



W oczekiwaniu na wizytę w szpitalu lub operację

Ze względu na pandemię COVID-19 niektóre operacje i zabiegi zostały przełożone na późniejszy termin. Szpitale w regionie Greater Manchester zaczynają obecnie wznawiać niepilne operacje i wizyty.

Jak długo będę czekać?

Czas oczekiwania będzie zależał od konkretnego rodzaju leczenia i potrzeb w zakresie opieki medycznej. Bardzo trudno jest dokładnie określić, jak długi będzie czas oczekiwania, ponieważ lista oczekujących codziennie się zmienia. Szpital skontaktuje się z Tobą, aby poinformować Cię o czasie oczekiwania. Jeśli masz dostęp do Internetu, średni czas oczekiwania w swoim szpitalu możesz sprawdzić na stronie www.nhs.uk.

Jak decyduje się o kolejności przyjmowania pacjentów?

Nasi lekarze specjaliści decydują o kolejności przyjmowania według dwóch kluczowych kryteriów: potrzeby klinicznej i czasu oczekiwania. Dokłada się wszelkich starań, aby zadbać o to, by pacjenci nie byli pokrzywdzeni.

Co mam zrobić, jeśli mój stan zdrowia się pogorszy...

... a mam już datę wizyty w szpitalu?

Jeśli masz już termin wizyty, a Twój stan się pogorszy, skontaktuj się z rejestracją szpitala (hospital secretary), zespołem ds. rezerwacji wizyt (booking team) lub z zespołem ds. kontaktów z pacjentami (Patient Advice and Liaison Service – PALS). Numer kontaktowy znajdziesz w ostatnim piśmie ze szpitala.

... a nie mam jeszcze terminu wizyty w szpitalu?

Jeśli Twój stan się pogarsza lub masz nowe objawy, skontaktuj się ze swoją przychodnią lekarską (GP). Zbada Cię Twój lekarz ogólny i udzieli Ci porady. Choć lekarz nie ma dostępu do listy oczekujących ani systemu wizyt, może powiadomić szpital, jeśli w Twoim stanie zdrowia doszło do budzących niepokój zmian. Informacje od lekarza zostaną rozważone przez zespół szpitalny.

Współpraca szpitali

Aby zapewnić pacjentom leczenie w terminie możliwie najszybszym, szpitale współpracują ze sobą, dlatego czasami proszą niektórych pacjentów o stawienie się na operację do innego szpitala. Jeśli skontaktujemy się z Tobą w tej sprawie, w miarę możliwości skorzystaj z takiej propozycji. Uprawnionym pacjentom może być udzielona pomoc w transporcie. W większości wypadków zabiegi będą przeprowadzone przez lekarza specjalistę z miejscowego szpitala danego pacjenta.

Co mam zrobić, jeśli potrzebuję dodatkowego wsparcia?

Wsparcie i porady zapewnia zespół ds. kontaktów z pacjentami (PALS). Numer kontaktowy znajdziesz w ostatnim piśmie ze szpitala.

Pomocy w wyborze usług zdrowotnych i opiekuńczych może udzielić również organizacja Healthwatch. Informacje na temat miejscowego oddziału Healthwatch znajdziesz na stronie www.healthwatch.co.uk.



Dbanie o zdrowie fizyczne i psychiczne

Oczekując na wizytę lub leczenie, możesz podjąć różne kroki, aby zadbać o swoje samopoczucie fizyczne i psychiczne. Dbanie o zdrowie i dobre samopoczucie pomoże Ci również szybciej powrócić do zdrowia, jeśli będziesz wymagać operacji.



Zdrowa waga

Utrzymanie zdrowej wagi może zmniejszyć ryzyko powikłań podczas operacji. Jeśli zabieg nie jest pilny, a masz nadwagę, postaraj się schudnąć – wpłynie to korzystnie na Twoje zdrowie. Jeśli natomiast masz niedowagę, postaraj się przybrać na wadze. Wprowadzaj proste, małe zmiany. Nie chodzi o to, by od razu było idealnie – ważne, aby zacząć.



Więcej się ruszaj

Spróbuj zwiększyć poziom swojej aktywności fizycznej. Na regenerację organizmu korzystnie wpłyną ćwiczenia wzmacniające i poprawiające równowagę. Aktywność fizyczna ma pozytywny wpływ na ciało i umysł. Codzienny energiczny spacer może dodać energii, poprawić nastrój i ułatwić codzienne czynności. Możesz skontaktować się ze swoją przychodnią lekarską, aby dowiedzieć się, jakie rodzaje ćwiczeń będą dla Ciebie odpowiednie.



Rzuć palenie

Może to zmniejszyć ryzyko powikłań i przyspieszyć powrót do zdrowia po operacji. Dzięki temu łatwiej Ci będzie również znieść pobyt w szpitalu, ponieważ na terenie szpitala nie wolno palić.



Zdrowa dieta

Po operacji Twój organizm będzie musiał się zregenerować. Zdrowa dieta przed operacją i po niej może naprawdę pomóc.



Alkohol

Pijąc alkohol, pamiętaj, aby nie przekraczać zalecanych limitów (lub pij mniej). Dzięki temu Twój organizm szybciej zregeneruje się po operacji. Każde zmniejszenie ilości spożywanego tygodniowo alkoholu będzie korzystne.



Zdrowie psychiczne

Oczekiwanie na leczenie, operację lub badania może wywoływać niepokój lub przygnębienie. Dobrym pomysłem jest rozmawianie o swoich odczuciach z przyjacielem lub członkiem rodziny. Jeśli naprawdę nie dajesz rady lub czujesz, że sytuacja Cię przytłacza, porozmawiaj o tym ze swoim lekarzem ogólnym lub z pielęgniarką, aby uzyskać potrzebne wsparcie.



Zaszczep się

Przyjmij wszystkie oferowane Ci szczepienia. Jeśli gorzej się poczujesz, zabieg może zostać przełożony.