



About the Irish health system

A guide for refugees and other migrants

Rreth sistemit shëndetësor irlandez

Një udhëzues për refugjatët dhe migrantët e tjerë



Seirbhís Sláinte
Níos Fearr
á Forbairt

Building a
Better Health
Service



About this guide

Welcome to Ireland. The Health Service Executive (HSE) has developed this short guide to help you understand the Irish public health system.

The guide is in three parts:

Part 1 gives you information on how to access different types of health care, the services that are free and how the GP (doctor), pharmacy (chemist) and hospital systems work. Part 1 begins on page 4.

Part 2 gives you information about specialist services:

- dental treatments,
- eye tests,
- hearing aids,
- vaccinations.

It also gives you information about some staff you may meet in the health system. Part 2 begins on page 9.

Part 3 tells you what to do in an emergency. Part 3 begins on page 12.

Keep this guide

This is an important document, so please keep it as you will need it again.

If you don't understand any part of this guide, please ask for help at your local health centre to help you with it. You can also get more information online at www.hse.ie or

Callsave: 1850 24 1850

Phone: 041 685 0300

Email: hselive@hse.ie

Rreth këtij udhëzuesi

Mirë se vini në Irlandë. Ekzekutivi i Shërbimit Shëndetësor (HSE) e ka hartuar këtë udhëzues të shkurtër për t'ju ndihmuar të kuptoni sistemin irlandez të shëndetit publik.

Udhëzuesi është në tre pjesë:

Pjesa 1 ju jep informacion se si të merrni lloje të ndryshme të kujdesit shëndetësor, shërbimet që janë falas dhe si funksionojnë sistemet e mjekëve të përgjithshëm, farmacive dhe spitaleve. Pjesa 1 fillon në faqen 4.

Pjesa 2 ju jep informacion në lidhje me shërbimet e specializuara:

- trajtimet dentare,
- testet e syve,
- aparatet e dëgjimit,
- vaksinimet.

Ju jep informacione edhe rreth personelit që mund të takoni në sistemin shëndetësor. Pjesa 2 fillon në faqen 9.

Pjesa 3 ju tregon se çfarë të bëni në rast urgjence. Pjesa 3 fillon në faqen 12.

Mbajeni këtë udhëzues

Ky është një dokument i rëndësishëm, prandaj ju lutemi mbajeni pasi do t'ju duhet përsëri.

Nëse nuk kuptoni ndonjë pjesë të këtij udhëzuesi, ju lutemi kërkoni ndihmë në qendrën tuaj vendore të shëndetit për t'ju ndihmuar në lidhje me të. Ju gjithashtu mund të merrni më shumë informacion në internet në faqen www.hse.ie ose

Callsave: 1850 24 1850

Telefoni: 041 685 0300

Emaili: hselive@hse.ie

Part 1: How to access different types of health care and how the system works

How do I access the health service?

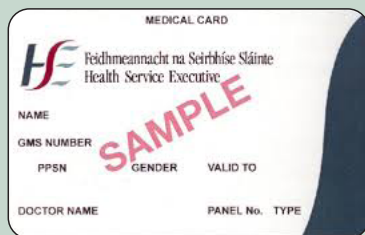
When you arrive in Ireland, you will learn how to apply for a medical card. This card gives you free access to some health services. **You can apply for it online at www.medicalcard.ie**

You need the following information to apply for a medical card: name, address, date of birth, Personal Public Service Number (PPSN), social welfare payment information and GP (doctor) acceptance and signature.

Three months before a medical card expires (can't be used any more), there will be a review to see if a person still qualifies for the medical card. But, the HSE can review if a person qualifies for a medical card at any time.

If you are over 70 you will also need to apply for a medical card.

The card looks like this:



Will I have to pay for health services?

Most health services are **free with a medical card**.

How long will I have a medical card for?

The card usually lasts for about **two years**. Protection applicants get the card for a year. The HSE will write to remind you to renew your card. Please ensure that you complete and return these forms to renew your card.

If you are over 70, you will need to apply for a medical card just once.

When you apply for a new card or a replacement card, you must make sure that you provide all the information asked for on the application form. You must tell the medical professionals and medical services if information like your address, contact details or your medical or financial circumstances have changed.

Pjesa 1: Si të merrni lloje të ndryshme të kujdesit shëndetësor dhe si funksionon sistemi

Si mund të marr shërbim shëndetësor?

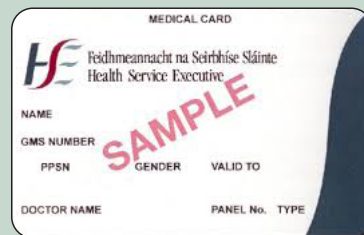
Kur vini në Irlandë, do të mësoni se si të aplikoni për një kartë mjekësore. Kjo kartë ju jep mundësinë e marrjes falas të disa shërbimeve shëndetësore. **Ju mund të aplikoni për të në internet në faqen www.medicalcard.ie**

Ju duhet informacioni i mëposhtëm për të aplikuar për një kartë mjekësore: emri, adresa, data e lindjes, Numri Personal i Shërbimit Publik (PPSN), informacioni i pagesës së mirëqenies sociale si dhe pranimi e nënshkrimi i mjekut.

Tre muaj para skadimit të një karte mjekësore (nuk mund të përdoret më), do të ketë një rishikim për të parë nëse një person ende kualifikohet për kartën mjekësore. Por, HSE mund të rishikojë nëse një person kualifikohet për një kartë mjekësore në çdo kohë.

Nëse jeni mbi 70 vjeç, do të duhet po ashtu të aplikoni për një kartë mjekësore.

Karta duket kështu:



A do të duhet të paguaj për shërbimet shëndetësore?

Shumica e shërbimeve shëndetësore janë falas **me një kartë mjekësore**.

Për sa kohë do ta kem kartën mjekësore?

Karta zakonisht zgjat për rreth **dy vjet**. Aplikuesit për mbrojtje e marrin kartën për një vit. HSE do t'ju shkruajë për t'ju kujtuar që ta rinovoni kartën tuaj. Ju lutemi sigurohuni që të plotësoni dhe t'i ktheni këto formularë për të rinovuar kartën tuaj.

Nëse jeni mbi 70 vjeç, do të duhet të aplikoni për një kartë mjekësore vetëm një herë.

Kur aplikoni për një kartë të re ose një kartë zëvendësuese, duhet të siguroheni që të jepni të gjitha informacionet e kërkuara në formularin e aplikimit. Ju duhet t'u tregoni profesionistëve mjekësorë dhe shërbimeve mjekësore nëse informacione të tilla si adresa juaj, detajet e kontaktit ose rrethanat tuaja mjekësore apo financiare kanë ndryshuar.

When checking if you qualify for a card, the HSE will ask you for your consent to contact other departments.

Being able to continue to keep a medical card depends on your personal, social, medical and financial circumstances. This might mean that you cannot keep your card if you find work or your financial position improves.

What do I do if I am not well?

