

5 ноември 2020 г.

До всички живущи в Самърсет

### **Здравните служби и услугите за грижи в Самърсет**

Благодарим за подкрепата, която оказвате на NHS и на социалните работници по време на тази пандемия. Вие ръкопляскахте за ключовите работници през пролетта и лятото, набирахте средства за нас и подкрепяхте хората в нужда. Благодарим ви за всичко, което направихте и продължавате да правите, за да предпазвате себе си, близките си и нашите общности от Covid-19.

Ние високо ценим вашата подкрепа и ви пишем от името на колегите в нашата организация, за да ви благодарим и да споделим, че ще направим всичко, за да може услугите ни да бъдат на ваше разположение, когато имате нужда от тях. Бихме искали също така да ви запознаем с промените и разширенията в услугите, които сме направили, за да ви осигурим по-добра подкрепа по време на тази пандемия. Наред с това се подготвяме за зимните месеци, в които по-повече хора имат нужда от здравни услуги и грижи и когато ние трябва да се грижим за повече хора с Covid-19, като същевременно предоставяме и плановите услуги.

Както министър-председателят съобщи на 31 октомври 2020 г., от 5 ноември се въвеждат нови национални ограничителни мерки в отговор на нарастващия брой случаи на Covid-19.

Засега, моля, продължавайте да идвате на часовете си, за които сте записани. Не е необходимо да ни се обаждате, за да проверите дали даден запазен час ще се проведе. Ние ще се свържем с вас, ако нещо се промени в услугите, които ви предоставяме.

Напълно разбираме тревогата, стреса и притеснението, които тази продължаваща пандемия причинява, и ценим как това може да се отрази на здравето на всички нас – пациенти, грижещи се лица, персонал, роднини и приятели. Знаем, че заради този траен стрес и тревога понякога хората може да не са така любезни едни с други. Никога не можем да сме напълно сигурни какво преживява даден човек, но всеки от нас може да положи усилия да се отнася с всекиго така, както би искал да се отнасят с него – с уважение, любезно и внимателно.

Здравните служби и службите за грижи в Самърсет са отворени и са на ваше разположение. Ако вие, ваш близък или човек, за когото се грижите, има здравословни проблеми, моля, не чакайте да потърсите помощ или да се явите на час, който имате.

Пандемията и нуждата от спазване на отстояние между хората промениха

нашите услуги и начина, по който ги осигуряваме, но ние сме на ваше разположение – да ви помогнем, подкрепим и да се погрижим за вас. В резултат на жизненоважните мерки за спазване на социално дистанциране ние разполагаме с по-малко място и с по-малко болнични легла, като затова провеждаме повече телефонни и онлайн часове, когато е безопасно това да стане по този начин, и наред с това разширихме услугите, които предлагаме в домовете на хората. Ние сме наясно как пандемията се отразява върху психическото здраве на хората и затова разширихме услугите за подкрепа за психичното здраве, които се предлагат в Самърсет.

Ние въведохме нови и важни мерки за поддържане на максимална безопасност за всички при получаването на грижи. Тези мерки зависят от това кои услуги използвате. За часове при личния лекар те може да включват провеждане на телефонна или онлайн консултация, когато е уместно, или да ви помолят да се явите на различно място от обичайната ви поликлиника, за да бъдете прегледани лично. Ако бъдете помолени да дойдете на различно място за своя преглед, то ще бъде възможно най-близо до дома ви, защото знаем, че пътуването е трудно, когато сте болни.

При други услуги мерките може да включват провеждане на телефонна или онлайн консултация, измерване на температурата преди влизане в сградата или да бъдете помолени да се изолирате за кратък период преди операция. Преди всеки преглед ще ви бъде предоставена ясна информация за новите мерки. Моля, бъдете спокойни, че която и услуга да ползвате – независимо дали се предлага във вашата поликлиника, в местната болница, в отделение за леки наранявания или в дома ви – наш главен приоритет е вашата безопасност и тази на нашите колеги. Ако имате въпроси относно мерките, които въвеждаме, моля, говорете със съответната служба и не отлагайте часовете си, освен ако не е абсолютно належащо. Ако не можете да се явите на определен преглед, моля, информирайте съответната служба, така че да от там да могат да предложат часа на друг човек, който има нужда от него.

Ако имате близък, приятел или съсед в болница, ви молим да проявявате търпение и разбиране. По време на локдаун в нашите болници важат мерки, за да се гарантира, че най-важните посещения ще продължат, но може да бъдат въведени ограничения за останалите посещения, с цел да осигурим вашата защита, защита на останалите пациенти и на нашия персонал. Може да намерите подробности относно настоящите правила за посещения на уебсайтовете на нашите болници: <https://www.somersetft.nhs.uk/> и <https://yeovilhospital.co.uk/>.

Много служби временно прекратиха работа в началото на пандемията, но вече голяма част от тях работят усилено, за да преглеждат възможно най-много пациенти. Те включват:

- Амбулаторни часове в нашите болници. През септември 2020 г., в Самърсет бяха проведени 28 488 амбулаторни приема, като 25,7% бяха онлайн.
- Операции по избор, които не са от спешна необходимост.
- Прегледи за скрининг на шийката на матката и на гърдите
- Имунизации и ваксинации за деца
- Родители, явяващи се на определени изследвания с видеоозон за бременни жени, и присъствие на раждане.

