

## رېنمایي دهرباره ی نيمه

شهبه ننگيكي بهر بلاو ههيه له خزمهتگوزاري چارهسهری و خزمهتگوزاری منډالان و خيزان. سهيركه كام خزمهتگوزاری يان كام پسرور بو تو گونجاوتره.

### چاوهديرکردن له خو

دهكرئ زوربهی نهخوشبیهكان چارهسهر بكریت له مالموه به نامادمكردنی دهرمانی بهی رجهته له دهمانسازمكمت و به ریزهیهکی زور پشودان چارهسهر بكمیت. چاوهديرکردن له خو شتوازيكه بو چارهسهری نهخوشی و زیانی بچووك. گهر هستا هس نيگهرانيت، پهيوهندي بكه به خزمهتگوزاری تهندوستی نهتهوهی (NHS) به ژماره 111 يان پزیشکی خيزانی خوت.

### 111

گهر پیت وایه له ماوهی روژ يان شهودا پيوستت به يارمتهی خيزا ههيه دهی بهر له سهردان بو هس جوړه خزمهتگوزارییهکی تهندروستی تر پهيوهندي بكمیت به NHS به ژماره 111. به پهيوهنديکردن به NHS 111 دهستبهجی رهوانهی خزمهتگوزاری ناوچهی دهكریت كه دمتوانیت به باشترین شيوه يارمتهیت بدات. نه خزمهتگوزارییه 24 كاترمتری شمی و روژ، 365 روژی سال له بهر دهسته و پهيوهنديکردن له گهل نه هیله لهوانه له ریگهی موبایلهوه بهخوړایی و بیهرامبهه. له بابتهكانی خوارهوه دهی پهيوهندي بكمیت به NHS 111 بهوه:

- كاتیک پيوستت به يارمتهی خيزا ههيه بهلام هسرهشیهك بو ژيان نییه.
- كاتیک كه پیت وایه دهی سهردانی بهی رووداو و فریاگماری (A&E) يان خزمهتگوزارییهكانی تری چاودیری خيزا NHS بكمیت.
- كاتیک كه بهدوره له كاترمتری ئیشكردنی پزیشکی خيزانیت.
- كاتیک كه نازانی بو وهرگرتنی يارمتهی پزیشکی پهيوهندي به کیوه بكمیت.
- و كاتیک پزیشکیکی خيزانی ناوچهییت نییه بوئوهی پهيوهندي پتوه بكمیت.

### دهرمانساز

دهرمانسازي ناوچهی تو دمتوانیت راویژكاریت پیدات دهربارهی باوترین كیشهكانی پهيوهست به تهندروستی تو. نه دمتوانیت دهرمان و بهر ههمهكانی تری تهندروستی پئشنيار و پئشكش بكات. زورجار له ماركنتهكاندا، دهرمانساز ههيه و زوربهی نهوان همتاكوو درهنگانتيك ناوهمان.

سهردانی مألپهري [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) بكه له م مألپهردا، سيستمی شویندوژی خزمهتگوزاری، يارمتهیت ددات له دوزینهوهی نزیکترین دهرمانخانهی شوینی ژيانندا.

خزمهتگوزاری تهندروستی نهتهوهی (NHS) ناوچهی، پلانتيکی بچووك پهيوهست به نهخوشبیهكان بهزیوه دهبات كه دهكرئ له ریگهی دهرمانگهی ناوچهیتهوه بكهوینته بهر دهستت. همدنیک له دهرمانخانه ناوچهییهكان نه خزمهتگوزارییه پئشكش دهكمن بهلام له كاتی نهیوونی خزمهتگوزاری، دهكرئ رهوانهی دهرمانخانهیهکی تریت بكمن كه نه خزمهتگوزارییه پئشكش دهكات. دمتوانی به مهستی راویژكردنی نهینی سهردانی دهرمانسازي ناوچهییت بكمیت بو كومهلهیهکی بهر فراون له نهخوشبیهكان لهوانه، كوكه، ههلامت، قورگنیشه، ژان و تا، ئیلتهیهایی كهمی چاو، نهسپنی سهر و بابتهی تر. نه پلانه له تمهانی 1 سال و زیاتروهه له بهر دهسته و گهر بو رجهته يارمیهك نهدهیت پیدانی هس جوړه دهرمانتيك بیهرامبهه و بهخوړایی دهیت.