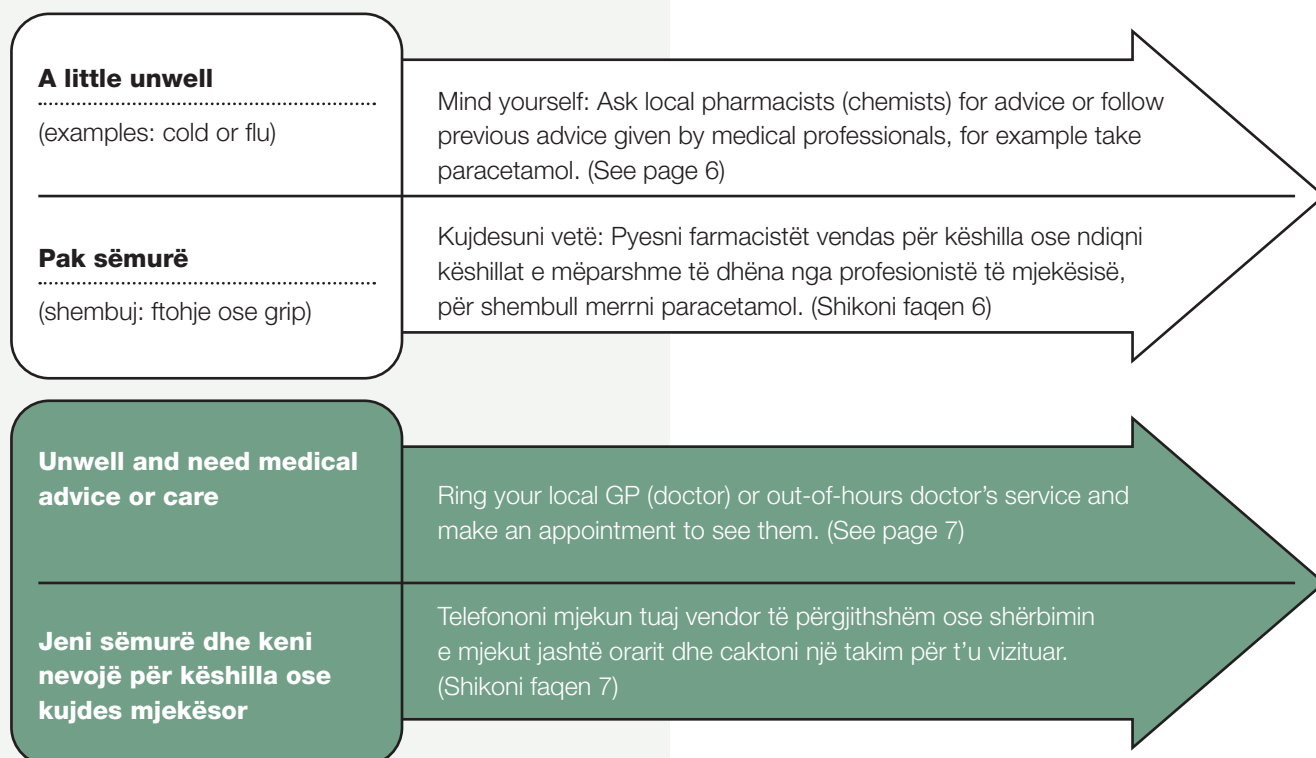
This will depend on how unwell you are.

Kur të kontrollojë nëse kualifikoheni për një kartë, HSE do t'ju kërkojë pëlqimin tuaj për të kontaktuar departamente të tjera.

Nëse do të jeni në gjendje të vazhdoni të keni një kartë mjekësore do të varet nga rrethanat tuaja personale, sociale, mjekësore dhe financiare. Kjo mund të nënkuptojë që ju nuk mund ta mbani kartën tuaj nëse gjeni punë ose pozicioni juaj financiar përmirësohet.

Çfarë duhet të bëj nëse nuk jam mirë?

Kjo do të varet se sa sëmurë jeni.



Seriously unwell or have an unexpected or serious illness	Ring your local GP (doctor) or out of hours doctor's service and make an appointment. You may then need to go to the emergency department or local injury unit. If you have an illness or injury that the GP cannot fully diagnose or treat, they will send you to a hospital. If they think that you need very urgent treatment, they will give you a referral letter for the Local Injury Unit (LIU) or hospital's emergency department (often called 'ED' or A and E). (See pages 7 and 12).
Jeni tejet sëmurë ose keni një sëmundje të papritur ose serioze	Telefononi mjekun tuaj vendor të përgjithshëm ose shërbimin e mjekut jashtë orarit dhe caktoni një takim. Në rast të tillë mund t'ju duhet të shkoni në pavijonin e urgjencës ose njësinë vendore të lëndimeve. Nëse keni një sëmundje ose lëndim që mjeku i përgjithshëm nuk mund ta diagnostikojë ose trajtojë plotësisht, ata do t'ju dërgojnë në një spital. Nëse ata mendojnë se keni nevojë për trajtim shumë urgjent, do t'ju japin një letër referimi për njësinë vendore të lëndimeve ose pavijonin e urgjencës së spitalit (shpesh i quajtur 'ED' ose A dhe E). (Shikoni faqet 7 dhe 12).
If you suspect or have confirmed that you are pregnant or have recently had a baby.	Once you suspect or have confirmed that you are pregnant you should contact your GP (doctor) who will refer you to the local Maternity unit / hospital. Maternity services are available to you for all of your regular check-ups as well as any concerns or pregnancy related emergencies you may have. Maternity care in Ireland is available free of charge to women living in Ireland.
Nëse dyshoni ose nëse ju është konfirmuar se jeni shtatzënë ose nëse keni lindur një fëmijë kohët e fundit.	Sapo të dyshoni ose nëse ju është konfirmuar se jeni shtatzënë, atëherë duhet të kontaktoni me mjekun tuaj të familjes (GP) i cili do t'ju referojë te materniteti/spitali lokal. Shërbimet e maternitetit janë në dispozicionin tuaj për të gjitha kontrollet e rregullta, si edhe për çdo shqetësim ose urgjencë që mund të keni lidhur me shtatzëninë.

The following pages give you more detail on each of the above options.

Faqet vijuese ju japin më shumë detaje për secilin nga opsionet e mësipërme.

A little unwell

You should take care of yourself or whoever you are looking after. Go to the pharmacist (chemist) and or look up further information on reliable websites (see 'Get more information' below on page 14).

Take care of yourself and your loved ones

You can take care of yourself and others you may be looking after by:

- eating a healthy diet
- drinking plenty of water
- taking regular exercise
- wearing footwear and clothing suited to Irish weather

Ask your local pharmacist (chemist) for advice

You can get free advice from your local pharmacist (chemist). You can also get medicine if you need it. (See pages 10-11.) A pharmacy is a shop where medicinal drugs are prepared and sold.

Get more information

We have a very good website www.undertheweather.ie Type in this address on the internet and you can get useful tips for looking after your health and treating common illnesses.

Medical staff will give you expert help if you need it.

Pak sëmurë

Ju duhet të kujdeseni për veten ose për këdo që po kujdeseni. Shkoni te farmacisti dhe/ose kërkoni informacione të mëtejshme në faqet e besueshme të internetit (shih 'Merrni më shumë informacion' më poshtë në faqen 14).

Kujdesuni për veten dhe të afërmit tuaj

Ju mund të kujdeseni për veten dhe të tjerët për të cilët mund të jeni duke u kujdesur:

- duke ngrënë një dietë të shëndetshme
- duke pirë shumë ujë
- duke bërë ushtrime fizike rregullisht
- Duke veshur këpucë dhe veshje të përshtatshme për motin irlandez

Pyesni farmacistin tuaj vendor për këshilla

Ju mund të merrni këshilla falas nga farmacisti juaj vendor. Ju gjithashtu mund të merrni barna nëse keni nevojë për to. (Shikoni faqet 10-11.) Farmacia është një dyqan ku përgatiten dhe shiten barnat mjekësore.

Merrni më shumë informacion

Ne kemi një faqe interneti shumë të mirë www.undertheweather.ie Shkruani këtë adresë në internet dhe mund të merrni këshilla të dobishme për kujdesin ndaj shëndetit tuaj dhe trajtimin e sëmundjeve të zakonshme.

Personeli mjekësor do t'ju japë ndihmë nga ekspertë nëse keni nevojë.

Unwell and need medical advice

If you feel that you need medical advice, you will need to go to see a GP (doctor). These are qualified **doctors** who work in the community.

If you can, make an appointment to see them.

Normally, you need to make an **appointment** to see a GP. If you have a medical card, your visit to the GP will be **free**. Otherwise, you might have to pay about €50-€60 a visit. You can ask about the doctor's fee when you are making your appointment.

GPs deal with general health and medical problems. They can:

- **carry** out tests and diagnose what is wrong with you
- **treat** illnesses and minor injuries and advise you on how to recover
- **give** you a prescription – a document which allows chemists to provide medicines that are only available when a doctor says you need them
- **advise** you on mental health supports available if you've been feeling sad or worried about things

What happens if the GP cannot fully diagnose or treat me?

If you have an illness or injury that the GP cannot fully diagnose or treat, they will send you to a hospital. If they think that you need urgent treatment, they will give you a referral letter for the hospitals Local Injury Unit (LIU) or emergency department (often called 'ED' or A and E).

If your case is not urgent but you need expert treatment, your GP will give you a **letter or send a letter to the hospital** to get an appointment with a medical specialist – usually a specialist hospital doctor who can provide the right advice and treatment, but there may be a wait time for this appointment. This visit will be free if you have a medical card.

