Czym są Zespoły multidyscyplinarne w przychodni?

Dobrze rozumiemy, że zdrowie fizyczne, zdrowie psychiczne i dobrostan społeczny są dla Ciebie jednakowo ważne. Chcemy przekształcić obecny zespół przychodni i pomóc Ci w osiągnięciu tych celów. Dlatego teraz będziesz mógł umówić się na wizytę z fizjoterapeutą, pracownikiem socjalnym i specjalistą ds. zdrowia psychicznego. Będziesz mieć także lepszy dostęp do pielęgniarek środowiskowych i rejonowych.

Zespoły multidyscyplinarne starają się jak najszybciej rozwiązywać Twoje problemy, oferując dostęp do szeregu ekspertów, którzy mogą zapewnić ci opiekę, porady i wsparcie, którego potrzebujesz.

- LEKARZ OGÓLNY
- FIZJOTERAPIA
- ZDROWIE PSYCHICZNE
- FARMACEUTA
- OPIEKA SPOŁECZNA
- PIELĘGNIARKA REJONOWA I ŚRODOWISKOWA

Dodatkowe informacje

Więcej informacji na temat tych usług można znaleźć na stronie **www.health-ni.gov.uk/mdt**

Wizyty

Aby umówić się na wizytę u specjalisty ds. zdrowia psychicznego w przychodni, należy skontaktować się z:

Sugestie, komentarze, skargi

Cenimy Twoje opinie i w miarę możliwości będziemy podejmować w związku z nimi odpowiednie kroki. Jeśli masz jakieś uwagi na temat usług, które otrzymałeś, wypełnij formularz informacji zwrotnej.

#MDT #DeliveringTogether

Health and Social Care

Specjaliści ds. zdrowia psychicznego w przychodni

W Twojej przychodni pracuje teraz specjalista ds. zdrowia psychicznego.

Możesz umówić się do niego na wizytę bez skierowania od lekarza ogólnego.

Department of Health
An Roinn Sláinte
Männystrie O Poustie
www.health-ni.gov.uk

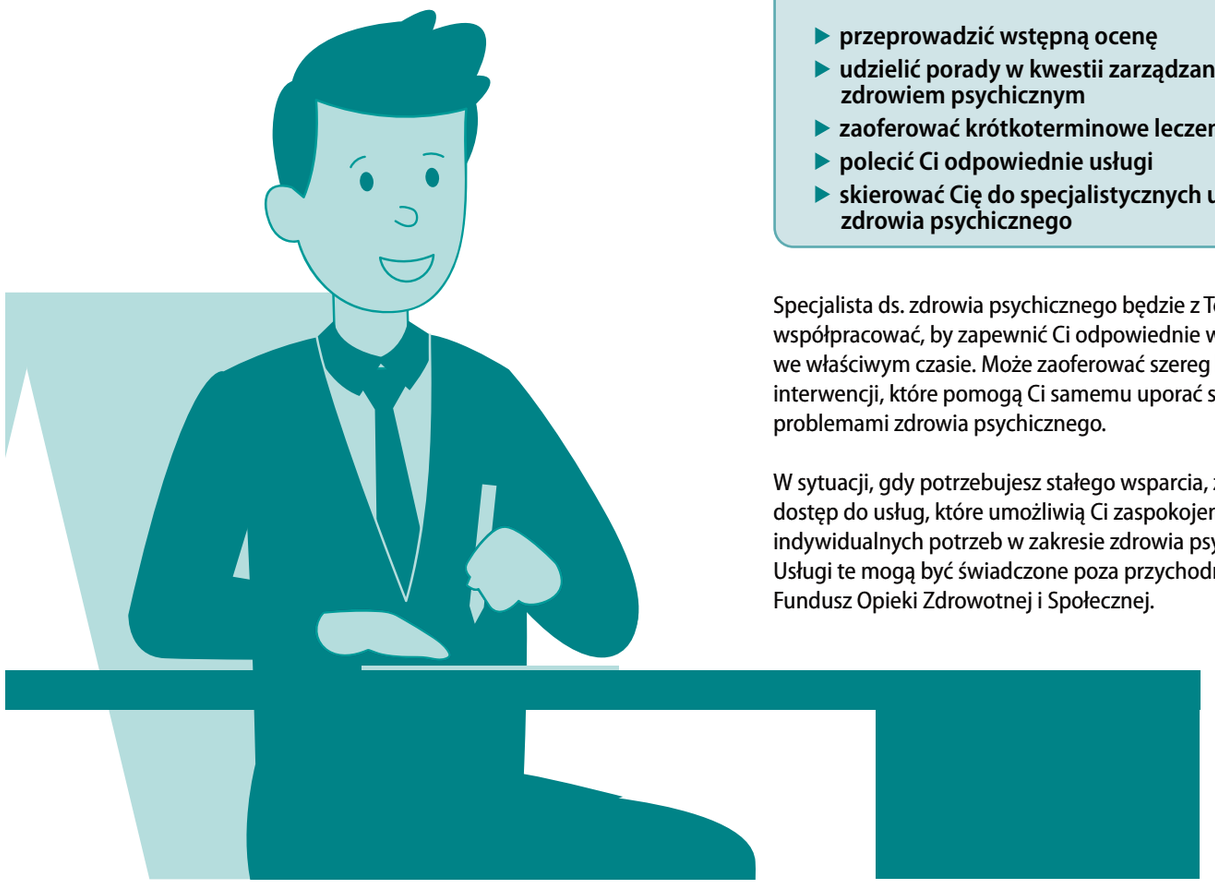
ZDROWIE I DOBROSTAN 2026
ZADBAJMY O TO WSPÓLNIE

%PartDescription%
Switch _02P5I_Dep216447_MentalHealthPractitionerpolish.pdfApril 2, 202013:45:26

Kim są Specjaliści ds. zdrowia psychicznego w przychodni?

