

Cine sunt medicii de sănătate mintală din cabinetul de medicină generală?

O sănătate mintală bună este la fel de importantă ca și o sănătate fizică bună și menținerea acestora ar trebui să fie o prioritate pentru oricine.

Una din patru persoane din Irlanda de Nord va experimenta probleme care îi afectează sănătatea mintală. Persoanele cu probleme de sănătate mintală se confruntă adesea cu stigmatizarea și discriminarea și teama de acestea le poate împiedica să obțină ajutor și le poate împiedica recuperarea.

Adesea, câteva lucruri simple pot fi tot ceea ce trebuie pentru a vă proteja starea de bine mintală.

Medicul dumneavoastră de sănătate mintală este un expert care poate:

- ▶ Să ofere o evaluare inițială
- ▶ Să vă sfătuiască în ceea ce privește gestionarea sănătății dumneavoastră mintale
- ▶ Să ofere tratament pe termen scurt
- ▶ Să vă îndrume către serviciile corespunzătoare
- ▶ Să vă trimită către servicii de sănătate mintală specializate



Informații suplimentare

Mai multe informații despre toate aceste servicii se pot găsi la www.health-ni.gov.uk/mdt

Programări

Dacă doriți să efectuați o programare pentru oricare dintre aceste servicii noi, vă rugăm să contactați:

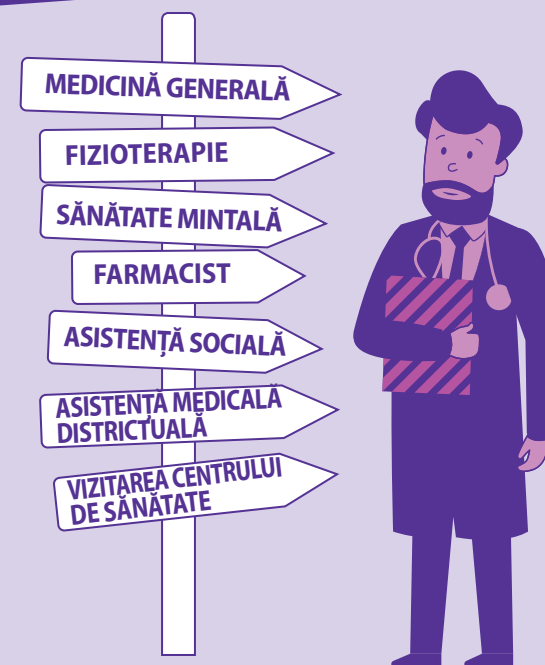


Sugestii, Comentarii, Reclamații

Apreciem opiniile dumneavoastră și vom acționa conform acestora ori de câte ori este posibil. Dacă aveți feedback cu privire la serviciile pe care le-ați primit, vă rugăm să completați un formular de feedback.



Echipele multidisciplinare din cabinetul de medicină generală



Pentru a completa personalul existent în cadrul cabinetelor de medicină generală, au fost create trei noi roluri în cadrul fiecărui cabinet:

- ▶ Fizioterapeuți de prim de contact
- ▶ Lucrători sociali
- ▶ Medici de sănătate mintală

Puteți efectua o programare la oricare din aceste servicii direct, fără a fi nevoie să mergeți mai întâi la medicul dumneavoastră de medicină generală.



**SĂNĂTATE ȘI
STARE DE BINE 2026
OBTINEM REZULTATE ÎMPREUNĂ**

Ce sunt echipele multidisciplinare din cabinetele de medicină generală?

Înțelegem că sănătatea dumneavoastră fizică, sănătatea dumneavoastră mentală și starea dumneavoastră de bine pe plan social sunt la fel de importante pentru dumneavoastră. Pentru a extinde echipa medicală existentă și pentru a vă ajuta la atingerea acestor obiective, puteți efectua acum o programare la un fizioterapeut, la un lucrător social și la un medic de sănătate mintală. Veți avea, de asemenea, acces îmbunătățit la vizitatori de sănătate și asistente medicale districtuale.

Echipele multidisciplinare încearcă să abordeze orice probleme cu care vă confrunțați la cea mai timpurie oportunitate, oferind acces la o serie de experți care vă pot oferi îngrijirea, sfaturile și sprijinul de care aveți nevoie.

- ▶ **MEDICINĂ GENERALĂ**
- ▶ **FIZIOTERAPIE**
- ▶ **SĂNĂTATE MENTALĂ**
- ▶ **FARMACIST**
- ▶ **MUNCĂ DE ASISTENȚĂ SOCIALĂ**
- ▶ **ASISTENȚĂ MEDICALĂ DISTRICTUALĂ ȘI VIZITAREA CENTRULUI DE SĂNĂTATE**



Cine sunt fizioterapeuții de prim contact?

Fizioterapeuții noștri de prim de contact sunt experți în probleme privind articulațiile, mușchii și țesuturile dumneavoastră moi (dureri de spate, dureri de gât, articulații dureroase sau entorse și mușchi încordați).

Putem:

- ▶ Să diagnosticăm starea dumneavoastră de sănătate
- ▶ Să vă oferim sfaturi și exerciții fizice pentru a vă gestiona starea de sănătate
- ▶ Să comandăm teste
- ▶ Să prescriem medicație
- ▶ Să solicităm radiografii
- ▶ Să vă trimitem la un alt serviciu medical dacă este necesar
- ▶ Să vă îndrumăm către activități bazate pe comunitate

Fizioterapeutul vă va oferi sfaturi și vă poate oferi exerciții fizice și poate discuta despre medicație cu dumneavoastră. Dacă acesta consideră că aveți nevoie de un tratament cu mai multe sesiuni de fizioterapie, vă poate face o trimitere la un centru pentru un astfel de tratament sau vă poate sfătui să vă alegeți singur centrul de tratament. Acesta va putea să discute despre medicația care v-ar putea ajuta și poate, de asemenea, să prescrie unele medicamente.

Cine sunt lucrătorii sociali de la cabinetul de medicină generală?

Starea de bine pe plan social afectează ceea ce simt oamenii față de ei înșiși, cât de bine funcționează aceștia și calitatea generală a vieții acestora. Lucrătorii sociali lucrează cu persoane individuale, cu familii și comunități pentru a le îmbunătăți starea de bine pe plan social.

Tipuri de asistență oferite

Genul de lucruri cu care v-am putea ajuta sunt:

- ▶ Izolare sau singurătate
- ▶ Asistență cu îngrijitor
- ▶ Dificultăți de relaționare
- ▶ Dificultăți parentale
- ▶ Dificultăți cu situația locativă
- ▶ Stres
- ▶ Doliu/pierderea unei persoane apropiate și traumă
- ▶ Dependență de alcool și droguri



Împreună putem:

- ▶ Să discutăm despre orice probleme cu care vă confrunțați
- ▶ Să explorăm ceea ce este important pentru dumneavoastră
- ▶ Să convenim privind ajutorul pe care vi-l putem oferi
- ▶ Să vă oferim asistență