In Ireland, health care professionals like doctors try to see patients most in need of medical attention first. Health care professionals decide who needs treatment the most. This means that you may have to wait to be seen. If you do not speak English, ask if you can get an interpreter.

Jeni pak sëmurë dhe keni nevojë për këshilla mjekësor

Nëse mendoni se keni nevojë për këshilla mjekësore, do të duhet të shkoni të vizitoheni te një mjek i përgjithshëm. Këta janë **mjekë** të kualifikuar që punojnë në komunitet.

Nëse keni mundësi, caktoni një takim për t'u vizituar.

Normalisht, duhet të caktoni një **takim për t'u vizituar** te një mjek i përgjithshëm. Nëse keni një kartë mjekësore, vizita juaj te mjeku i përgjithshëm do të jetë **falas**. Përndryshe, mund të duhet të paguani rreth 50-60 euro për një vizitë. Ju mund të pyesni për tarifën e mjekut kur caktoni takimin tuaj.

Mjekët e përgjithshëm merren me probleme të përgjithshme shëndetësore dhe mjekësore. Ata mundën:

- **të bëjnë** teste dhe të diagnostikojnë se çfarë problemi keni
- **të trajtojnë** sëmundjet dhe lëndimet e vogla dhe t'ju këshillojnë se si të shëroheni
- **t'ju japin** një recetë - një dokument i cili lejon farmacistët t'ju japin barnat që janë në dispozicion vetëm kur një mjek thotë se ju nevojiten
- **t'ju këshillojë** për ndihmat e shëndetit mendor të disponueshme nëse ndiheni të trishtuar ose të shqetësuar për gjëra të ndryshme

Çfarë ndodh nëse mjeku i përgjithshëm nuk mund të diagnostikojë ose të më trajtojë krejtësisht?

Nëse keni një sëmundje ose lëndim që mjeku i përgjithshëm nuk mund ta diagnostikojë ose trajtojë krejtësisht, ata do t'ju dërgojnë në një spital. Nëse mendojnë se keni nevojë për trajtim urgjent, do t'ju japin një letër referimi për njësinë vendore të lëndimeve në spital ose pavijonin e urgjencës (shpesh i quajtur 'ED' ose A dhe E).

Nëse problemi juaj nuk është urgjent por keni nevojë për trajtim ekspertësh, mjeku juaj do t'ju japë një **letër ose do të dërgojë një letër në spital** për të caktuar një takim me një specialist - zakonisht një mjek specialist spitali që mund të japë këshilla dhe trajtimin e duhur, por mund të ketë një kohë pritje për këtë takim. Kjo vizitë do të jetë falas nëse keni një kartë mjekësore.

Në Irlandë, profesionistët e kujdesit shëndetësor të tillë si mjekët përpiqen të kontrollojnë së pari pacientët më në nevojë për kujdes mjekësor. Profesionistët e kujdesit shëndetësor vendosin se kush ka nevojë më shumë për trajtim. Kjo do të thotë që mund të duhet të prisni për t'u vizituar. Nëse nuk flisni anglisht, pyesni nëse mund të keni një përkthyes.

What if I am pregnant?

If you suspect you are pregnant or are pregnant, you can contact your local Maternity unit/ hospital for advice or attend in person depending on the situation.

Your GP (doctor) will refer you to the local Maternity unit/ hospital who will offer you regular appointments with Midwives and Obstetricians. The Maternity unit/hospital will be able to arrange for interpreter services to be available to you for your appointments. You will Maternity services are available free of charge to women who are living in Ireland.

If you have any urgent concerns regarding your pregnancy you should attend local Maternity service without delay. This may include:

- Bleeding for your vagina
- You are leaking fluid from your vagina
- Have observed a change or reduction in your baby movements.
- Are experiencing headaches / blurred vision/heartburn
- Are known to have a high risk pregnancy
- Signs of labour.

What do I need to tell my GP (doctor)?

Before your GP can treat you, they will need to ask you questions about your general health and medical history.

The doctor will ask you questions about:

- other illnesses and injuries you had
- how they were treated
- any allergies you may have
- what medications you take

Please answer all the questions the GP asks you. This will help them to make the correct diagnosis and decide on the right treatment.

You should bring your medical card with you to the GP and, if you think it will help the doctor, any further medical information or records.

Do I need an appointment to see the GP?

In most situations, yes, as most GPs use an appointment system. Appointments are usually made for one family member only. If you need the GP to see two or more people, then you need to arrange more than one appointment.

Some clinics/doctors offer walk-in clinics.

It is very important to go to the appointment.

Po nëse jam shtatzënë?

Nëse dyshoni për shtatzëni se jeni shtatzënë, mund të kontaktoni maternitetin/ spitalin lokal për t'u këshilluar ose të paraqiteni personalisht, në varësi të situatës.

Mjeku juaj i familjes (GP) do t'ju referojë te materniteti/ spitali lokal që do t'ju mundësojë takime të rregulltar me mamitë dhe mjekët obstetër. Materniteti/spitali lokal do të ketë mundësi që t'ju sigurojë shërbimet e përkthyesit të cilat do t'ju ofrohen në takimet tuaja. Shërbimet e maternitetit ofrohen falas për gratë që jetojnë në Irlandë.

Nëse keni ndonjë shqetësim urgjent lidhur me shtatzëninë tuaj, ju duhet të paraqiteni pa humbur kohë pranë shërbimeve lokale të maternitetit. Shqetësimet mund të përfshijnë:

- Gjakderdhje nga vagina
- Keni rrjedhje lëngu nga vagina
- Keni vënë re ndryshim ose lëvizje më të pakta të bebes
- Keni dhimbje koke/ shikim të turbullt/ urth
- Njiheni si person që keni rrezik të lartë të shtatzënisë
- Shenja lindjeje

Çfarë më duhet t'i them mjekut tim të përgjithshëm?

Para se mjeku juaj t'ju trajtojë, ata do të duhet t'ju bëjnë pyetje në lidhje me shëndetin tuaj të përgjithshëm dhe historinë mjekësore.

Mjeku do t'ju bëjë pyetje në lidhje me:

- sëmundje dhe lëndime të tjera që keni pasur
- si janë trajtuar ato
- çdo alergji që mund të keni
- çfarë barnash merrni

Ju lutemi përgjigjuni të gjitha pyetjeve që ju bën mjeku i përgjithshëm. Kjo do t'i ndihmojë ata të vendosin diagnozën e saktë dhe të vendosin për trajtimin e duhur.

Ju duhet të sillni kartën tuaj mjekësore me vete te mjeku i përgjithshëm dhe nëse mendoni se do ta ndihmojë mjekun, çdo informacion apo kartelë tjetër mjekësore.

A kam nevojë për një takim për t'u vizituar te mjeku i përgjithshëm?

Në shumicën e situatave, po, pasi shumica e mjekëve të përgjithshëm përdorin një sistem për vizitat. Takimet bëhen zakonisht vetëm për një anëtar të familjes. Nëse keni nevojë për mjekun e përgjithshëm për të vizituar dy ose më shumë persona, atëherë duhet të organizoni më shumë se një vizitë.

Disa klinika / mjekë ofrojnë vizita pa caktuar orar më parë.

Është shumë e rëndësishme të shkoni në vizitën e caktuar.

What happens if I can't go to the appointment?

If you are offered a medical appointment and do not turn up, **you may not be offered another appointment.** You must be on time for appointments.

If you cannot go to your appointment, please tell the clinic/doctor so that your appointment can be given to another person. You can telephone the clinic/doctor to say that you can't attend. If you still need to see a doctor, you can make another appointment.

When illness or injury needs to be investigated, a GP may do medical tests. Depending on the results, they might send you to a specialist doctor in a hospital. Treatment by a specialist is based on medical need.

Important

There is a **waiting list** to see most medical specialists and this may mean that you will have to wait for a long time before they see you.

When are GP surgeries open?

GP services are usually open from 9am to 6pm.

Outside of these times, GP services are available for emergency consultations in **most** towns after 6pm. These services are called „out of hours“. You may wish to check with your local service where and when you can access their surgery and arrangements for out of hours. You can use this out of hours service if you need to see a doctor urgently in the evening or at weekends.

The out of hours service is for urgent medical care only. Your GP will have their out of hours information on the answer machine if you ring them outside normal clinic hours. This service is usually between 6pm and 8am Monday to Friday and 24 hours on Saturdays, Sundays and Bank Holidays.

