

POSTO MÉDICO DE CAMPINGLAND

Dr MJ Holmes MRCGP
Dr NK Holmes MRCGP
Dr RI Musson MRCGP
Dr IJ Cromarty FRCGP
Dr VL Lawrence MRCGP
Dr IU Chakrabarti MRCGP

Horário de Abertura do Posto médico: - De Segunda a Sexta 8.30 às 18.30 (a última consulta sendo às 18.00). A farmácia está fechada entre as 12.30 e as 14.00 de cada dia. O posto médico está fechado aos fins-de-semana e feriados.

Fora de Horas - os pacientes têm direito a cuidados de saúde mesmo quando o posto médico está fechado. Por favor telefone para 01603 488488 em casos de problemas médicos urgentes e uma telefonista especializada irá tomar nota dos seus detalhes e pô-lo/a em contacto com o profissional de saúde apropriado para o seu caso. Este serviço está activo entre as 18.30 e as 8.00 nos dias úteis, fins-de-semana e feriados.

Marcações e Consultas - todas as consultas terão que ser marcadas na recepção ou através do número 01760 721473. Poderá ter a marcação habitual que esteja disponível com o seu médico de preferência mas também temos marcações abertas todos os dias úteis se sentir que necessita de ver a/o médico/a no próprio dia. *Para estas marcações nem sempre é possível dizer qual o médico que estará disponível para o receber e as consultas poderão ser mais curtas do que é normal.* Pacientes que se tenham registado recentemente, necessitam de marcar, para além disto, uma consulta de rotina para medir a pressão arterial, fazer exames à urina e para verificar o seu historial médico, para que lhe possamos dar o serviço clínico mais apropriado ao seu caso. Por favor explique à recepcionista que tipo de consulta necessita e ela irá ajudá-lo a marcar a consulta com o médico/a/Enfermeira/o mais apropriada ao seu caso.

Importante: *Se não puder comparecer à sua consulta por favor avise a recepcionista com devida antecedência.*

Visitas Domiciliárias Se necessitar que o médico lhe faça uma visita a casa devido ao facto de alguém estar demasiado doente para poder ir ao posto médico, por favor telefone para 01760 721211 antes das 11:00 e peça uma visita domiciliária (homem visito)- diga-nos também se o problema for urgente.

Existem as clínicas seguintes no Posto Médico:

Clínica Pré-Natal (<i>Ante-natal Clinic</i>)	Semanal	Quarta-Feira	13.30 - 15.30
Clínica para a Diabetes (<i>Diabetes Clinic</i>)	Semanal	Terça-Feira	14.00 - 17.30
Nutricionista (<i>Dietitian</i>)	Mensal	Terça-Feira	14.00 - 17.00
Clínica para um Coração Saudável (<i>Healthy Heart Clinic</i>)	Semanal	Sexta-Feira	9.20-11.50
Clínica para as Úlceras da Perna (<i>Leg Ulcer clinic</i>)	Semanal	Terça-Feira	8.30-12.30
Clínica Respiratória (<i>Respiratory Clinic</i>)	Semanal	Segunda-Feira E Quinta-Feira	14.10-18.00 14.00-18.00

Outros Serviços Disponíveis:

Contraceptivos para Emergências (Emergency Contraception) - Temos um esquema de “cartão azul”. Qualquer pessoa que necessite de contraceptivos de emergência pode levantar um cartão azul na sala de espera, passa-lo à recepcionista e poderá ser visto no mesmo dia sem ter que explicar porque razão necessita da consulta.

Planeamento Familiar (Family Planning)- Nós aconselhamos, receitamos ou aplicamos todos os tipos de contraceptivos. As/os enfermeiros/as do posto médico têm um conhecimento especializado em várias matérias e se o desejar poderá falar com um/a delas/es em vez do médico.

Serviços de Cuidados Maternais (Maternity Services)- Todos os médicos dão cuidados maternos, partilhando esta responsabilidade com a equipa de parteiras da ICENI. Por favor telefone para 01760 721473 para marcar uma consulta na clínica Pré-natal. Pode contactar a parteira directamente através do número 01760 725249, ou 01553 613613 à noite e aos fins-de-semana.

Serviço de Apoio Terapêutico/Aconselhamento (Counselling)- Os pacientes podem ser dirigidos a um conselheiro/terapeuta qualificado.

Apoio de Cuidados de Saúde Mental Primários (Primary Care Mental Health Support) - Um Assistente de Apoio (Support Worker) está disponível no posto médico um dia por semana e os pacientes poderão ser dirigidos a este pelo médico.

Exames de Esfregaço Cervical (Cervical Smear Tests) -As mulheres são normalmente aconselhadas a fazer o exame de Esfregaço Cervical de 3 em 3 anos. Este exame poderá ser feito pela enfermeira do posto ou pelo médico/a. Irá ser informado por escrito quando for altura de fazer o exame, e também para saber o resultado.

