

# Groundswell

Out of homelessness



خدمات پیشگیرانه پزشکی  
عمومی: غربالگری و واکسن  
«پیشگیری بهتر از درمان است»

واکسن‌های مهمی که باید از پزشک عمومی  
درباره آن بپرسید عبارتند از:  
واکسن آنفولانزا

- آنفولانزا ممکن است برای برخی از افراد جدی‌تر باشد و واکسن برای افراد بالای 65 سال، زنان باردار و افراد مبتلا به بیماری‌های سلامت زمینه‌ای یا گروه‌های در معرض خطر رایگان است
- واکسن پنوموکوک
- این نوع واکسن از بدن انسان در برابر نوعی از ذات‌الریه (عفونت ریه‌ها) محافظت می‌کند
- این واکسن برای یکبار است ولی می‌توان برای تقویت آن هر 5 سال یکبار استفاده کرد
- واکسن برای افراد بالای 65 سال، زنان باردار و افراد مبتلا به بیماری‌های سلامت زمینه‌ای یا گروه‌های در معرض خطر رایگان است
- واکسن هپاتیت ب
- ویروس هپاتیت ب در خون و مایعات بدن فرد مبتلا یافت می‌شود
- بسیاری از افراد مبتلا به هپاتیت ب علائم معدودی دارند و ممکن است ندانند که مبتلا شده‌اند. این بدان معناست که ممکن است بدون اطلاع موجب شیوع این عفونت شوند
- واکسن رایگان نیست ولی می‌تواند برای افرادی که طبق نظر متخصص در معرض خطر قرار دارند رایگان باشد

پزشک عمومی به چه معناست؟

- پزشک عمومی (GP) یا «پزشک خانواده» یک پزشک جامعه محور است

پزشک عمومی چه خدماتی می‌تواند فراهم  
می‌کند؟

- یکی از خدماتی که پزشک عمومی شما می‌تواند فراهم کند «مراقبت‌های پیشگیرانه» است. این مراقبت‌ها غربالگری برای انواع بیماری‌ها و واکسن‌های پیشگیری از بیماری‌ها را شامل می‌شود
- برخی از افراد در معرض خطر بیشتری از بیماری‌های خاص قرار دارند و باید غربالگری شوند
- اگر در مورد وضعیت سلامت خود نگرانی دارید، بهترین کار این است که تحت معاینه قرار گیرید



واکسن‌ها



- واکسن تزریقی است که می‌تواند شما را در برابر برخی از بیماری‌ها محافظت کند
  - بسیاری از واکسن‌ها هنگام کودکی داده می‌شوند ولی برخی از افراد ممکن است دریافت نکرده باشند
  - واکسن‌ها را می‌توانید از طریق پزشک عمومی خود دریافت کنید
- ممکن است واکسن‌های روتین دیگری نیز به شما مربوط باشد، از جمله آنهایی که هنگام کودکی دریافت نکرده‌اید. از یک «پرستار مشاور» وقت بگیرید تا درباره واکسن‌هایی که دریافت نکرده‌اید صحبت کنید.

نسخه‌های ترجمه‌شده این سند به آدرس زیر قابل  
دسترسی است:

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

این اطلاعات از تاریخ 20/06/17 صحیح و درست

## از پزشک عمومی خود درباره این خدمات

### برنامه‌های غربالگری ملی

غربالگری روشی برای تعیین بالاتر بودن خطر هریک از مشکلات سلامت برای شما است بدین هدف که اطلاعات یا درمان اولیه را بتوان ارائه کرد

- برنامه چکاپ سلامت NHS (NHS Health Check) هر پنج سال یکبار برای افراد بین 40 و 74 سال چکاپ سلامت ارائه می‌دهد
- چکاپ برای بیماری‌های مزمن - افراد با فشار خون بالا، مشکلات قلبی یا بیماری‌های قلبی عروقی دیگر، آسم، دیابت، و صرع باید هر سال نزد پزشک عمومی خود تحت بررسی قرار گیرند
- غربالگری دهانه رحم (آزمایش اسمیر) - برای زنان 25 تا 64 سال هر سه تا پنج سال ارائه می‌شود که بستگی به سن آنها دارد
- غربالگری سرطان سینه - هر 3 سال برای زنان 50 تا 70 سال ارائه می‌شود
- غربالگری سرطان روده - کیت آزمایش خانگی برای مردان و زنان 60 تا 74 سال ارائه می‌شود

### غربالگری سلامت جنسی

- اگر رابطه جنسی محافظت‌نشده (بدون کاندوم) داشته‌اید، ممکن است دچار عفونت‌های منتقله آمیزشی (STI) شوید
- بسیاری از عفونت‌های منتقله آمیزشی علائمی ندارند ولی ممکن است عفونت را منتقل کنند یا منجر به پیامدهای نامعلوم (مثل ناباروری) شوند
- عفونت‌های منتقله آمیزشی را می‌توان با استفاده از سواب یا آزمایش ادرار آزمایش کرد؛ اینها را می‌توانید از پزشک عمومی دریافت کنید یا به یک کلینیک سلامت جنسی مراجعه کنید

### غربالگری ویروس منتقله از راه خون

- ویروس‌های منتقله از راه خون (BBV) که بطور معمول مورد آزمایش قرار می‌گیرند عبارتند از ایدز، هپاتیت ب و هپاتیت سی
- اگر از کشوری مسافرت کرده‌اید که میزان انتقال بالاست، مواد مخدر غیرقانونی مصرف کرده‌اید یا رفتارهای جنسی خاصی داشته‌اید، امکان خطر ابتلا به ویروس‌های منتقله از راه خون برای شما بیشتر است
- اگر فکر می‌کنید خطر ابتلا به ویروس منتقله از راه خون برای شما وجود داشته و مایل به غربالگری هستید، از پزشک عمومی خود درخواست آزمایش خون کنید

### غربالگری سل

- بیماری سل (TB) نوعی عفونت ریه‌ها می‌باشد
- افرادی که خطر ابتلا به سل در آنها وجود دارد عبارتند از مهاجرانی از برخی از کشورهای که سل در آنجا شایع است، افرادی که در اقامتگاه‌های شلوغ زندگی می‌کنند، افراد بی‌خانمان، افراد دچار سوء مصرف مواد و زندانی‌ها
- علائم سل عبارتند از سرفه مداوم، سرفه خونی، کاهش وزن و عرق‌های شبانه
- اگر هر یک از این علائم را داشتید، با پزشک عمومی خود صحبت کنید

### نگرانی‌های کلی درباره علائم توصیف‌نشده

اگر حس می‌کنید که دچار تغییر در سلامت جسمی یا روانی شده‌اید، باید با پزشک عمومی خود صحبت کنید. اگر دچار هریک از موارد زیر شدید، با پزشک عمومی خود تماس بگیرید:



- سرفه مداوم (بیش از 3 هفته) و تنگی نفس
- گلودرد مداوم، تغییر در صدا یا مشکل در بلع
- کاهش وزن روز افزون بدون دلیل مشخص
- خونریزی موقع دفع مزاج یا هنگام دفع ادرار
- رشد توده یا برآمدگی جدید روی پوست یا زیر آن
- دردهای جدید غیرقابل توضیح (که بیش از 3 هفته طول بکشد)