The out of hours service does not provide routine clinic appointments and, if your medical issue is not urgent, you should make an appointment with your GP during normal clinic hours.

What happens when I ring a GP out of hours service?

When you ring the out of hours service in your area, a receptionist will take your personal details.

Your call will be referred to a nurse who will ring you back.

The nurse will decide if you need over the phone nursing advice, an appointment with a GP, a house call, a referral to a hospital emergency department, or an ambulance.

Clinical decisions or treatments made by the out of hours service are noted in your record and the information is sent to your GP to make sure your treatment is followed up if needed.

Çfarë ndodh nëse nuk mund të shkoj në vizitën e caktuar?

Nëse ju ofrohet një vizitë mjekësore dhe nuk paraqiteni, **mund të mos ju ofrohet një vizitë tjetër.** Ju duhet të shkoni në kohë për vizitën.

Nëse nuk mund të shkoni në vizitën tuaj, ju lutemi informoni klinikën/mjekun në mënyrë që vizita juaj t'i jepet një personi tjetër. Ju mund t'i telefononi klinikës/mjekut për t'i thënë se nuk mund të shkoni në vizitë. Nëse sërish duhet të vizitoheni te mjeku, mund të caktoni një vizitë tjetër.

Kur sëmundja ose lëndimi duhet të hulumtohet, një mjek i përgjithshëm mund të bëjë teste mjekësore. Në varësi të rezultateve, ata mund t'ju dërgojnë te një mjek specialist në një spital. Trajtimi nga një specialist bazohet në nevojën mjekësore.

E rëndësishme

Ekziston një **listë pritjeje** për t'u vizituar te shumica e specialistëve mjekësorë dhe kjo mund të nënkuptojë se do të duhet të prisni për një kohë të gjatë para se ata t'ju vizitojnë.

Kur janë të hapura klinikat e mjekëve të përgjithshëm?

Shërbimet e mjekut të përgjithshëm janë zakonisht të hapura nga ora 9.00 deri në ora 18.00.

Jashtë këtij orari, shërbimet e mjekut të përgjithshëm janë në dispozicion për konsultime emergjente në **shumicën** e qyteteve pas orës 18:00. Këto shërbime quhen „jashtë orarit“. Ju mund të dëshironi të kontrolloni me shërbimin tuaj vendor se ku dhe kur mund të shkoni në klinikë dhe shërbimet e tyre jashtë orarit. Ju mund ta përdorni këtë shërbim jashtë orarit nëse keni nevojë të vizitoheni nga një mjek urgjentisht, në mbrëmje ose në fundjavë.

Shërbimi jashtë orarit është vetëm për kujdes mjekësor urgjent. Mjeku juaj i përgjithshëm do ta ketë vendosur informacionin për shërbimet jashtë orarit të punës në sekretarinë telefonikë nëse telefononi jashtë orarit normal punës së klinikës. Ky shërbim është zakonisht midis orës 18.00 dhe 8.00 të mëngjesit nga e hëna deri të premten dhe 24 orë të shtunave, të dielave dhe ditët e festave.

Shërbimi jashtë orarit nuk ofron takime rutinore në klinikë dhe nëse problemi juaj mjekësor nuk është urgjent, duhet të caktoni një takim me mjekun tuaj të përgjithshëm gjatë orarit të zakonshëm të klinikës.

Çfarë ndodh kur i telefonoj një mjeku jashtë orarit të punës?

Kur telefononi jashtë orarit të punës në zonën tuaj, të dhënat tuaja personale do t'i marrë një recepsioniste.

Telefonata juaj do t'i drejtohet një infermiereje e cila do t'ju telefonojë përsëri.

Infermierja do të vendosë nëse keni nevojë për këshilla përmes telefonit për infermierinë, një takim me një mjek të përgjithshëm, një telefonatë në shtëpi, një rekomandim në një departament urgjence spitali ose një ambulancë.

Is it okay if I ask questions?

Yes, when you go to see your GP or any other health care professional, **it is very important that you ask any questions about your medication or treatment before you leave.** They will be happy to answer your questions.

Vendimet klinike ose trajtimet e bëra nga shërbimi jashtë orarit shënohen në kartelën tuaj dhe informacioni i dërgohet mjekut tuaj për t'u siguruar që trajtimi juaj të ndiqet nëse është e nevojshme.

A mund të bëj pyetje?

Po, kur shkoni të vizitoheni te mjeku juaj i përgjithshëm ose ndonjë profesionist tjetër i kujdesit shëndetësor, **është shumë e rëndësishme që të bëni çdo pyetje në lidhje me mjekimin ose trajtimin tuaj para se të largoheni.** Ata do të jenë të gatshëm t'i përgjigjen pyetjeve tuaja.

Three useful questions you should ask:

What is my main problem?	Cili është problemi im kryesor?
What do I need to do?	Çfarë duhet të bëj?
Why is it important for me to do this?	Pse është e rëndësishme që ta bëj këtë?
(Taken from Ask Me 3®)	(Marrë nga Ask Me 3®)



If your GP (doctor) prescribes you medicine, take the prescription (short document) to a pharmacy - also called chemist - to get your medicine.

Nëse mjeku i përgjithshëm ju jep me recetë barna, shkoni me recetën (një dokument i shkurtër) te një farmaci - për të marrë barnat tuaja.

Where do I get medicines?

You get medicines at your local **pharmacy** (chemist). A pharmacy is a shop where medicinal drugs are prepared and sold. A lot of medicines need a prescription from a GP (doctor). Pharmacists can provide information on other 'over the counter' medicines that don't need to be prescribed. Pharmacies are usually marked outside by the sign showing a green cross.

Ku mund t'i marr barnat?

Ju i merrni barnat në **farmacinë** tuaj vendore. Farmacia është një dyqan ku përgatiten dhe shiten barnat mjekësore. Shumë barna kanë nevojë për recetë nga një mjek i përgjithshëm. Farmacistët mund të japin informacione mbi barnat e tjera 'pa recetë' që nuk kanë nevojë të jepen me recetë. Farmacitë zakonisht kanë të vendosur jashtë një shenjë që tregon një kryq të gjelbër.



Ask

Pyesni

If you have a prescription, ask your pharmacist (chemist) the following questions:

- How much medicine do I need to take?
- How often do I need to take it?
- Should I take the medicine with food or before I eat?
- What, if any, are the side effects of taking the medicine?
- Where should I keep the medicines (in a fridge or a cool dark place)?

Nëse keni një recetë, bëjini farmacistit tuaj pyetjet e mëposhtme:

- Sa barna duhet të marr?
- Sa shpesh duhet t'i marr?
- A duhet t'i marr barnat me ushqim apo para se të ha?
- Cilat janë, nëse ka, efektet anësore të marrjes së barnave?
- Ku duhet t'i mbaj barnat (në një frigorifer ose në një vend të freskët dhe të errët)?



Tell:

Make sure you tell the pharmacist (chemist) **if** you:

- are taking any other medicines or herbal supplements
- have allergies
- have any medical conditions, are pregnant or think that you might be pregnant

Basic medicines and supplies

At the pharmacy, you can buy basic medicines and supplies like:

- paracetamol
- cough medicine, and bandages without a doctor's prescription
- you may find it useful to keep a small supply of over the counter medications to treat minor illnesses like paracetamol

Antibiotics

There are strict rules about prescribing antibiotic medication, and these can **only** be prescribed by a medical doctor or GP. Your pharmacist (chemist) will not let you have antibiotics unless you have a prescription.

Never share or exchange medicines

Never share or exchange prescription medicines with others. Prescription medicines are **only** to be used by the patient they have been prescribed for.

Do I have to pay for medicines that are prescribed?

With a medical card you do not pay the full price for medicines that have been prescribed for you. If you moved from an Accommodation Centre to your home and have a medical card, you have to pay the Government fee per medicine. **You must bring your medical card with you to the pharmacy, along with the money to pay the fee for each of the items prescribed.**

If you live in an Accommodation Centre, you may not have to pay these charges. However, if you lived in an Accommodation Centre and move to your home, you must pay the charges.