Clínica do Bem-Estar da Mulher (Well-Woman Clinic)- Esta clínica é dirigida pelas enfermeiras do posto médico que oferecem um exame geral de saúde que inclui medir a tensão arterial, o Exame do Esfregaço Cervical assim como um serviço de ajuda e aconselhamento.

Enfermeiras Distritais (District Nurses)- Dão cuidado médico ao domicílio, aconselham e dão apoio aos familiares e pessoas que cuidam de doentes. Elas/eles estão disponíveis entre as 9 e as 16.30 e entre as 17.30 e as 22.30 todos os dias. Poderá deixar uma mensagem no atendedor de chamadas- 01760 724115 (de Segunda a Sexta-Feira) e 01760 723128 aos fins-de-semana e feriados.

Enfermeiras Sociais (Health Visitor) - Têm como prioridade o desenvolvimento e cuidado da criança mas também ajudam as famílias, as pessoas solteiras e os idosos. Telefone para 01760 722821 entre as 9:00 às 10.00 hrs.

Well Family Service- Este serviço pertence a uma organização de caridade nacional que funciona juntamente com o posto médico para dar apoio prático, emocional e financeiro aos indivíduos e às famílias. Telefone para 01760 720302

Resultados dos Exames- Entraremos em contacto consigo de imediato, se os resultados de um exame ou radiografia, que tenha feito através do posto médico, indiquem que necessita de uma intervenção cirúrgica. Se este não for o caso receberá então os resultados dos seus exames na próxima consulta que tiver, ou se o desejar poderá telefonar para a recepção (na parte da tarde) por volta de uma semana depois de ter feito os seus exames.

Repetição de receitas- é necessário avisar o posto com dois dias de antecedência quando necessitar de uma receita com a mesma prescrição da receita anterior. O impresso da sua receita mostra a data em que deverá ter uma consulta com o médico para rever a sua medicação. De acordo com a política governamental só é permitido receitar medicamentos para um período de 28 dias (excepto a pílula contraceptiva e os comprimidos de Terapia de Reposição Hormonal-HRT). Poderemos dispensar as receitas no posto médico aos pacientes que vivam nas vilas fora de Swaffham e a mais do que 1.6km de uma farmácia. Pacientes que vivam em Swaffham terão que ir à farmácia local para aviar as suas receitas.

Enfermeiras do Posto Médico (Practice nurses)- Estas estão presentes durante o dia para tratar de ferimentos e danos menores, retirar pontos, mudar curativos, fazer análises ao sangue aos pacientes que não possam ir até ao Swaffham Community Hospital, fazer exames de Esfregaço Cervical e dar vacinas. Necessita de marcar uma consulta com a Enfermeira do posto médico, a não ser que seja um caso de emergência médica.

Vacinas-é muito importante que todas as crianças tenham a vacinação completa contra o tétano, o poliomielite, a difteria, a tosse convulsa, o sarampo, a papeira, a Rubéola e a meningite hemophilus. Em casos muito raros poderá acontecer que uma ou mais destas vacinas não sejam apropriadas. Todas as mulheres jovens deverão ter a vacina contra a Rubéola, e todos os adultos deverão ter as suas vacinas contra o tétano em dia. Recomendamos as vacinas contra a Gripe (Influenza) aos pacientes com mais de 65 anos de idade e a todos os pacientes que sofram de doenças de respiração crónicas (incluindo a Asma), doenças de coração, doenças renais e diabetes. Se pertencer a um destes grupos contacte o posto médico em Setembro de cada ano para fazer uma marcação na clínica da gripe (flu clinic) em Outubro ou Novembro.

Pequena Intervenção Cirúrgica O seu médico poderá fazer algumas pequenas intervenções cirúrgicas na sala de tratamento do posto médico. O médico irá poder informá-lo/a se o seu problema de saúde pode ser resolvido desta forma. Irá receber uma folha e um impresso de permissão em português.

Marcações no Hospital - Se tiver alguma dúvida sobre uma marcação para pacientes externos no hospital, ou sobre quaisquer exames que tenham sido marcados por um especialista do hospital, deverá então contactar a secretária desse especialista directamente.

Ensino e Treino - Os nossos médicos apesar de serem qualificados, continuam a avançar no seu treino no posto médico. Para isso necessitam de gravar algumas das consultas em vídeo. A recepcionista irá avisá-lo/a quando chegar se o Médico de Família irá filmar a consulta e irá pedir-lhe que dê a sua permissão para isto por escrito. Também temos estudantes de medicina da University of East Anglia Medical School que irão por vezes observar algumas das consultas dos nossos médicos. Será avisado se um aluno estiver presente na sua consulta e haverá também um aviso na recepção. *Por favor informe-nos se preferir ver o seu médico sem ninguém presente.*

Protecção e uso da Informação sobre os Pacientes - Necessitamos de informações sobre si para lhe podermos dar os melhores níveis de cuidados de saúde possíveis. Os médicos necessitam de

tomar notas sobre os diagnósticos, os resultados dos exames, os tratamentos incluindo receitas de medicamentos e qualquer outra informação que nos forneça para que lhe possamos dar o cuidado e tratamento adequado. Poderá ser necessário partilhar esta informação com outros (por exemplo, o especialista do hospital, a enfermeira da comunidade ou os serviços sociais) que estejam envolvidos no seu tratamento. *Sempre que for possível iremos apagar todos os dados que possam identifica-lo/a.* A sua informação também poderá ser usada para pesquisa mas iremos, se este for o caso, perguntar-lhe primeiro.

