

When you're ill, know who to turn to. Dowiedz się do kogo się udać, gdy zachorujesz.

Choose the right option for your condition.
Twój stan zdrowia i do kogo się zgłosić.

Self-Care

For a speedy recovery, taking care of yourself is the best option when you have a minor illness or injury such as hangover, grazed knee, sore throat, coughs and colds.

Samoopieka

Aby szybko powrócić do zdrowia samoopieka jest najlepszym wyjściem przy mniejszych dolegliwościach takich jak kac, ból gardła, przeziębienie i kaszel, czy urazach jak zdarte kolano.

Pharmacist

For advice and information on minor illnesses including coughs and colds, indigestion, constipation, aches and pains, head lice.

Farmaceuta

Po porady i informacje na temat mniejszych dolegliwości w tym przeziębienia i kaszlu, niestrawności, zaparcia, różnorodnych bólów czy wszy głowowych.

Dentist

For regular check ups, planned routine treatment and emergency care. If you are having difficulty in registering with a Dentist, please contact the NHS Highland Dental Helpline on 0845 6442271.

Dentysta

Po regularne wizyty kontrolne, zaplanowane rutynowe leczenie oraz opiekę w nagłych przypadkach. Jeśli masz problemy z rejestracją w przychodni dentystycznej, proszę skontaktuj się z NHS Highland Dental Helpline dzwoniąc pod numer 0845 6442271.

Optometrist (Optician)

For routine eye examinations or for eye problems such as blurred vision, difficulty seeing well or any discomfort such as red eyes, irritated eyes, itchy eyes, watery eyes or sticky eyes.

Okulista (optyk)

Po rutynowe badania oczu lub podczas problemów ze wzrokiem n.p. przy niewyraźnym widzeniu lub trudnościach z dobrym widzeniem, w przypadku dolegliwości takich jak oczy zaczerwienione, podrażnione czy klejące, jak również przy ich swędzeniu czy łzawieniu.

Family doctor / GP Practice

For conditions that just won't go away such as vomiting, ear pain, sore stomach and backache.

Lekarz rodzinny/przychodnia lekarska

W przypadku przewlekłych dolegliwości takich jak wymioty, bóle ucha, żołądka, czy pleców.

NHS out-of-hours service

For immediate advice when your GP or dental surgery is not open. Call NHS24 on 08454 242424.

NHS poza godzinami przyjęć

Po natychmiastową poradę, kiedy Twoja przychodnia lekarska lub dentystyczna jest już zamknięta. Zadzwoń na NHS24 pod numer 08454 242424.

Minor injuries service

For urgent care of cuts, sprains, minor burns go to your nearest minor injuries centre. Phone ahead to check opening hours. If you don't know where it is, phone NHS24 on 08454 242424.

Ośrodek urazów mniejszych

Po natychmiastową opiekę lekarską w przypadku ran ciętych, zwichnięć, czy mniejszych oparzeń zgłoś się do najbliższego ośrodka urazów mniejszych. Zadzwoń najpierw, aby sprawdzić godziny przyjęć. Jeśli nie wiesz, gdzie znajduje się najbliższy ośrodek zadzwoń na NHS24 pod numer 08454 242424.

Accident & Emergency (A&E)

For serious illness or accidents like suspected stroke, heart attack, head injuries, fractures or wounds requiring stitches.

Pogotowie ratunkowe (A&E)

W przypadku poważnych zachorowań czy wypadków takich jak podejrzany udar mózgu, atak serca, obrażenia głowy, złamania czy rany wymagające szwów.

Visit our website: www.nhsinform.co.uk

Zapraszamy na naszą stronę internetową: www.nhsinform.co.uk