Tregoni:

Sigurohuni që t'i tregoni farmacistit **nëse**:

- po merrni ndonjë bar tjetër ose barna bimore
- keni alergji
- keni ndonjë sëmundje, jeni shtatzënë ose mendoni se mund të jeni shtatzënë

Barna dhe furnizime të tjera bazë

Në farmaci, ju mund të blini barna dhe pajisje bazë të tilla si:

- paracetamol
- barna për kollën dhe fasha pa recetë të mjekut
- mund të jetë e dobishme të mbani një sasi të vogël me barna pa recetë për të trajtuar sëmundje të vogla të tilla si paracetamol

Antibiotikët

Ekzistojnë rregulla të rrepta në lidhje me dhënien me recetë të barnave me antibiotikë dhe këto mund të jepen **vetëm** nga një mjek i specializuar ose mjek i përgjithshëm. Farmacisti juaj nuk do t'ju lejojë të merrni antibiotikë nëse nuk keni një recetë.

Mos ua jepni dhe mos shkëmbeni kurrë barna me të tjerë

Mos ua jepni dhe mos shkëmbeni kurrë recetat me të tjerët. Barnat me recetë duhet të përdoren **vetëm** nga pacienti të cilit i janë dhënë.

A duhet të paguaj për barnat e dhëna me recetë?

Me një kartë mjekësore ju nuk paguani çmimin e plotë për barnat që ju janë dhënë me recetë. Nëse jeni zhvendosur nga një qendër strehimi në shtëpinë tuaj dhe keni një kartë mjekësore, duhet të paguani tarifën e Qeverisë për barnat. **Ju duhet të sillni kartën tuaj mjekësore me vete në farmaci, së bashku me paratë për të paguar tarifën për secilin prej artikujve të dhënë me recetë.**

Nëse jetoni në një qendër strehimi, mund të mos ju duhet të paguani këto tarifa. Sidoqoftë, nëse keni jetuar në një qendër strehimi dhe shkoni në shtëpinë tuaj, duhet të paguani tarifat.

Seriously unwell or get an unexpected serious illness

Only go to the emergency department in a hospital if you are:

- seriously unwell
- unexpectedly seriously unwell
- have a serious injury and are unable to get to a GP in time

The emergency department will only treat you if you have one of these situations. You must go to your GP (doctor) for all other treatments.

If you have an emergency and are in immediate danger, read Part 3 on page 18.

If you are not in immediate danger, go to your doctor

If you are not in immediate danger, do not go to the emergency department unless your GP tells you to and gives you a letter for the hospital staff.

If you go to the emergency department for a non-emergency, expect a very long wait. Staff in the emergency department will work first with patients who need emergency treatment.

Most medical issues can be dealt with by your GP or the GP out of hours service (after 6pm service).

Jeni tejet sëmurë ose është ju shfaqet një sëmundje e papritur e rëndë

Shkoni në pavijonin e urgjencës në një spital vetëm nëse jeni:

- shumë sëmurë
- papritur shumë sëmurë
- keni një lëndim serioz dhe nuk jeni në gjendje të shkoni te një mjek i përgjithshëm në kohë

Pavijoni i urgjencës do t'ju trajtojë vetëm nëse keni një nga këto situata. Ju duhet të shkoni te mjeku juaj i përgjithshëm për të gjitha trajtimet e tjera.

Nëse keni një urgjencë dhe jeni në rrezik të menjëhershëm, lexoni pjesën 3 në faqen 18.

Nëse nuk jeni në rrezik të menjëhershëm, shkoni te mjeku juaj

Nëse nuk jeni në rrezik të menjëhershëm, mos shkoni në pavijonin e urgjencës përveç nëse ju thotë mjeku juaj dhe ju jep një letër për personelin e spitalit.

Nëse shkoni në pavijonin e urgjencës për një rast që nuk është urgjent, do t'ju duhet të prisni shumë gjatë. Personeli në pavijonin e urgjencës do të punojë së pari me pacientët që kanë nevojë për trajtim urgjent.

Shumica e problemeve mjekësore mund të trajtohen nga mjeku juaj i përgjithshëm ose mjeku jashtë orarit të punës (shërbimi pas orës 18:00).

Part 2:

This part of this guide gives you information about specialist services (dental treatments, eye tests, hearing aids, vaccinations). It also tells you about staff you may meet in the health system.

How do I get dental care?

If **your teeth** need attention, you can use the adult dental scheme run by the HSE (provided by the HSE for free if you have a medical card). It covers a limited range of treatments. To check what is available, you will need to visit a dentist's surgery in your area.

The website www.hse.ie/eng/services/maps will help you find a nearby dentist.

You may have to pay for some dental treatment. However, many dentists offer payment plans to help you spread the payments out.

Children's services

All children up to 16 years of age can access emergency dental clinics in the HSE Dental Service.

For advice on how to access emergency treatment, please contact your local clinic.

Some clinics have a walk in service and for others you need to make an appointment to examine their teeth.

Children in primary schools will usually be offered an appointment in 2nd, 4th and 6th class. Any necessary treatment will be provided. They will also be referred to specialist teeth services (orthodontic services) if needed and they qualify for these services.

How do I know if my dentist provides services for medical card holders?

A list of dentists who treat the holders of medical cards is available from your local health centre, Citizens Information centre or library. It is likely that the dentist you go to will be on the list.

Pjesa 2:

Kjo pjesë e këtij udhëzuesi ju jep informacion në lidhje me shërbimet e specializuara (trajtimet dentare, kontrollet e syve, aparatet e dëgjimit, vaksinat). Ju tregon edhe rreth personelit që mund të takoni në sistemin shëndetësor.

Si mund të marr kujdes dentar?

Nëse **dhëmbët tuaj** kanë nevojë për kujdes, ju mund të përdorni skemën dentare të të rriturve të menaxhuar nga HSE (ofrohet falas nga HSE nëse keni një kartë mjekësore). Ajo përfshin një gamë të kufizuar të trajtimeve. Për të kontrolluar se çfarë është në dispozicion, do t'ju duhet të vizitoni një klinikë dentare në zonën tuaj.

Faqja e internetit www.hse.ie/eng/services/maps do t'ju ndihmojë të gjeni një dentist pranë jush.

Ju mund të duhet të paguani për disa trajtime dentare. Sidoqoftë, shumë dentistë ofrojnë plane pagese për t'ju ndihmuar të paguani me këste.

Shërbimet për fëmijët

Të gjithë fëmijët deri në 16 vjeç mund të shkojnë në klinikat e urgjencës dentare në Shërbimin Stomatologjik të HSE.

Për këshilla se si të përdorni trajtimin urgjent, ju lutemi kontaktoni klinikën tuaj vendore.

Disa klinika kanë një shërbim ku nuk është i nevojshëm caktimi i një vizite por për të tjerat duhet të caktoni një takim për të kontrolluar dhëmbët e tyre.

Fëmijëve në shkollat fillore zakonisht u ofrohet një vizitë në klasën e 2-të, 4-t dhe të 6-të. Do të ofrohet çdo trajtim i nevojshëm. Ata gjithashtu do të referohen në shërbimet e specializuara të dhëmbëve (shërbimet ortodontike) nëse është e nevojshme dhe ata kualifikohen për këto shërbime.

Si mund ta di nëse dentisti im ofron shërbime për mbajtësit e kartave mjekësore?

Një listë e dentistëve që trajtojnë mbajtësit e kartave mjekësore është në dispozicion në qendrën tuaj vendore të shëndetit, Qendrën e Informimit të Qytetarëve ose bibliotekë. Ka të ngjarë që dentisti ku shkoni të jetë në listë.

How do I get treatment for eye problems?

If you are an adult with a medical card, you are entitled to a free eye test with an optician and a review appointment every 2 years.

If the optician decides you need glasses, you are entitled to a free new pair every 2 years if you have a medical card. If you are a medical card holder and are concerned about your eyesight, contact your local health centre to make an appointment with an optician.

If you are worried about your child's vision or their eyes, and they are:

- in pre-school - contact the public health nurse or GP
- in primary school - contact the school nurse or GP. School screening happens in junior infants and for all new entrants. They may send your child to a special eye doctor (an Ophthalmologist).
- in secondary school - contact your GP

In an emergency, contact your GP / out of hours service / Emergency Department.

Hearing aids

Medical card holders are entitled to free hearing aid services from the HSE. If you want to get a hearing aid on your medical card, you must get your GP to sign a form saying you need one. You will need a full medical card, as you cannot claim a free hearing aid on a GP only card.

