

SI TENGO UN PROBLEMA Y NO SÉ QUÉ HACER ¿A QUIÉN DEBO LLAMAR?

999

Para urgencias muy graves

Dificultad al respirar, hemorragia severa, dolores de pecho etc.

Urgencias

Accidentes o heridas sin necesidad de ambulancia (24/7)
Morrison Hospital

Heridas de poca gravedad

Rasguños, quemaduras, cortes, heridas al ojo/oído/ cabeza/cara/ cuello (sin pérdida de sentido), mordidas.
Singleton Hospital

111

Para consejos: si es urgente sin riesgo de muerte (24/7). También después de hora de consulta.

Autocuidado

Mantenga lleno su botiquín

Rasguños, dolor de garganta, tos etc.

Asistencia a achaques comunes

Trata el NHS gratis en su farmacia de barrio
resfriados, dolores de cabeza, diarrea, fiebre del heno y mucho más

Physio Direct

Problemas musculoesqueletales
Concierte su visita al 01792 487453:
09:00-12:00 de lunes a viernes
Morrison Hospital

Salud Mental

Servicios comunitarios gratuitos de Salud y Bienestar.
Contacte con SCVS al 01792 544000

En su consultorio de barrio:

Problemas médicos crónicos; o problemas médicos agudos cuando no valen ni autocuidado, ni el farmacéutico ni otras opciones.

Dentista

Problemas dentales
Dolor de muelas, problemas bucales, abscesos.
Llame a su dentista; si no lo tiene - **NHS Direct al 08454647**

Enfermeras Comunitarias

Llame al **Central Hub** si se trata de la Enfermera de Barrio, Asistente Social o Terapia Ocupacional.

Visitas a domicilio (niños)

Fforestfach
01792 586087
Parteras
Fforestfach
07766 466891

Oculista

Problemas oculares, agudos o de rutina.
Revisión gratuita dentro de 24 horas en caso de problemas agudos.

Heridas

Para cuidado de heridas, cambio de vendajes preséntese en la **Community Wound Care Clinic**
01792 530783

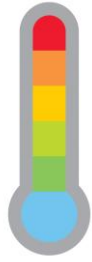
Red de Servicios de Penderi

Farmacéutico – Revisión de Medicamentos / Dudas sobre su uso
Asistente Niños Tempranos – Servicios de Apoyo a Niños y la Familia
Clínicas de Cuidadores – Con sede en su Consulta de barrio. Llame al 01792 653344
Asesoramiento legal y financiero CAB – Con sede en su Consulta. Llame al 01792 474882
Apoyo a solicitantes de asilo – Llame a Zinab Battar en EYST: 01792 466980

Dejar de fumar

Llame **GRATIS** a: **Help Me Quit**
0800 085 2219
Sesiones de grupo en Fforestfach

¿A QUIÉN DEBO VER?



Dewis
doeth
Choose
well

Si se siente mal o se lesiona,
escoja el servicio NHS correcto



Los consultorios en todo Gales celebran cada año 19 millones de consultas; no es de extrañarse a veces que a los pacientes les resulte difícil concertar cita.

No dan abasto muchas veces con la creciente demanda de citas, y en este momento les falta capacidad para resolver el problema.

Los consultorios en todo Gales deben enfrentar con recursos limitados este reto de ofrecer asistencia médica primaria de la mejor calidad.

Este folleto explica cómo podemos trabajar todos juntos para lograr este objetivo.

POR ESO ¿NO DEBO LLAMAR AL MÉDICO?

No, no significa eso

Los médicos quieren emplear su pericia y habilidad tratando a los pacientes que más necesidad tienen de verlos.

Muchos médicos ya emplean un sistema de triage telefónico por medio del cual hablan con sus pacientes para decidir si les hace falta una cita en el consultorio. Esto les permite atender a más pacientes cada día.

Es posible que su médico sugiera que vea a otro profesional de la medicina más apropiado para satisfacer sus necesidades.

Información en línea:

Choose Well – <http://www.choosewellwales.org.uk/home>

Public Health Wales - <http://www.publichealthwales.wales.nhs.uk/>

- <http://www.immunisation.wales.nhs.uk/home>

ABMU Swansea - <http://www.abm.wales.nhs.uk/>

Consejos por teléfono (NHS Direct) - <https://www.nhs.uk/pages/home.aspx>

Health City Directory - <http://www.healthcitydirectory.co.uk/>