Do zespołu multidyscyplinarnego w Twojej przychodni dołączyli Specjaliści ds. zdrowia psychicznego. Będą współpracować z Tobą, aby pomóc poprawić Twoje zdrowie psychiczne i samopoczucie poprzez wczesną interwencję, zapobieganie problemom zdrowia psychicznego i zarządzanie nimi. Aby to osiągnąć, będą korzystali z szeregu metod.

Dobry stan zdrowia psychicznego jest równie ważny jak zdrowie fizyczne. Jedna na cztery osoby w Irlandii Północnej doświadcza problemów, które negatywnie wpływają na jej zdrowie psychiczne. Kwestie, które wpływają na Twoje zdrowie psychiczne, mogą być bardzo złożone, ale istnieje wiele rzeczy, które można zrobić, by poprawić Twoje samopoczucie psychiczne.



Twój specjalista ds. zdrowia psychicznego może zaoferować Ci narzędzia i odpowiednie wsparcie, które pozwolą Ci poprawić i utrzymać dobry stan zdrowia psychicznego i dobre samopoczucie.

Jeśli martwisz się o swoje zdrowie psychiczne, powinieneś jak najszybciej poszukać wsparcia.

W jaki sposób specjalista ds. zdrowia spychicznego może Ci pomóc?

Twój specjalista ds. zdrowia psychicznego jest ekspertem, który może:

- **przeprowadzić wstępną ocenę**
- **udzielić porady w kwestii zarządzania zdrowiem psychicznym**
- **zaoferować krótkoterminowe leczenie**
- **polecić Ci odpowiednie usługi**
- **skierować Cię do specjalistycznych usług zdrowia psychicznego**

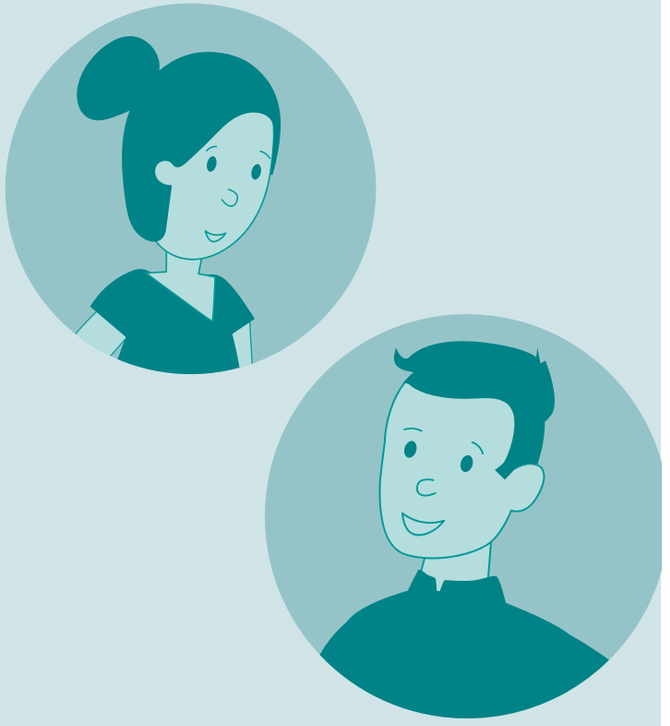
Specjalista ds. zdrowia psychicznego będzie z Tobą współpracować, by zapewnić Ci odpowiednie wsparcie we właściwym czasie. Może zaoferować szereg krótkich interwencji, które pomogą Ci samemu uporać się z typowymi problemami zdrowia psychicznego.

W sytuacji, gdy potrzebujesz stałego wsparcia, zapewni Ci dostęp do usług, które umożliwią Ci zaspokojenie Twoich indywidualnych potrzeb w zakresie zdrowia psychicznego. Usługi te mogą być świadczone poza przychodnią lub przez Fundusz Opieki Zdrowotnej i Społecznej.

Czy to usługi odpowiednie dla mnie?

Tak, jeśli martwisz się o swoje zdrowie psychiczne i samopoczucie. Przykłady:

- **stres**
- **radzenie sobie w żałobie**
- **uzależnienia (alkohol/narkotyki/hazard itp)**
- **depresja**
- **stany lękowe**
- **myśli samobójcze**
- **ataki paniki**
- **nadmierne zamartwianie się lub negatywne myśli**



%PartDescription%

Switch _02P5I_Dep216447_MentalHealthPractitionerpolish.pdfApril 2, 202013:45:26