Aids and appliances

The HSE provides a wide range of medical and surgical aids and appliances, such as wheelchairs and walking aids. These are free of charge to medical card holders and people on the Long Term Illness Scheme. You need to be assessed by a relevant health professional.

Each Community Healthcare Organisation (CHO) uses the same way to give funding for medical and surgical appliances. Sometimes, you may be put on a waiting list for appliances as this service is very popular.

Si mund të marr trajtim për problemet e syve?

Nëse jeni një i rritur me një kartë mjekësore, keni të drejtë për një kontroll falas të syve me një okulist dhe një takim rishikimi çdo 2 vjet.

Nëse okulisti vendos se keni nevojë për syze, ju keni të drejtë për një palë syze të reja falas çdo 2 vjet nëse keni një kartë mjekësore. Nëse jeni mbajtës i kartës mjekësore dhe keni shqetësime me shikimin tuaj, kontaktoni qendrën vendore të shëndetit për të caktuar një takim me një okulist.

Nëse jeni të shqetësuar për shikimin e fëmijës tuaj ose sytë e tij dhe ata janë:

- në arsim parashkollor - kontaktoni infermierën e shëndetit publik ose mjekun e përgjithshëm
- në shkollën fillore - kontaktoni infermierën e shkollës ose mjekun e përgjithshëm. Depistimi në shkollë bëhet tek të vegjlit dhe të gjithë fëmijët që sapo fillojnë shkollën. Ata mund ta dërgojnë fëmijën tuaj te një mjek i veçantë i syve (një optalmolog).
- në shkollën e mesme - kontaktoni mjekun tuaj të përgjithshëm

Në rast urgjence, kontaktoni mjekun tuaj të përgjithshëm / shërbimin jashtë orarit / pavijonin e urgjencës.

Aparatet e dëgjimit

Mbajtësit e kartave mjekësore kanë të drejtën e shërbimeve falas të aparateve të dëgjimit nga HSE. Nëse dëshironi të merrni një aparat dëgjimi në kartën tuaj mjekësore, duhet që mjeku juaj të nënshkruajë një formular në të cilin të thuhet se ju nevojitet një i tillë. Ju do të keni nevojë për një kartë të plotë mjekësore, pasi nuk mund të kërkonti një aparat dëgjimi falas vetëm me kartën e mjekut të përgjithshëm.

Ndihmesat dhe pajisjet

HSE ofron një gamë të gjerë të ndihmesave dhe pajisjeve mjekësore dhe kirurgjikale, të tilla si karrocet për invalidët dhe mjetet ndihmëse për ecje. Ato janë falas për mbajtësit e kartave mjekësore dhe njerëzit në Skemën e Sëmundjeve Afatgjata. Ju duhet të vlerësoheni nga një profesionist shëndetësor përkatës.

Çdo Organizatë e Shëndetit në Komunitet (CHO) përdor njëjtën mënyrë për të dhënë fonde për pajisjet mjekësore dhe kirurgjikale. Ndonjëherë, mund të vendoseni në një listë pritjeje për aplikime pasi ky shërbim është shumë i kërkuar.

How do I or my children get vaccines we need?

Vaccinations can help to protect you and your family against certain diseases. You can discuss any questions or concerns with your GP or public health nurse. Vaccines need to be given when your child is at the right age so as to protect them.

It is important your children get their vaccines on time to protect them and other children who are too young to be fully vaccinated.

Your child needs to get vaccines at the right age to protect them. They need a number of vaccines - not just one. If your child got vaccinated before you moved to Ireland, speak to your doc.

Pregnant women should get the flu vaccine and the pertussis vaccine to protect them against flu and whooping cough.

You will be asked to consent to receive (get) vaccinations for yourself and any children under the age of 16 in your care.

Vaccinations for children are free.

What is consent?

You will also be asked to give informed consent (agreement) for surgery and treatment. You need to understand your choices and what it means to consent to have a procedure, treatment or vaccine. Please ask medical staff to explain in detail what consent means for different procedures and treatments.

What if I don't speak English?

If you don't speak English, please tell the medical staff and ask if an interpreter can be arranged for you.

Si t'i bëj unë ose fëmijët e mi vaksinat që na duhen?

Vaksinat mund të ndihmojnë për t'ju mbrojtur ju dhe familjen tuaj kundër sëmundjeve të caktuara. Ju mund të diskutoni çdo pyetje ose shqetësim me mjekun tuaj të përgjithshëm ose infermieren e shëndetit publik. Vaksinat duhet të bëhen kur fëmija juaj është në moshën e duhur në mënyrë që t'i mbrojë ata.

Është e rëndësishme që fëmijët tuaj t'i bëjnë vaksinat e tyre në kohë për t'i mbrojtur ata dhe fëmijët e tjerë që janë shumë të vegjël për t'u vaksinuar plotësisht.

Fëmija juaj duhet t'i bëjë vaksinat në moshën e duhur për t'u mbrojtur. Ata kanë nevojë për një numër vaksinash - jo vetëm një. Nëse fëmija juaj është vaksinuar para se të vinit në Irlandë, flisni me mjekun tuaj.

Gratë shtatzëna duhet të bëjnë vaksinën e gripit dhe vaksinën e kollës së mirë për t'u mbrojtur kundër gripit dhe kollës së mirë.

Do t'ju kërkohet të jepni pëlqimin që t'ju bëhen vaksinat për veten tuaj dhe çdo fëmijë nën moshën 16 vjeç nën kujdesin tuaj.

Vaksinat për fëmijët janë falas.

Çfarë është pëlqimi?

Ju gjithashtu do t'ju kërkohet të jepni pëlqimin (marrëveshjen) e informuar për operacionet dhe trajtimet. Ju duhet të kuptoni zgjedhjet tuaja dhe çfarë do të thotë të jepni pëlqimin që të bëni një procedurë, trajtim ose vaksinë. Ju lutemi pyesni personelin mjekësor që t'ju shpjegojë në detaje se çfarë do të thotë pëlqimi për procedura dhe trajtime të ndryshme.

Çfarë ndodh nëse nuk flas anglisht?

Nëse nuk flisni anglisht, ju lutemi tregojini personelit mjekësor dhe pyesni nëse mund të organizohet një përkthyes për ju.

In Case of Emergency (ICE)

Health care staff will ask you to provide contact details for:

- your spouse or a family member or
- a person you know that they can contact if you need help

In an emergency, we will ask you for these contact details. We keep this information in our records. We treat this information as private and confidential. In case of emergency (ICE) contacts should be adults you know and trust.

- Please put an ICE contact number on the contacts list in your mobile phone.
- Consider keeping the following text message on your phone in English for medical appointments:

My name is _____.

My date of birth is _____.

I speak Arabic (or another language), and I need an interpreter please.

(If I cannot speak) please contact the following

person: _____

Relationship: _____

Location (address): _____

Phone / email details: _____

You may also find it useful to put this message in your phone in English in case you get lost:

Hi, my name is _____.

I am new to Ireland and I am lost.

My address is _____

My eircode is: _____

Në rast emergjence (ICE)

Personeli i kujdesit shëndetësor do t'ju kërkojë të jepni detajet e kontaktit për:

- bashkëshortin tuaj ose një anëtar të familjes ose
- një person që e dini se mund ta kontaktojë nëse keni nevojë për ndihmë

Në rast urgjence, ne do t'jua kërkojmë këto detaje të kontaktit. Ne i mbajmë këto informacione në të dhënat tona. Ne e trajtojmë këtë informacion si privat dhe konfidencial. Në rast emergjence (ICE) kontaktet duhet të jenë të rritur që ju i njihni dhe i besoni.

- Ju lutemi vendosni një numër kontakti ICE në listën e kontakteve në telefonin tuaj celular.
- Konsideroni mbajtjen e mesazhit vijues në anglisht në telefonin tuaj për takime mjekësore:

Emri im është (My name is) _____.

Data ime e lindjes është (My date of birth is) _____.

Unë flas shqip (ose një gjuhë tjetër), dhe kam nevojë për një përkthyes ju lutem. (I speak Arabic (or another language), and I need an interpreter please.)

(Nëse nuk mund të flas) ju lutem kontaktoni këtë person: (If I cannot speak) please contact the following person:) _____

Marrëdhënia: _____

Vendndodhja (adresa): _____

Detajet e telefonit/ postës elektronike: _____

Mund të jetë gjithashtu e dobishme ta vendosni këtë mesazh në telefonin tuaj në anglisht në rast se humbni:

Përshëndetje, emri im është (Hi, my name is) _____.