Ние използвахме възможността бързо да подобрим някои услуги, и по-специално родилните грижи и в областта на психичното здраве. Ние:

- Създадохме малки екипи от акушерки в районни центрове, които да се грижат за бременните жени на местно ниво и да ги следят редовно.
- Заложихме 11 легла в отделения за психично здраве (четири в Уелс и седем в Йовил), така че ползвателите на услугата да имат повече независимост, докато получават високо ниво на грижи за психичното здраве.
- Разширихме екипите за подпомагане на психичното здраве в училищата
- Стартирахме Open Mental Health – сдружение от местни доброволчески организации и NHS в Самърсет в подкрепа на пълноценния живот на хората чрез осигуряване на достъп до специализирана психична подкрепа, консултации във връзка с управление на дългове и намиране на работа, възможности за доброволчество, дейности в общността и физически упражнения.

Навлизайки в първата зима на пандемията, ние имаме нужда от вашата помощ, така че всеки да бъде възможно най-добре и в най-голяма безопасност. Има много елементарни неща, които можете да правите, като например да спазвате насоките за социална дистанция, редовно да си миете ръцете и да носите маска за лице, където е препоръчително. Също така да спазвате последните разпоредби на правителството.

Наред с това от огромно значение е годишната програма за ваксиниране против грип, за да помогнем за защитата на уязвимите хора тази зима. Много хора, които са уязвими на грип – включително по-възрастните и хората със затруднения с ученето – са по-уязвими и на Covid-19. Ако ви предложат безплатна ваксина против грип, моля, възползвайте се от предложението и защитете себе си.

Освен това можете да ни подкрепяте и като търсите помощ от най-подходящата служба, когато имате нужда от такава. Ние ще ви насочим към съответната служба, ако смятаме, че имате нужда от друга услуга.

Ако вие или някой, когото познавате, има проблеми с психичното здраве, нашата линия за психична помощ Mindline, която работи 24 часа на ден, 7 дни в седмицата, е отворена за хора на всякаква възраст. При нужда позвънете на 01823 276 892. В момента Mindline на Самърсет получава над 600 обаждания на седмица, като от април 2020 г. броят на обажданията е близо 20 000. Моля, не страдайте мълчаливо – потърсете подкрепа, ако имате нужда.

Нашата служба 111 е на разположение 24 часа на ден, 7 дни в седмицата – тя предлага консултации, лечение и грижи. Трябва само да позвъните на 111 или да посетите <https://111.nhs.uk/> и от услугата ще ви предложат съвет и при нужда ще ви насочат към друга служба.

Много от по-леките заболявания може да бъдат лекувани чрез средства от близката аптека. Нашите лични лекари работят неуморно, за да ви лекуват и пазят, като в момента извършват телефонни и онлайн услуги за разпределение на случаите. Моля, бъдете спокойни обаче, че ако има нужда да бъдете прегледани лично, това ще бъде направено. През септември 2020 г. нашите лични лекари проведоха малко под 94 000 консултации лице в лице в целия Самърсет.

По-късно тази година ще въведем нов начин за достъп до спешни медицински

услуги, при които всеки ще бъде насърчаван първо да се свърже с 111, преди да отиде в Спешното отделение (Accident or Emergency). Ако първо се обадите на 111, вие или вашите близки ще бъдете насочени към най-подходящата медицинска услуга според нуждите ви, с което евентуално да избегнете ненужно отиване до болницата. Така ние можем да ви помогнем да запазите безопасността си и да правим необходимото да получите нужните ви грижи, като същевременно поддържаме социално дистанциране и намаляваме риска от разпространение на Covid-19 в здравните заведения.

NHS създаде специален уебсайт за хора, които се възстановяват от Covid-19, достъпен на адрес: <https://www.yourcovidrecovery.nhs.uk/>. На него ще намерите информация и съвети за членове на семейства, грижещи се лица и приятели за това как да ви помогнат, докато се възстановявате.

Ако сте под карантина или имате нужда от допълнителна подкрепа, се свържете с линията за помощ на Самърсет във връзка с коронавируса на телефон 0300 790 6275, от където ще ви свържат с местни групи, които могат да ви помогнат с пазаруването, донасяне на лекарства и други неща от първа необходимост, както и с други услуги за взаимопомощ. Линията работи 7 дни в седмицата между 8:00 и 18:00 часа.

Ние искаме да помогнем на всеки в Самърсет да води здравословен и независим живот, с подкрепата на хората от общността и чрез осигуряване на навременен и безпрепятствен достъп до висококачествени и ефективни публични услуги, когато имате нужда от тях. Ние сме ангажирани да осигурим както на вас, така и на вашето семейство висококачествени здравни услуги и грижи, както и да работим заедно в подкрепа на въвеждането на разумни предпазни мерки срещу Covid-19 в ежедневието ни.

Моля, помогнете ни да запазим безопасността и здравето в Самърсет тази зима. Благодарим ви за всичко, което правите, за да ни подкрепите.

**Пат Флахърти [Pat Flaherty]**

**Изпълнителен директор, Общински съвет на Самърсет**

**Джонатън Хигмън [Jonathan Higman]**

**Изпълнителен директор, Районна болница Йовил, фонд на NHS**

**Питър Люис [Peter Lewis]**

**Изпълнителен директор, фонд на NHS, Самърсет**

**Джеймс Римър [James Rimmer]**

**Изпълнителен директор, Група за възлагане на клинични дейности, Самърсет**