

Kim są Specjaliści ds. zdrowia psychicznego w przychodni?

Dobry stan zdrowia psychicznego jest równie ważny jak zdrowie fizyczne i powinien być dla wszystkich priorytetem. Jedna na cztery osoby w Irlandii Północnej doświadcza problemów, które wpływają na jej zdrowie psychiczne. Osoby z problemami zdrowia psychicznego często są narażone na piętnowanie i dyskryminację, a strach przed nimi może uniemożliwić im uzyskanie pomocy i utrudnić ich powrót do zdrowia.

Często kilka prostych rzeczy wystarczy, by chronić zdrowie psychiczne.

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



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 któregoś z tych nowych specjalistów, 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.

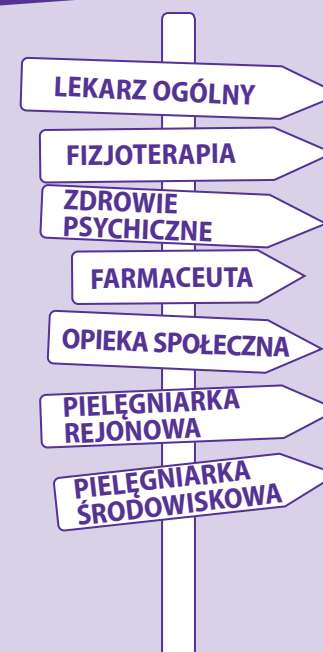


#MDT #DeliveringTogether



Health and
Social Care

Zespoły multidyscyplinarne w przychodni



W celu uzupełnienia obecnego personelu w przychodniach stworzono trzy nowe role:

- ▶ Fizjoterapeuci pierwszego kontaktu
- ▶ Pracownicy socjalni
- ▶ Specjaliści ds. zdrowia psychicznego

Możesz umówić się do każdego z tych specjalistów bezpośrednio, bez skierowania od lekarza ogólnego.



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

**ZDROWIE I
DOBROSTAN 2026
ZADBAJMY O TO WSPÓLNIE**

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
- ▶ PIEŁĘGNIARKA REJONOWA I ŚRODOWISKOWA

Kim są Fizjoterapeuci Pierwszego Kontaktu?

Nasi Fizjoterapeuci Pierwszego Kontaktu (FPK) specjalizują się w problemach ze stawami, mięśniami i tkankami miękkimi (ból pleców, ból szyi, ból stawów lub skręcenia i zwichnięcia).

Możemy:

- ▶ zdiagnozować Twój stan
- ▶ zaoferować Ci porady i ćwiczenia, które pomogą złagodzić objawy
- ▶ skierować Cię na badania
- ▶ przepisać leki
- ▶ skierować Cię na prześwietlenie
- ▶ w razie potrzeby skierować Cię do innego specjalisty
- ▶ polecić Ci miejsca poza przychodnią

Fizjoterapeuta udzieli Ci porady, pokaże ćwiczenia i omówi leki. Jeśli będzie uważał, że potrzebujesz leczenia fizjoterapeutycznego, może Cię na nie skierować lub zalecić bezpośrednie zapisy. Może omówić leki, które Ci pomogą, a także przepisać niektóre leki.

Kim są Pracownicy socjalni w przychodni?

Dobrostan społeczny wpływa na samoocenę ludzi, ich funkcjonowanie i ogólną jakość życia. Pracownicy socjalni pracują z pojedynczymi osobami, rodzinami i społecznościami, by poprawić ich dobrostan społeczny.

Rodzaje oferowanego wsparcia

Możemy pomóc Ci w następujących kwestiach:

- ▶ izolacja lub samotność
- ▶ wsparcie dla opiekunów
- ▶ problemy w związku
- ▶ problemy wychowawcze
- ▶ problemy mieszkaniowe
- ▶ stres
- ▶ żałoba i trauma
- ▶ uzależnienie od alkoholu i narkotyków



Wspólnie możemy:

- ▶ omówić problemy, z którymi się zmagasz
- ▶ przeanalizować to, co jest dla Ciebie ważne
- ▶ uzgodnić, jaką możemy zaoferować Ci pomoc
- ▶ zapewnić Ci wsparcie

