Adeegyada Caafimaadka ee Wales

Haddii aad mar dhow timid Wales ama aad doonayso inaad ogaato sidii u daryeelka caafimaadka uga shaqeeyo Wales, wararka soo socdo waxay ku ahaan doonaan kuwo wax-tar leh.

Waa maxay NHS?
NHS'ta (Adeegga Caafimaadka Qaranka) waa adeegga caafimaadka dawladda ee UK oo daawayn caafimaad badan oo kala duwan siiyo deganayaasha UK. Qaar ka mid ah adeegyada waa bilaash kuwa kalena waxay ahaan karaan mid kharash lagu bixiyo.

Waa maxay adeegyada la heli karo?
Takhtarka Guud (GP) / Rugta Takhtarka ama Xarunta Caafimaadka
Takhtarka Guud (GP) waa takhaatiirta qooyska ee macmiilo caafimaadka jaaliyadda degaanka. Waxay caadi ahaan ka shaqeeyaan "rug caafimaad" (Rugta Takhatiirta) , waxay la shaqeyaan takhaatiir kale, kalkaliye caafimaad, booqadlaha caafimaadka iyo umulisayaasha, u soo booqashada rugta wuxuu bilaash u yahay qof walba ee degan UK. GP'ga waa xiriirka koowaad ee aad ku heli karto daryeelka caafimaadka. Haddii uu GP'ga kugu caawin karin dhibaatadada waxay ku diri doonaan khabiir ama isbitaalka. Rugta GP'ga waxuu caadi ahaan furan yahay subaxnimada iyo galabta ilaa fiidka, haseyeeshee, waxay leeyihiin mashiinka ka-jawaabidda teleefoonka oo ku sheegi doono halka aad daawayn ka heli karto markii uu rugta xiran yahay.

Takhtarka ayaad u soo booqan kartaa ama telefoon ayaad u soo dirii kartaa rugta. Waxaad heli kartaa GP'yada NHS'ta ee degaanka haddii aad ka raadiso buugga teleefoonka, la xiriir NHS Direct Wales (0845 46 47), ka raadi faah-faahinta shabakaddaan ama codso deriska, saxiibada ama qooyska. GP'ga wuxuu kuu sheegi karaa haddii aad ku nooshahay aagga ay rugta daboosho iyo haddii ay meel bannaan u leeyihiin bukaanlay cusub. Waydii haddii aad u baahan tahay iyo in kale in aad ballan samaysato sidii aad takhtarka u aragto, xasuuso inaad ballanka aad samysatey aad ka soo daahin. Haddii aad ka wal-walsan tahay inaadan si fiican ugu hadli karin luqadda Ingiriiska fadlan saaxib ama xubin ka mid ah qooyskaaga oo Ingiriis si fiican ugu hadla ha kula tago.

Qaar ka mid ah GP'yada adeeggooda ayay kugu soo kharashgarayn karaan, sida awgeed waa inaad iska hubisaa ka hor inta aadan u tegin.

NHS Direct Wales (NHS'ta Tooska ah ee Wales)
NHS Direct Wales waa adeeg talobixin caafimaad oo la heli karo 24 saac maalintii, maalin walba. Waxaad NHS Direct Wales ka waci kartaa 0845 46 47 haddii aad xanuunsan tahay oo adan ogayn wixii aad samayn laheed, ama waxaad ka codsan kartaa warar caafimaad ee ku saabsan dhibaatooyin kala duwan, daawayn iyo adeegyada caafimaadka degaanka. Wacitaanka waxaa lagu dallaca si isku deegaan ah, waana 4p daqiiqaddii.

NHS Direct Wales waxay qabanqaabin karaan turjibaano luqado badan oo si sir ah kuu turjibaaya, oo uu ku jiro Soomaali. Haddii aad rabto inaad af Soomaali ku hadasho, soo wac NHS Direct Wales lambarka teleefoonka waa 0845 46 47 markii

waciddaada laga jawaabo, ku dheh "Somali". Ku sug khadka ilaa lagugu soo xiro turjibaan af Soomaali ku hadla oo ku caawin doono NHS Direct Wales inay ku siiyaan macluumaadka caafimaadka ama talada aad u baahan tahay.

Farmashiye
Farmashiistaha (oo mar mar lagu yaqaan Chemists) waa dad khabiir ku ah daawoyinka iyo sida ay u shaqeeyaan. Waxay xitaa bixin karaan talo ku saabsan jirroyiinka yar sida qufaca, hergabka, xanuunka jirka iyo xaalado caafimaad oo kale, sida cuntada caafimaadka leh iyo iska joojinta sigaarka. Waxay kuu diyaarin doonaan daawooyinka u takhtarkaaga kuu soo qoro. Taloyiinka uu farmashiistaha bixiyo waa bilaash laakin waxaa lagaa rabi karaa inaad kharashka daawada iska bixiso ama waxaad xaq u lahaan kartaa daawo lacag la'aan ah- takhtarkaaga ayaa ku sheegi doono. Sida aad u hesho farmashiiyaha kugu dhow waxaad ka raadin karta macluumadka farmashiiyaha ee ku kaydsan shabakaddaan.

