady farmaceuty. Sklepy te mogą być otwarte dłużej niż Twoja lokalna apteka.

Jeśli jesteś chory/a lub źle się czujesz, a Twoja przychodnia jest nieczynna, farmaceuta może być w stanie udzielić Ci porady i zaopatrzyć w leki. Jeśli farmaceuta nie jest w stanie udzielić Ci pomocy i nie możesz zwlekać z wizytą u lekarza, zadzwoń do **NHS 24**, tel. **08454 24 24 24**. Jeśli Ty lub ktoś z Twojej rodziny miał poważny lub nagły wypadek, skontaktuj się z pogotowiem ratunkowym pod numerem telefonu **999** lub **112**.

### **Leki i środki lecznicze na receptę**

Istnieją leki, które przepisywane są zwykle przez wykwalifikowanego lekarza lub dentystę. Ponadto, wielu pracowników socjalnych NHS Grampian, np. pielęgniarki, położne, farmaceuci i fachowcy ds. zdrowia, ukończyło kurs uprawniający do wypisywania recept. Kurs ten uprawnia ich do wystawiania recept na ograniczoną ilość leków i środków leczniczych.

Leki i środki lecznicze na receptę są zwykle silniejsze niż leki sprzedawane nie na receptę. Prawo wymaga, aby były one ściśle kontrolowane.

### **Opłaty za leki na receptę**

Masz prawo do bezpłatnych leków na receptę, jeśli w momencie jej wydania:

- Masz mniej niż 16 lat
- Masz 16, 17 lub 18 lat i uczysz się w pełnym wymiarze godzin (full-time)
- Masz 60 lub więcej lat
- Posiadasz ważny certyfikat macierzyński lub zaświadczenie o zwolnieniu lekarskim (EC92)
- Posiadasz ważne zaświadczenie o przedpłacie za receptę
- Posiadasz ważny certyfikat rencisty wojennego zwalniającego z opłat (War Pensioner exemption certificate)
- Jesteś wymieniony na aktualnym certyfikacie NHS HC2

- Zostały Ci przepisane bezpłatne środki antykoncepcyjne
- Zostały Ci przepisane bezpłatne leki na gruźlicę
- Ty lub Twój/a partner/ka otrzymujecie pomoc finansową dla osób o niskich dochodach (income support)
- Ty lub Twój/a partner/ka otrzymujecie dofinansowanie emerytury (Pension credit guarantee credit PCGC)
- Ty lub Twój/a partner/ka otrzymujecie zasiłek dla bezrobotnych (income based Jobseeker's Allowance)
- Masz prawo do lub jesteś wymieniony/a na aktualnym zaświadczeniu o nadpłacie podatku (NHS tax credit exemption certificate)
- Ty lub Twój/a partner/ka otrzymujecie dofinansowanie z tytułu ograniczonych możliwości podjęcia pracy (income related Employment Support Allowance)

**Uwaga:** Opłaty za leki na receptę w Szkocji różnią się od opłat pobieranych w Anglii, Irlandii Północnej i Walii.

Poniższe leki są bezpłatne dla wszystkich:

- Leki lub środki lecznicze wydawane w szpitalu
- Środki antykoncepcyjne na receptę
- Leki wydane osobiście przez lekarza rodzinnego, np. podczas wizyty domowej
- Leki do leczenia chorób przenoszonych drogą płciową wydane przez szpital lub klinikę

Rząd Szkocji zapowiedział, że zamierza wprowadzić nową ustawę, która zniesie wszystkie opłaty za leki na receptę w Szkocji do 1.04.2011.



## Usługi stomatologiczne NHS Grampian

### Czy mam prawo do bezpłatnej opieki stomatologicznej NHS?

Wszyscy obywatele Wielkiej Brytanii i innych kwalifikujących się państw mają prawo do korzystania z usług stomatologicznych NHS. W przeciwieństwie do usług oferowanych w przychodniach (GP), usługi stomatologiczne NHS są z reguły płatne. Wysokość opłaty zależy od typu leczenia.