Confidencialidade - *todos os empregados da NHS (National Health Service - Serviço Nacional de Saúde) têm por lei de manter toda a informação sobre si em confidencialidade.* Prometemos manter a sua ficha médica em confidencialidade. Os empregados do posto médico entendem o seu dever em relação à confidencialidade e as suas responsabilidades para com os pacientes. Também tiveram o treino adequado na forma em como lidar com a ficha médica .

Os seus Direitos segundo a Lei de Protecção de Dados Pessoais de 1998 (Data Protection Act 1998)- Esta lei dita as regras para o processamento de dados pessoais sobre si e aplica-se à ficha médica em papel e computador.

Em resumo, você tem direito:

- Ao acesso à informação que temos sobre si (poderemos cobrar-lhe uma taxa por este serviço)
- A impedir o processamento de informação que lhe possa causar ansiedade
- A impedir o uso de informação sobre si para marketing directo
- A corrigir um registo que esteja errado
- A pedir compensação se sofrer algum dano
- A que se faça uma análise em caso de se ter transgredido a Lei de Protecção de Dados Pessoais

Razões pelas quais necessitamos de informações sobre si -

- Para o seu cuidado e tratamento de saúde
- Para tratar da Saúde do público em geral
- Para dirigir e planear o funcionamento da NHS (por exemplo, para fazer estatísticas e auditorias)
- Para ajudar os empregados a analisar a forma como o tratam para que se assegurem de que estes atingem os níveis de qualidade mais altos (por exemplo através de auditorias clínicas)
- Para o treino e instrução dos empregados
- Para pesquisa

Se necessitar de mais informações por favor peça para falar com o director do posto médico (Practice Manager), a pessoa encarregada do seu tratamento médico ou com o Serviço de Aconselhamento e Ligação ao Paciente (Patient Advice and Liaison Service PALS) através do número 0800 587 4132.

Os seus Direitos e Responsabilidades - Tem direito a ser consultado por um médico de família dentro de 48 horas e de ver um/a enfermeira/o do posto médico dentro de 24 horas, apesar de não lhe podermos dar garantia de que irá ver o médico da *sua escolha* ou que seja visto à hora da *sua escolha*. Você tem a responsabilidade de comparecer às consultas que marcou ou de nos avisar que não irá comparecer com tempo suficiente de antecedência, para que possamos dar a consulta a outro paciente.

Compareça à sua consulta- ou avise-nos para que a possamos cancelar.

Reclamações - Tentamos dar sempre o nosso melhor para oferecer o nível mais alto de serviço. No entanto quando existem problemas lidamos com eles rapidamente de acordo com o procedimento de reclamações da NHS (NHS complaints Procedure) para os serviços de cuidados primários (Primary Care). Se tiver uma preocupação, se quiser fazer um comentário ou uma sugestão em relação aos nossos serviços, por favor informe um dos médicos, ou o director do posto médico (Practice Manager), ou informe-nos por escrito.

Comportamento Violento ou Abusivo - A NHS define este como sendo “ Qualquer incidente em que um médico de família ou um dos empregados do posto médico seja abusado, ameaçado ou atacado em circunstâncias relacionadas com o trabalho, envolvendo uma provocação explícita ou implícita à sua segurança, bem-estar ou saúde” Este tipo de comportamento da parte dos pacientes não será tolerado e qualquer dos nossos pacientes que esteja a usar ou a indicar violência ou abuso verbal para com um dos médicos ou empregados será retirado da lista do posto médico.

Endereços e Números de Telefone Úteis:

West Norfolk Primary Care Trust

St James

Extons Road

King’s Lynn PE30 5NU

01553 762912

Anglian Medical Care (Serviço Fora de Horas)

01603 488488

NHS Direct (Serviço Telefónico da NHS)

0845 4647

Patient’s Advice & Liaison Service (PALS)

(Serviço de Aconselhamento e Ligação ao Paciente)

0800 587 4132

Queen Elizabeth Hospital, King’s Lynn

01553 613613

Swaffham Community Hospital

01760 721363

Boots Pharmacy (Swaffham)

01760 721208

Moss Pharmacy (Swaffham)

01760 721216

Community Alcohol & Drug Service (CADS)

01553 761623

(Serviço Comunitário para os problemas de Álcool e de Drogas)

e

01760 722554

Red Cross Equipment (10.00 – 15.00)

(Equipamento da Cruz Vermelha)

01760 336525

Social Services *(Serviços Sociais)*

01553 669300