Sapo kam ardhur në Irlandë dhe kam humbur. (I am new to Ireland and I am lost.)

Adresa ime është (My address is) _____

Kodi im i eirc është: (My eircode is) _____

What other health professionals might I meet?

When you use our health system, you will meet doctors, pharmacists and other professionals:

- Occupational therapists
- Physiotherapists
- Public health nurses.

(see below for details of what these people do)

Occupational therapists and physiotherapists

If you have difficulty standing, walking or moving, or if you are recovering from an injury, you will likely get an appointment with an **occupational therapist or physiotherapist**.

Public health nurse

A public health nurse may come to see you or make an appointment at a local clinic. Public health nurses mainly look after:

- babies and children
- new mothers
- older people

If you get a visit from a public health nurse, community general nurse or an occupational therapist, this is usually as a result of your name being given to them by the HSE following your visit to a GP or hospital. You can get more information about these services from your local HSE health centre, your GP or online at:

[hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare](https://www.hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare)

Cilët profesionistë të tjerë të shëndetit mund të takoj?

Kur përdorni sistemin tonë shëndetësor, do të takoni mjekë, farmacistë dhe profesionistë të tjerë:

- Terapistin profesional
- Fizioterapistin
- Infermieret e shëndetit publik.

(Shihni më poshtë për detaje se çfarë bëjnë këta njerëz)

Terapistët profesionalë dhe fizioterapistët

Nëse keni vështirësi të qëndroni në këmbë, të ecni ose lëvizni apo nëse po shëroheni nga një dëmtim, ka të ngjarë t'ju caktohet një takim me një **terapist profesional ose fizioterapist**.

Infermierja e shëndetit publik

Një infermiere e shëndetit publik mund të vijë të takohet me ju ose të caktojë një takim në një klinikë vendore. Infermieret e shëndetit publik kryesisht kujdesen për:

- foshnjat dhe fëmijët
- nënat e reja
- njerëzit e moshuar

Nëse ju bëhet një vizitë nga një infermiere e shëndetit publik, një infermiere e përgjithshme e komunitetit ose një terapist profesional, kjo zakonisht ndodh pasi emri juaj u është dhënë atyre nga HSE pas vizitës tuaj te një mjek i përgjithshëm ose spital. Ju mund të merrni më shumë informacion në lidhje me këto shërbime nga qendra juaj shëndetësore vendore e HSE, mjeku juaj i përgjithshëm ose në internet në faqen:

[hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare](https://www.hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare)

Part 3: What to do in an emergency

What do I do in an emergency?

In an emergency, you have two choices. You can:

- ring 999 or 112 (it's a free phone call) and ask for an ambulance or
- go to your nearest emergency department in the hospital
- If you have an emergency related to pregnancy, you should contact or go directly to your local Maternity unit/hospital.

1. Ring for help (999 or 112)

If you ring one of these numbers, you can call for an ambulance. These numbers can also be used to call the gardaí (police), fire service, lifeboat, coastal and mountain rescue services.

Try and have the following information ready when you speak to the emergency call operator:

- name of sick or injured person and their date of birth
- a description of what is wrong with the person (type of injury), any medical conditions or allergies that you know of
- where you are and your eircode (if you know it)

If you can, tell the ambulance people the name of the person's GP and a list of medications the person is taking.

Don't worry if you can't do this.

When you ring emergency services, the staff there will ask you to stay 'on the line' (this means stay on the phone) and, if they think it helps, they will tell you what to do.

The operator on the emergency services phone line may also be able to provide an interpreter if you need one.

Sometimes a rapid response person (a person with medical training to help you) may arrive to offer help before the ambulance arrives.

Pjesa 3: Çfarë duhet të bëni në rast urgjence

Çfarë duhet të bëj në rast urgjence?

Në rast urgjence, ju keni dy zgjedhje. Mund të:

- telefononi 999 ose 112 (është një telefonatë falas) dhe të kërkonti një ambulancë ose
- të shkoni në pavijonin tuaj më të afërt të urgjencës në spital
- Nëse ndodheni në ndonjë situatë urgjente në lidhje me shtatzëninë, atëherë duhet të kontaktoni ose të paraqiteni menjëherë te materniteti/ spitali lokal.

1. Të telefononi për ndihmë (999 ose 112)

Nëse telefononi një prej këtyre numrave, mund të telefononi për një ambulancë. Këta numra mund të përdoren gjithashtu për të telefonuar gardaí (policinë), shërbimin zjarrfikës, barkat e shpëtimit, shërbimet e shpëtimit bregdetar dhe malor.

Përpiquni që ta keni gati informacionin e mëposhtëm kur flisni me operatorin e rasteve të urgjencave:

- emrin e personit të sëmurë ose të dëmtuar dhe datën e lindjes së tyre
- një përshkrim të problemit të personit (lloji i dëmtimit), çdo problem mjekësor ose alergji që dini
- ku ndodheni dhe kodin tuaj eircode (nëse e dini)

Nëse keni mundësi, tregojuni njerëzve të ambulancës emrin e mjekut të përgjithshëm të personit dhe një listë të barnave që po merr personi.

Mos u shqetësoni nëse nuk mund ta bëni këtë.

Kur telefononi shërbimet e urgjencës, personeli do t'ju kërkojë të qëndroni 'në linjë' (kjo do të thotë të qëndroni në telefon) dhe nëse mendojnë se ndihmon, ata do t'ju tregojnë se çfarë të bëni.

Operatori në linjën e telefonit të shërbimeve të urgjencës mund të jetë në gjendje të sigurojë edhe një përkthyes nëse keni nevojë për një përkthyes.

Ndonjëherë një person i ndihmës së shpejtë (një person me trajnim mjekësor për t'ju ndihmuar) mund të mbërrijë për të ofruar ndihmë para se të vijë ambulanca.

2. Go to the emergency department in a hospital

In an emergency where you or someone you know has a serious and unexpected illness or injury, you could go to the emergency department in a hospital.

- If you have an emergency related to pregnancy, you should contact or go directly to your local Maternity unit/hospital.

If you want to speak to someone over the phone about how you are feeling call 1 of the two phone services below.

Suicide risk

Call 999 or 112 if you or someone you know is about to harm themselves or someone else.

Mental health crisis

A mental health crisis often means that you no longer feel able to cope or be in control of your situation.

In a crisis, you must get help as soon as possible.

A GP can offer support for anyone in crisis. If possible, ask someone to come along with you.

Go to or call the emergency department of your local general hospital www.hse.ie/eng/services/maps/

The YourMentalHealth information line is a phone service you can call any time.

A member of our team can tell you about:

- the mental health supports and services available to you
- how to access different services provided by the HSE and our funded partners
- opening hours

Freephone: 1800 111 888

The YourMentalHealth information line is not a counselling service.

Visit www.yourmentalhealth.ie for more information.

2. Të shkoni në pavijonin e urgjencës në një spital

Në rast urgjence ku ju ose dikush që njihni ka një sëmundje serioze dhe të papritur apo lëndim, mund të shkoni në pavijonin e urgjencës në një spital.

- Nëse ndodheni në ndonjë situatë urgjente në lidhje me shtatzëninë, atëherë duhet të kontaktoni ose të paraqiteni menjëherë te materniteti/ spitali lokal.

Nëse dëshironi të flisni me dikë përmes telefonit se si ndiheni, telefononi 1 nga dy shërbimet e telefonit më poshtë.

Rreziku i vetëvrasjes

Telefononi në 999 ose 112 nëse ju ose dikush që njihni po lëndoni veten ose dikë tjetër.

Krizat e shëndetit mendor

Një krizë e shëndetit mendor shpesh do të thotë që ju nuk ndiheni më të aftë të përballoni ose të kontrolloni situatën tuaj.

Në një krizë, ju duhet të merrni ndihmë sa më shpejt që të jetë e mundur.

Një mjek i përgjithshëm mund të ofrojë mbështetje për këdo në krizë. Nëse është e mundur, kërkoni dikujt që të vijë së bashku me ju.

Shkoni ose telefononi pavijonin e urgjencës në spitalin tuaj të përgjithshëm vendor www.hse.ie/eng/services/maps/

Linja e informacionit YourMentalHealth është një shërbim telefonik që mund ta telefononi në çdo kohë.