Masz prawo do zwolnienia z opłat za usługi stomatologiczne, jeśli w momencie rozpoczęcia leczenia:

- Masz mniej niż 18 lat
- Masz 18 i uczysz się w pełnym wymiarze godzin (full-time)
- Jesteś w ciąży lub urodziłaś dziecko 12 miesięcy przed rozpoczęciem leczenia
- Jesteś pacjentem szpitala (in-patient) i jesteś leczony/a przez szpitalnego dentystę
- Jesteś pacjentem szpitalnych usług stomatologicznych (NHS Hospital Dental Service) (opłata może być pobrana za protezy i mosty protetyczne)
- Ty lub Twój/a partner/ka:
  - otrzymujecie pomoc finansową dla osób o niskich dochodach (income support)
  - otrzymujecie zasiłek dla bezrobotnych (Income based Jobseeker's Allowance)
  - otrzymujecie dofinansowanie emerytury (Pension Credit guaranteed credit)
- macie prawo do lub jesteście wymienieni na aktualnym zaświadczeniu o nadpłacie podatku (NHS tax credit exemption certificate)
- jesteście wymienieni na aktualnym certyfikacie HC2

Jeśli posiadasz certyfikat HC3, możesz otrzymać dofinansowanie kosztów leczenia stomatologicznego.



## W jaki sposób NHS Grampian świadczy usługi stomatologiczne?

Opieka stomatologiczna NHS świadczona jest na dwa sposoby.

Są to:

### **Dentyści wynagradzani przez NHS**

Są to dentyści zatrudnieni przez NHS, którzy przyjmują tylko zlecenia z NHS.

### **Dentyści posiadający własne praktyki**

Są to niezależni usługodawcy. Wielu z nich pracuje dla NHS oraz prowadzi prywatne praktyki. Niektórzy z nich przyjmują tylko prywatnie.

## Jak znajdę dentystę, który oferuje leczenie w ramach NHS?

Niestety, obecnie powszechnie brakuje dentystów świadczących usługi dla NHS. Oznacza to, że rejestracja u dentysty na leczenie w ramach NHS może być utrudniona.

Aby pomóc pacjentom chcącym zarejestrować się na leczenie stomatologiczne NHS, NHS Grampian uruchomiło Informacyjną Linie Dentystyczną (**Dental Information and Advice Line – DIAL**), która jest czynna od 8:15 do 17:45 od poniedziałku do piątku pod numerem telefonu: **0845 456 5990**.

Dzwoniąc na tę linię uzyskasz informacje na temat usług stomatologicznych NHS dostępnych w Twoim rejonie. Jeśli usługi stomatologiczne NHS będą chwilowo niedostępne, pracownik Linii udzieli Ci informacji o Dentystycznej Liście Oczekujących NHS Grampian.



## Jakie działania podejmuje NHS Grampian, aby usprawnić dostęp do opieki stomatologicznej NHS?

NHS Grampian rozpoczął wdrażanie ambitnego Planu Akcji Stomatologicznej (Dental Action Plan). Plan ten zakłada:

- budowę szkoły stomatologicznej w Aberdeen, która będzie szkolić lekarzy stomatologów
- od 2013 roku nie mniej niż 20 dentystów rocznie będzie kończyć Szkołę Stomatologiczną Aberdeen
- kampanię rekrutacyjną mającą na celu zwiększenie liczby dentystów zatrudnianych przez NHS o 20% rocznie przez cztery kolejne lata
- stworzenie 124 tys. nowych miejsc dentystycznych w Grampian do 2012 roku
- do 2010 roku NHS Grampian chce osiągnąć ogólnokrajowy cel, który zakłada, że 60% dzieci z klas Primary 1 i Primary 7 nie będzie miało próchnicy

Wiele czasu i wysiłku wkładane jest w usprawnienie dostępu do usług stomatologicznych w Grampian. Usprawnianie to może potrwać trochę czasu.

## Co robić w przypadku ostrego bólu zęba?

**Jeśli mieszkasz w Aberdeen lub Aberdeenshire** i nie jesteś zarejestrowany u dentysty NHS lub prywatnie, lub jeśli odwiedzasz rejon Grampian, NHS 24 może zorganizować Ci 'pilną' wizytę w jednej z praktyk stomatologicznych w Aberdeen lub Aberdeenshire. Zadzwoń do **NHS 24**, tel. **08454 24 24 24**. Za tę wizytę zostaną naliczone standardowe opłaty stomatologiczne NHS.



