

When you're ill,
know who to turn to.

Pie kā vērsties slimības
gadījumā.

Choose the right option for your condition.
Izdariet pareizo izvēli savā situācijā.

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.

Pašārstēšana

Lai ātri atveseļotos, pašārstēšana ir labākā iespēja vieglas saslimšanas vai nelielu traumu gadījumos, piemēram, ja Jums ir paģiras, nobrāzts ceļgals, sāpošs kakls, klepus vai saaukstēšanās.

Pharmacist

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

Farmaceits

Lai saņemtu padomus un informāciju vieglas saslimšanas gadījumā, ieskaitot klepu un saaukstēšanos, gremošanas traucējumus, aizcietējumus, nelielas sāpes, galvas utis.

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.

Zobārsts

Lai veiktu kārtējās pārbaudes, plānoto parasto ārstēšanu un saņemtu palīdzību akūtos gadījumos. Ja Jums ir sarežģījumi ar reģistrēšanos pie zobārsta, lūdzu sazinieties ar NHS Highland Dental Helpline (Hailandes Zobārstniecības palīdzības līniju) pa tel. 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.

Optometrists (optiķis)

Lai veiktu kārtējās redzes pārbaudes vai acu problēmu gadījumā, piemēram, ja Jums miglojas vai ir pasliktināta redze vai arī ir jebkāds diskomforts, piemēram, apsārtušas, iekaisušas, niezošas, asarojošas acis vai salīpuši plakstiņi.

Family doctor / GP Practice

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

Ģimenes ārsts / GP prakse

Ja Jums ir problēmas, kas nepāriet, piemēram, vemšana, ausu sāpes, sāpošs kuņģis vai mugura.

NHS out-of-hours service

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

NHS palīdzības dienests ārpus darba laika

Lai saņemtu tūlītējus padomus laikā, kad Jūsu GP vai zobārsta kabinets nestrādā. Zvaniet uz NHS24 pa tel. 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.

Traumpunkts

Lai saņemtu neatliekamu palīdzību grieztu brūču, sastiepumu, nelielu apdegumu gadījumos, dodieties uz savu tuvāko traumpunktu (minor injuries centre). Iepriekš piezvaniet, lai noskaidrotu darba laikus. Ja Jūs nezināt, kur tas atrodas, zvaniet uz NHS24 pa tel. 08454 242424.

Accident & Emergency (A&E)

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

Neatliekamās palīdzības dienests (A&E)

Nopietnas saslimšanas vai nelaimes gadījumos, piemēram, ja ir varbūtējs insults, sirdslēkme, galvas traumas, lūzumi vai brūces, ko nepieciešams šūt.

Latvian

Visit our website: www.nhsinform.co.uk
Apmeklējiet mūsu veblapu: www.nhsinform.co.uk