### پزیشکی گشتی (پزیشك)

خوتومارکردن له لیستهی پزیشکی خيزانی ناوچهییتدا پيوسته. پزیشکی خيزانیت دمتوانیت راویژكاری پئشكش بكات، دهرمانی پيوستت بو ریگهپندر او بكات و گهر پنداویستی به خزمهتگوزاری پسروری تر پيوست بكات، ناراستهی راستت پئشان ددات. بهگشتی دهی نوره بگیرییهوه. گهر نيگهرانی و دلهرواکی ههیت، ههموو پزیشکییه خيزانیهكان، دهستبهجی پشكنینی منډالان دهكمن.

له ماوهی روژانی ههفتهدا پاش كاترمیر 6:30 پاش نیوهرو، له ماوهی پشودانی کوتایی ههفته و پشودانی گشتیدا دهكرئ

په یوه دی بکهیت به خزمهتگوزاری بهدر له کاترمیری پزشکی گشتی له **NHS 111**.

### سهردانکه رانی تهندروستی

سهردانکه رانی تهندروستی نامادهن بونهوهی گهر پیویست بکات پشتگریت بکهن. نهوان له مالموه یان له کلینیکیکدا سهردانته دهکهن. نهوان پشتگری و راویژکاری پیشکش دهکهن و دمتوانن گهر پیویست بکات، بیت بلین که بو وهرگرنتی یارمتهی زیده سهردانی کوئی بکهیت. نهوان بهشینکن له تیم که بو پشتگری بکردن له تو که له ماوهی سالانی سهرهتاییدا نامادهن.

مامانهکمت لهوانهیه نهو پسیوره بیت بو خزمهتگوزاری چارهمسری که روژهکانی سهرهتایی به باشترین شیوه تو و مندالهکمت دهناسیت. نهو دمتوانیت له بواری هر جوړه کیشهیهکی ههستیاریدا یارمهتیده بیت.

### بنکهی مندالان

بنکهی مندالان، شوینی خیزانی برادرانهیه که پشتگری و راویژکاری پیشکش دهکات له په یوهندی لهگهل تهندروستی و گهشهکردنی مندالهکانت تاکوو تمهنی چوون بو قوتابخانه. چالاکیهکان برینیه له کو بوونهوکانی مهشکردنی کهیسی فریاگوزاری، گرووی پی پشتگری بکردن له تهغزیهی مندالی ساوا و کوړی پهروهردهکردن. ههروهها دهکری نهوان رهوانهی خزمهتگوزاری تری تهندروستی ناوچهی و پشتگری کومه لایهتیت کهن. خیزانهکان دهبی بو کهوتنه بهدهستی خزمهتگوزاری پیشکشکر او دهستهجهی پاش له دایکیوونی مندال، ناوت تومار بکه له بنکهی مندالانی ناوچهییدا.

### پزشکی ددان

دلنیا به بهردهوام سهردانی پزشکیکی ددان دهکیت. لهسر تومارکردنی ناوی مندالهکمت پیشتر قسه بکه لهگهل پزشکی ددانی خوت و له سهردانهکانی دواتردا، نهو لهگهل خوتدا بیه.

بو دوزینهوهی نزیکنترین پزشکی ددان سهردانی مالپهری [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) بکه.

بو بهدهستهینانی زانیاری زیاتر بهدر له کاترمیری نیسی پزشکی ددان، په یوهندی بکه به **NHS 111**.

### بهشی رووداو و فریاگوزاری (A&E) 999

بو بابهتی فریاگوزاری و فریاکهوتن که ژیانی مروفا له مهترسیدایه

بهشی رووداو و فریاگوزاری و **999** خزمهتگوزاری فریاگوزارین که تهنیا دهبی کاتیک بهکار بهیندرین که مندالی ساوا و مندالان بهتوندی زانیان پیگهیشتووه یان نیشانهی نهخوشی توند له خویمان پیشان ددهن. نهو نیشانانه دهکری بریتی بن لهم بابهتانه: خفهویون یان کیشهی همناسهکان، بوورانهوه یان نهویونی زانیاری له شوینی دوروبهر، خواردنی ژهر، نازاری توندی سک، ژمارههی کهمی داییی تهر که نیشانهی کهم ناوییه.