Isbitaal
Haddii GP'gaada uu kuu soo gudbiyo isbitaal sidii lagugu daaweyo, waxaa caadi ahaan laguu samayn doonaa ballan oo aad ku aragto khabiir (takhtar khabiir ah). Ayadoo ay ku xiran tahay dhibaatada caafimaadka waxaa lagugu macmiili karaa sida bukaanlay la-seexiyo (oo hal habeen ama ka badan lagu seexin doono qayb ka mid ah isbitaalka) ama si bukaanlay booqadle ah (oo u soo booqanaayo isbitaalka markii ballan la sameeyo). Haddii aad u malaynaysid inaad u baahan tahay inaad aragto khabiir, waa inaad marka horey Takhtarkaaga Guud u tagtaa oo aad ka codsata inay ku gudbiyaan.

Isbitaalada oo dhan lama shaqeeyaan NHS. Waxaa jiro isbitaalo oo khaas ahaan loo leeyahay oo daawayn bixin karo laakin waxaa lagaa raba inaad kharashka iska bixiso.

Waaxda Shilka iyo Gurmadka (A&E)
Qaar (laakin ma ahan dhammaantooda) ee isbitaalada waxay leeyihiin waxda Shilka iyo Gurmadka. Waaxyadaan waxay furan yihiin 24 saac maalintii waxayna macmiilaan bukaanlayda u baahan daawayn deg-deg ah.

Adeegga Gurmadka: soo wac 999
Haddii aad u baahan tahay daawayn deg-deg ah (tusaale ahaan shil ayaad gashay), wac 999. Wacidda waa lacag la'aan xitaa haddii aad ka soo wacdo teleefoonka gacanta. Qofka kaa qabto ayaa ku waydiin doono adeegga gurmadka aad u baahan tahay (tusaale ahaan Dab-demiska, Booliiska ama ambalaansada). Haddii aad u baahan tahay caawinaad daawayn deg-deg ah codso in aad la hadasho adeegga ambalaansada. Diyaar u ahow inaad u sheegto adeegga gurmadka wixii dhacey iyo halka aad joogtid. Qofka ku xilsaaran inuu soo diro Daawaynta Deg-degga ayaa su'aalo ku waydiin doono ee ku saabsan xaaladdada, ama xaalada qofka aad u soo wactamayso, waxayna ku siin karaan talo ku saabsan wixii aad samyn kartid intii aad ambalaansada ka sugayso.

Takhtarka ilkaha
Takhtatiirta ilkaha waxay bixiyaan daawayn takhasuus leh iyo mid caadi ah ee ilkaha iyo cirridyada. Ma loo baahno inaad sugto ilaa uu ilig ku xanuuno sida aad takhtarka ilakaha u soo booqato. Run ahantii, baaritaan la sameeyo lixdii biloodma

mar ayaa ka hor tegi kara in aad dhibaato wayn kala kulanto dhinaca ilkaha. Rugaha takhtarka ilkaha badankood waxay soo dhawaayaan bukaanlay NHS iyo kuwa lacagta bixiya. Xitaa haddii aad adiga ku diiwaangashan tahay bukaanlay NHS oo kale waxaa weli lagaa rabaa inaad bixiso kharashyada daaweynta ilkaha haddii aadan xaq u leheen in lagaa bixiyo (tusaale ahaan aad ka yar tahay 18 jir, aad uur leedahay ama aad cunug dhashay 12ka bilood ee la soo dhaafey, ama aad hesho qaar ka mid ah ceydha/kaalmada). Sida aad u hesho takhtarka ilkaha ee ku dhow waxaad ka raadin kartaa macluumadka ku kaydsan shabakaddaan.

Takhtarka idhaha

Takhtarka indhaha ayaa caafimaadka indhahaada baari doono waxayna caadi ahaan ka shaqeeyaan dukaamada ku yaalo jidka wayn. Ka dib markii ay baaraan indhahaada, haddii aad u baahan tahay, qaar ka mid ah takhaatiirta indhaha waxay ku siin doonaan ookiyaale. Haddii aad xaq u leedahay baaritaanka indhaha oo bilaash ah (tusaale ahaan aad ka yar tahay 18 jir, aad qabtid macaan/sokorow ama cudurka glaucoma, ama aad hesho qaar ka mid ah ceydha/kaalmada), waxaa lagaa rabi doonaa inaad lacag ka bixiso adeegyadaan.

Sida cabasho looga sameeyo Adeegga NHS

Ururyada oo dhan ee NHS (Adeegga Caafimaadka Qaranka) waxay leeyihiin nidaamyada cabashada. Haddii aad rabto inaad cabasho ka sameyso adeegga NHS waxaad la hadli kartaa qofka bixiyey adeegga ama maareeyaha cabashooyinka adeegyada. Waxaad xitaa cabashadaada u soo diri kartaa maareeyaha cabashooyinka iyadoo qoraal ah. Xasuso inaad ku qorto;

- Qofka iyo waxa uu cabashada ku saabsan yahay
- Goorta iyo halka u falka ku dhacey
- Tillaabada aad ka qaadey
- Natiijada aad rabto, tusaale ahaan ururka oo ku raalli gelinaaya ama beddelaayo habka ay mustaqbalka wax u qabtaan.

Cabashooyinka waa in la sameeyo lix bilood gudeheeda markii u shilka dhacey. Haddii aad si qoraal ah u so cabato waxaad labo malmood oo shaqo gudeheeda ka heli doonta ururka jawaab sheegaayo inay heleen cabashadaada.

Cabashadaada si sir ah ayaloo baari doonaa, wax dhibaato ahna kaama imaan doono markii aad soo cabato. Laba iyo toban maalmood oo shaqo gudeheeda waxaa caadi ahaan heli doontaa jawaabta cabashadaada oo qoraal ah.

Waxaa cabashadaada kugu caawin karo Guddiga Caafimaadka Jaaliyadda (Community Health Council) ee xaafaddaada (CHC), oo xitaa kuu qaban-qaabin karo turjubaan haddii aad u baahato.

Haddii aad weli faraxsaneyn?

Waxaa jiro labo hab oo cabashadaada horey loogu sii wadi karo:

- Haddii daaweynta iyo daryeelka ee aad ka soo cabaneysid uu dhacey ka hor 1ga Abriil 2006, waxaad ka codsan kartaa Dib-u-eegidda Madaxbanaan (Independent Review) inay cabashadaada eegaan adigoo la xiriiraya Xooghaynta Madax-banaan ee Cabashooyinka (Independent Complaints Secretariat) ee xaafaddaada (hoos ka fiiri cinwaanka). Haddii aadan faraxsaneyn dib-u-eegidda ka dib, waxaad u caban kartaa Dhex-dhexaadiyaha Adeegga Bulshada (Public Services Ombudsman) ee Wales.

- Haddii daweynta iyo daryeelka aad ka soo cabaneyso uu dhacey 1ga Abriil 2006 ama ka dib, waxaad go'aansan kartaa inaadan codsan Dib-u-eegidda Madaxbanaan, laakin waxaad cabashadaada si toosan ula tegi kartaa Dhex-dhexaadiyaha Adeegga Bulshada ee Wales (hoos ka fiiri cinwaanka).

Xiriiryada wax-terka leh.

Xooghaynta Madax-banaan ee Cabashooyinka (Independent Complaints Secretariat)
Qof madax-banaan ayaa cabashadaada dib-u-eegi doono iyo tixgelin doono haddii uu jiro wax kale oo si degaan ahaan loo qaban karo ama haddii loo baahan yahay in la sameeyo guddi madax-banaan oo sii faah-faahsan uu baari doono cabashadaada. Cinwaanka Xooghaynta ee xaafaddaada waxaa lagu soo qori doonaa warqadda jawaabta cabashadaada. Sidoo kale waad la xiriiri kartaa adigoo isticmaalayaa faah-faahinta hoos ku qoran:

Independent Complaints Secretariat
Mid and West Wales
PO Box 2
Brecon
Powys LD3 OXR
Tel: 01874 712748
Fax: 01874 712756

Independent Complaints Secretariat
South Wales
PO Box 21
Cardiff
CF10 2ZR
Tel: 029 2037 6840
Fax: 029 20376826

Independent Complaints Secretariat
North Wales
PO Box 125
Mold
CH7 1WH
Tel: 01352 700227
Fax: 01352 754649

Dhex-dhexaadiyaha Adeegga Bulshada (Public Services Ombudsman) ee Wales
Ombudsman’ka wuxuu eegi karaa cabashada haddii laguula dhaqmey si xaq leheen ama aad heshay adeeg xun. Haddii cabashadaada la raaco waxaa adeegga loo sheegi doonaa wixii loo baahan yahay inay sameeyaan sidii xaaladda loo saxo. Waxaad Ombudsman’ka kala xiriiri kartaa cinwaanka hoos ku qoran:

Public Services Ombudsman for Wales
1 Ffordd yr Hen Gae
Pencoed
CF35 5LJ

Tel: 01656 641150
E-mail : ask@ombudsman-wales.org.uk

Waxaad cabashadaada u soo diri kartaa ombudsma'ka ayadoo qoran adigoo foomka cabashada kala soo baxaaya ama ka buuxinaaya shabakadda internet'ka, bogga internet'ka waa: www.ombudsman-wales.org.uk

Guddiga CHCs ee Wales
Guddigaaga degaanka ee Caafimaadka Jaaliyadda (CHC) wuxuu bixiyaa adeegga qareenka cabashada sida talo iyo caawinaad laguu siiyo. Waxaad faah-faahinta CHC ee xaafaddaada ka heli kartaa adigoo la xiriirayo Guddiga CHCs lambarka soo socdo:

Tel: 0845 644 7814
Bogga internet'ka: www.patienthelp.wales.nhs.uk