## Usługi okulistyczne

**Optyk** to wysoko wykwalifikowany fachowiec, który przeszedł szkolenie w zakresie procesów widzenia. Zajmuje się on/a np. okresowymi badaniami wzorku u dzieci, a także takimi chorobami jak jaskra, zaćma lub zwyrodnienie plamki żółtej.

Optyk:

- ocenia problemy ze wzrokiem
- wykonuje szczegółowe badania wzroku
- wykrywa nieprawidłowości w widzeniu
- leczy wiele chorób oczu
- wypisuje recepty na okulary i soczewki kontaktowe

Twój lokalny optyk zapewnia bezpłatną opiekę okulistyczną (płaci za nią NHS). Aby znaleźć optyka, zadzwoń na bezpłatną linię **pomocy** NHS Grampian (NHS Grampian helpline), tel. **0500 20 20 30**.

## Badania wzorku NHS

Badania wzroku NHS są bezpłatne dla wszystkich rezydentów Szkocji i obywateli innych kwalifikujących się krajów. Jeśli potrzebujesz okularów, optyk wystawi Ci receptę, która ważna jest przez dwa lata.

## Talony optyczne NHS

Niektórzy mają prawo do talonów optycznych NHS, które pokrywają część kosztów okularów lub soczewek kontaktowych. Masz prawo otrzymać talon optyczny NHS, jeśli:

- masz mniej niż 16 lat
- masz 16, 17 lub 18 lat i uczysz się w pełnym wymiarze godzin (fulltime)
- Ty lub Twój/a partner/ka otrzymujecie pomoc finansową dla osób o niskich dochodach (income support)

- Ty lub Twój/a partner/ka otrzymujecie zasiłek dla bezrobotnych (income based jobseeker's allowance)

Jeśli koszt Twoich okularów lub soczewek kontaktowych przekracza wysokość talonu, będziesz musiał/a pokryć różnicę.

### Godziny otwarcia

Większość optyków pracuje w normalnych godzinach pracy od poniedziałku do piątku. Niektórzy pracują także w weekendy.

Poza normalnymi godzinami pracy, w przypadkach wymagających natychmiastowego leczenia, prosimy o kontakt z **NHS 24**, tel. **08454 24 24 24**. W razie poważniejszych obrażeń lub urazów, prosimy o kontakt z pogotowiem ratunkowym pod numerem telefonu **999** lub **112**.





## **Czy będę w stanie porozumieć się z lekarzami lub pielęgniarkami, jeśli nie mówię po angielsku lub mój angielski nie jest zbyt dobry?**

Wszystkie przychodnie, szpitale i pracownicy socjalni w Grampian są wyposażeni w system tłumaczenia telefonicznego „Linia Językowa” („Language Line”). „Linia Językowa” w ciągu 60-90 sekund zapewnia telefoniczny dostęp do fachowych tłumaczy mówiących w 120 językach. Jeśli nie mówisz po angielsku lub Twój angielski nie jest zbyt dobry, będziesz w stanie porozumieć się ze swoim lekarzem lub pielęgniarką. Jeśli wolałbyś/ wolałabyś aby podczas kolejnych wizyt, jeśli to możliwe, towarzyszył Ci tłumacz, możesz wykorzystać „Linie Językową” aby poinformować o tym swojego lekarza lub pielęgniarkę.

## **Alternatywne języki i formaty**

Niniejsza publikacja dostępna jest w języku angielskim i innych. Może być udostępniona w wersji z dużą czcionką, na płycie CD i w innych formach. Poproś znajomych lub krewnych mówiących po angielsku, aby skontaktowali się z Corporate Communications telefonicznie, listownie lub przez e-mail.

Adres:

Corporate Communications,  
Ashgrove House,  
Aberdeen Royal Infirmary,  
Aberdeen AB25 2ZA

Telefon: (01224) 551116 lub 552245

Email: [Grampian@nhs.net](mailto:Grampian@nhs.net)

Poproś o publikację:

**CDG 090136**