Një anëtar i ekipit tonë mund t'ju tregojë për:

- mbështetjet dhe shërbimet e shëndetit mendor në dispozicionin tuaj
- si të keni qasje në shërbime të ndryshme të ofruara nga HSE dhe partnerët tanë të financuar
- orari i

Telefonit falas: 1800 111 888

Linja e informacionit YourMentalHealth nuk është një shërbim këshillimi.

Vizitoni www.yourmentalhealth.ie për më shumë informacion.

Other phone supports

If you want to speak to someone over the phone about how you are feeling call 1 of the two phone services below.

Samaritans

The Samaritans telephone service is available 24 hours a day. They provide a listening service to anyone who needs it, no matter what you are going through.

For confidential, non-judgmental support:

- Freephone: 116 123
- Email: jo@samaritans.ie
- Visit www.samaritans.ie for details of the nearest branch

Pieta House

They provide support for people who are suicidal and people who self-harm.

- Freephone: 1800 247 247
- Text HELP to 51444 – standard message rates apply

ChildLine

- Freephone 1800 66 66 66
- Free text the word Talk to 50101

Face-to-face support

For face-to-face support contact your GP.

Urgent help

Call 999 or 112 and ask for the ambulance service if you or someone you know needs emergency help.

There may be other local health supports, including mental health supports, in your area.

Visit www.yourmentalhealth.ie for more information.

Mbështetje të tjera nëpërmjet telefonit

Nëse dëshironi të flisni me dikë përmes telefonit se si ndiheni, telefononi 1 nga dy shërbimet e telefonit më poshtë.

Samaritanët

Shërbimi telefonik i Samaritanëve funksionon 24 orë në ditë. Ata ofrojnë një shërbim dëgjimi për këdo që ka nevojë, pa marrë parasysh se çfarë jeni duke kaluar.

Për mbështetje konfidenciale, jo-gjyuese:

- Telefoni falas: 116 123
- Emaili: jo@samaritans.ie
- Vizitoni www.samaritans.ie për detaje të degës më të afërt

Pieta House

Ata ofrojnë mbështetje për njerëzit që kanë mendime vetëvrasëse dhe njerëzit që lëndojnë vetveten.

- Telefoni falas: 1800 247 247
- Dërgoni SMS me tekstin HELP në 51444 - zbatohen tarifat normale standarde të mesazheve SMS

ChildLine

- Telefoni pa pagesë 1800 66 66 66
- Dërgoni një SMS me fjalën Talk te 50101

Mbështetje ballë për ballë

Për mbështetje ballë për ballë kontaktoni mjekun tuaj të përgjithshëm.

Ndihmë urgjente

Telefononi 999 ose 112 dhe kërkoni shërbimin e ndihmës së shpejtë nëse ju ose dikush që njihni keni nevojë për ndihmë urgjente.

Mund të ketë mbështetje të tjera shëndetësore vendore, përfshirë mbështetjet e shëndetit mendor, në zonën tuaj.

Vizitoni www.yourmentalhealth.ie për më shumë informacion.

Who we are ...



Kush jemi ne...

The HSE is responsible for delivering public health care services in Ireland. HSE stands for Health Service Executive. It was set up by the Irish Government.

In the HSE, we want to give you the best possible care and treatment. There may be times, however, when you think we could do better and sometimes you may even want to tell us about something we have done well.

Whatever age you are, you have rights when it comes to your health including:

- the right to have your say and be listened to
- the right to complain if you are not happy about something we have done

We want you to tell us if you have a comment, compliment or complaint about your health care. For information on how to make a comment, compliment or complaint, please visit:

HSE është përgjegjës për ofrimin e shërbimeve të kujdesit shëndetësor publik në Irlandë. HSE do të thotë Ekzekutivi i Shërbimit Shëndetësor. Ai është krijuar nga Qeveria Irlandeze.

Në HSE, ne duam t'ju japim kujdesin dhe trajtimin më të mirë të mundshëm. Sidoqoftë, mund të ketë raste kur ju mendoni se mund të punojmë më mirë dhe nganjëherë mund të dëshironi të na tregoni për diçka që kemi bërë mirë.

Çfarëdo moshe të jeni, ju keni të drejta kur bëhet fjalë për shëndetin tuaj duke përfshirë:

- të drejtën për të thënë fjalën tuaj dhe për t'u dëgjuar
- të drejtën për t'u ankuar nëse nuk jeni të kënaqur për diçka që kemi bërë

Ne duam që ju të na tregoni nëse keni një koment, kompliment ose ankesë në lidhje me kujdesin tuaj shëndetësor. Për informacion se si të bëni një koment, kompliment ose ankesë, ju lutemi vizitoni:

www.hse.ie/eng/services/yourhealthservice/feedback/Complaint/

We hope you found this guide useful

The information in this book, including the resources and links, does not replace medical advice from healthcare professionals such as your nurse, public health nurse, GP or obstetrician.

Everyone is different.

Always talk with a healthcare professional to give you the medical advice and care you need.

We have made all efforts to make sure this guide is up to date in terms of medical advice. But, with so many changes happening in healthcare, this is difficult. We will update this guide again to include new information when we print it again.

We hope you found the information helpful and wish you a good experience using our health system.

Shpresojmë që ky udhëzues të jetë i dobishëm për ju

Informacioni në këtë libër, përfshirë burimet dhe lidhjet, nuk zëvendëson këshillat mjekësore nga profesionistët e kujdesit shëndetësor siç janë infermierja juaj, infermierja e shëndetit publik, mjeku i përgjithshëm ose obstetri.

Të gjithë janë ndryshe.

Flisni gjithmonë me një profesionist të kujdesit shëndetësor për t'ju dhënë këshilla mjekësore dhe kujdesin që ju nevojitet.

Ne kemi bërë të gjitha përpjekjet për t'u siguruar që ky udhëzues të jetë i përditësuar për sa i përket këshillave mjekësore. Por, me kaq shumë ndryshime që ndodhin në kujdesin shëndetësor, kjo është e vështirë. Ne do ta përditësojmë përsëri këtë udhëzues për të përfshirë informacione të reja kur ta botojmë përsëri.

Shpresojmë që informacioni të jetë i dobishëm dhe t'ju urojmë një përvojë të mirë gjatë kohës që përdorni sistemin tonë shëndetësor.

Get more information

You can get lots of further useful information on the following web links:

www.hse.ie	
The Health Service Executive provides health services in Ireland, the websites below are all part of the HSE and will give you further information on those services and supports.	Ekzekutivi i Shërbimit Shëndetësor ofron shërbime shëndetësore në Irlandë, faqet e internetit më poshtë janë të gjitha pjesë e HSE dhe do t'ju japin informacione të mëtejshme mbi këto shërbime dhe mbështetje.
www.hse.ie/eng/about/Who/primarycare/socialinclusion/about-social-inclusion/translation-hub	
Translated documents on common health concerns and other topics as well as access to online health apps	Dokumente të përkthyera mbi shqetësimet e zakonshme shëndetësore dhe tema të tjera, si dhe qasjen në aplikacionet shëndetësore në internet
www.immunisation.ie	
Information about vaccination	Informacione rreth vaksinimit
undertheweather.ie	
Health education and management of minor illnesses	Edukimi shëndetësor dhe menaxhimi i sëmundjeve të vogla
www.yourmentalhealth.ie	
Supports and education for your mental health	Mbështetje dhe edukim për shëndetin tuaj mendor
www.medicalcard.ie	
Medical card online service	Shërbimi në internet i kartës mjekësore

Merrni më shumë informacion

Ju mund të merrni shumë informacione të mëtejshme të dobishme në lidhjet e mëposhtme të internetit:

Të dhëna të rëndësishme kontakti					
Doctor:		Mjeku:	Tel:		Tel:
Local health office:		Zyra vendore shëndetësore:	Tel:		Tel:
Public Health Nurse:		Infermierja e shëndetit publik:	Tel:		Tel:
Accident and Emergency Department:		Pavijoni i aksidenteve dhe i urgjencave:	Tel:		Tel:
Out of hours GP Service:		Shërbimi jashtë orarit i mjekut të përgjithshëm:	Tel:		Tel:
Pharmacy:		Farmacia:	Tel:		Tel:
Maternity services:		Shërbimet e maternitetit:	Tel:		Nr. i tel.:

