

Groundswell

Out of homelessness



**Превантивна грижа,
предоставяна от
общопрактикуващите**

Важните ваксини, за които да попитате общопрактикуващия си лекар, включват:

Ваксина срещу грип

- Грипът може да бъде по-тежък за определени хора и ваксинацията е безплатна за всеки над 65 години, бременни жени и хора с основни заболявания или в рискови групи

Пневмококова ваксина

- Тази ваксина предпазва от вид на пневмония (инфекция в белите дробове)
- Това е еднократна ваксинация, но може да се подсилва на всеки 5 години
- Той е безплатен за всеки над 65 години, бременни жени и хора с основни заболявания или в групи на риск

Ваксинация срещу хепатит В

- Вирусът на хепатит В се намира в кръвта и телесните течности на заразен човек
- Много хора с хепатит В имат малко симптоми и може да не знаят, че са заразени. Това означава, че те могат да разпространяват инфекцията, без да знаят
- Ваксинацията не е безплатна, но може да бъде безплатна в специализирани практики за хора в риск

Какво е общопрактикуващ лекар?

- Общопрактикуващ лекар (GP) или „личен лекар“ е лекар, практикуващ в общността

Какви услуги може да предоставя общопрактикуващият лекар?

- Една от услугите, които вашият общопрактикуващ лекар може да предостави, е „**превантивна грижа**“. Това включва скрининг за различни заболявания и **ваксинации** за предотвратяване на заболявания
- Някои хора са по-изложени на риск** от определени заболявания и трябва да бъдат прегледани
- Ако имате **каквито и да е притеснения** за вашето здраве е **най-добре да се изследвате**



Ваксини

- Ваксинацията е **инжекция, която може да ви предпази от определени заболявания**
- Много ваксини се правят, когато сме деца, но някои хора може да са ги пропуснали
- Ваксините може да бъдат **предоставени от вашия общопрактикуващ лекар**



Възможно е да има други рутинни ваксини, които също може да са от значение за вас, включително и тези, които може да сте пропуснали като дете. Поискайте среща с „Медицинска сестра“, за да обсъдите дали има ваксини, които сте пропуснали.

Преведените версии на този документ са достъпни тук:

<https://www.healthylondon.org/resource/homeless-health-during-covid-19/>

Тази информация е вярна към 17.06.2020 г.

Попитайте общопрактикуващия си лекар

Национални програми за скрининг

Скринингът е начин да разберете дали сте изложени на по-висок риск от здравословен проблем, така че да може да ви бъде предложена информация или ранно лечение

- **Медицинският преглед на NHS** предлага здравен преглед на всеки пет години за всеки между 40 и 74 години
- **Прегледи на хронични заболявания** – хората с високо кръвно налягане, сърдечни проблеми или други сърдечно-съдови заболявания, астма, диабет, епилепсия трябва да преминават годишни проверки при общопрактикуващия си лекар
- **Скрининг на шийката на матката** (цитонамазка) – предлага се за жени на възраст от 25 до 64 години на всеки три или пет години в зависимост от възрастта
- **Скрининг за рак на гърдата** – предлагани на всеки 3 години на жени на възраст от 50 до 70 години
- **Скрининг за рак на червата** – комплект за домашно тестване се предлага на мъже и жени на възраст от 60 до 74 години

Скрининг за сексуално здраве

- Ако сте имали **незащитен полов акт** (без презерватив) можете да се заразите от полово предавана инфекция (ППИ)
- Много хора с ППИ не получават никакви симптоми, но те могат да предадат инфекцията или да понесат невидими последици (като безплодие)
- **ППИ може да бъдат тествани с помощта на тампони за натривка или тестове за урина**, които можете да получите от общопрактикуващия си лекар или може да посетите клиника за сексуално здраве

Скрининг на вируси, предавани по кръвен път

- Вирусите, предавани по кръвен път (BBV), които обикновено се тестват, включват ХИВ, хепатит В и хепатит С
- Може да сте по-изложени на риск от поява на BBV, ако идвате от страна, в която предаването е високо, приемате незаконни наркотици или участвате в определено сексуално поведение
- Ако смятате, че сте изложени на риск от BBV и бихте искали да бъдете тестван, **попитайте общопрактикуващия си лекар за кръвен тест**

Преглед за туберкулоза

- Туберкулозата (ТВ) е инфекция на белите дробове
- Хората, изложени на риск от туберкулоза, включват мигранти от определени страни, където туберкулозата е често срещана, хора, живеещи в пренаселени жилища, бездомни хора, хора, злоупотребяващи с наркотици, и затворници
- Симптомите на туберкулоза включват: **постоянна кашлица, кашлица с кръв, загуба на тегло и нощно изпотяване**
- Ако имате някой от тези симптоми, **говорете с общопрактикуващия си лекар**

Общи опасения относно необясними симптоми

Ако усещате, че **физическото или психическото ви здраве се е променило, трябва да говорите с общопрактикуващия си лекар**. Свържете се с общопрактикуващия си лекар, ако имате някои от следните симптоми:

- упорита кашлица (над 3 седмици) и задух
- постоянна болка в гърлото, промяна в гласа или затруднено преглъщане
- продължаваща загуба на тегло без известна причина
- кръвене от червата или при уриниране
- нови израстъци или бучки/подутини върху или под кожата ви
- нови необясними болки (с продължителност над 3 седмици)

