

Serviços Universais

O 999 e o 111 podem ser contactados onde quer que se encontre, se precisar de assistência de emergência ou de ajuda não urgente.

ABERTO TODO O DIA E TODA A NOITE

O Serviço	Como telefonar
999	Se precisar ligar para o 999, faremos algumas perguntas para determinar se é uma situação de risco imediato de vida: • Verificaremos se o paciente está consciente e a respirar • Perguntaremos o que aconteceu • Depois, faremos mais perguntas sobre os sintomas, para que possamos enviar a ajuda adequada
NHS 111	Se telefonar para o 111, iremos anotar o seu nome, endereço e motivo da chamada antes de lhe fazer algumas perguntas de segurança para garantir que não é necessária uma ambulância de emergência. Iremos providenciar para que um dos nossos médicos entre em contacto consigo para avaliar e gerir completamente as suas necessidades clínicas

Quando ligar para o 999 ou 111, pode pedir um tradutor em qualquer altura. Para idiomas menos comuns, pode ser mais difícil encontrar um tradutor, por isso, se falar mais do que um idioma, indique ambos.

A linha telefónica pode ficar silenciosa quando o estão a ligar a um tradutor, mas não desligue a chamada.

É muito importante que, ao falar com o intérprete, responda à pergunta e depois faça uma pausa para permitir que o intérprete traduza.

Os seus serviços locais

Há muitas formas de aceder aos cuidados de saúde. Nesta secção, pode adicionar uma lista dos serviços locais e dos respetivos horários de funcionamento, para que saiba quais são os serviços mais próximos de si.

O Serviço The Service	Nome e localização Name & Location	Horário de abertura Opening Times
Centro de atendimento ambulatorio / Centro de tratamento urgente Walk-in-centre / Urgent Treatment Centre		
Farmácia Pharmacy		
Serviço de Urgência / Acidente e Emergência (A&E) Emergency Department / Accident & Emergency (A&E)		Aberto todo o dia e toda a noite, todos os dias. Open all day and all night, everyday
Consultório de Clínica Geral (GP) General Practice (GP) Surgery		



Este folheto contém informação confidencial do doente e só deve ser partilhado com profissionais de saúde

Versão 1.0 Novembro de 2025



Portuguese – Português

NHS
London Ambulance Service
NHS Trust

Informação individual

Espaço para acrescentar a sua informação pessoal.

Nome Name	
Data de nascimento Date of Birth	
Idiomas falados Languages Spoken	
Idioma preferido Preferred Language	
Alergias Allergies	
Problemas médicos Medical Conditions	
Medicação atual Current Medication	
Parentes próximos Next of Kin	
Data em que a informação foi preenchida: Date Information Completed:	

Recorda-se aos médicos que devem utilizar os registos eletrónicos de cuidados de saúde para além destas informações, se disponíveis

Informação adicional

Este espaço destina-se a acrescentar informação não mencionada anteriormente. Por exemplo: dados do assistente social, contactos do alojamento, outras informações de saúde.

--

ESTE FOLHETO CONTÉM INFORMAÇÕES CONFIDENCIAIS SOBRE O DOENTE E DEVE SER PARTILHADO APENAS COM PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Os seus serviços locais – Existem muitos serviços diferentes que prestam apoio e aconselhamento em matéria de cuidados de saúde, sendo importante utilizar o serviço correto para determinadas doenças e lesões. Aqui encontra informação sobre cada serviço e aquilo em que o podem ajudar.

Serviço de Urgência / Acidente e Emergência (A&E)	999
O A&E destina-se a ferimentos graves e emergências com risco de vida Se tiver algum destes sintomas, deve dirigir-se ao A&E, se for capaz, ou ligar para o 999: - Dor no peito - Face caída para um lado, não consegue manter os dois braços levantados, dificuldade em falar - Confusão súbita - Tentativa de suicídio (por ingestão de algo ou autolesão) - Dificuldades respiratórias graves - Engasgamento - Hemorragia intensa (o sangue está a jorrar ou a escorrer) - Inchaço súbito e rápido da face - Convulsão (ataque) - Inconsciência ou falta de reação - Qualquer ferimento ou traumatismo grave, por exemplo, um osso partido a sair da pele ou queimaduras em todo o corpo.	Ligue para o 999 numa emergência com risco de vida devido a qualquer um dos sintomas indicados (pontos à esquerda) Se você ou a pessoa para quem está a telefonar não tiver nenhum destes sintomas, mas achar que existe uma emergência com risco de vida, ligue para o 999. Quando telefonar para o 999, eles decidirão, com base nos seus sintomas, se: - Precisa de uma ambulância - Uma chamada telefónica com um médico - Ou encaminhamento para outro serviço, como o 111.

111	Farmácia
O NHS 111 ajuda-o quando precisa de ajuda ou aconselhamento médico, mas NÃO é uma emergência Quando liga para o 111, fazem-lhe algumas perguntas e decidem qual a melhor forma de o ajudar, podendo resultar em: - Aconselhamento e orientação sobre como gerir os seus sintomas - Aconselhamento telefónico de um profissional de saúde, como um médico - Uma consulta no seu hospital local - Podem também decidir que é necessário dirigir-se ao Serviço de Urgência ou chamar uma ambulância (através do número 999).	Numa farmácia, podem ajudá-lo com problemas comuns, tais como: tosse, constipações, dores gerais e dar-lhe conselhos Podem dar-lhe conselhos sobre os seus sintomas ou medicação, se necessário, e podem ajudá-lo com: - Dor de ouvidos - Dores de garganta - Problemas de pele - Picadas de insetos - Sintomas ou problemas urinários - Prisão de ventre - Aconselhamento sobre medicação geral Se acharem que precisa de ajuda num serviço diferente, irão aconselhá-lo sobre o mais adequado.

Centro de atendimento ambulatório / Centro de Cuidados urgente	Consultório de Clínica Geral (GP)
Os Centros de Atendimento Ambulatório e os Centros de Cuidados Urgentes prestam ajuda quando NÃO se trata de uma emergência com risco de vida Podem ajudar em muitos problemas, tais como: - Entorses e distensões - Suspeita de fratura de osso - Ferimentos / cortes / nódoas negras - Dores de estômago - Infeções e erupções da pele - Temperatura elevada (febres) Se não conseguirem tratar os seus sintomas neste serviço, irão aconselhá-lo sobre o que fazer a seguir. Se não tiver a certeza de que um centro de atendimento ambulatório o pode ajudar, pode telefonar para o 111 para obter aconselhamento e eles dar-lhe-ão instruções.	Os consultórios de GP estão normalmente abertos de segunda a sexta-feira. Entre em contacto com o médico de família (GP) para marcar uma consulta com um profissional de saúde, como um médico Estes profissionais prestam uma vasta gama de serviços de saúde, incluindo aconselhamento médico, vacinas, exames e tratamentos, prescrições de medicamentos, encaminhamento para outros serviços e serviços sociais. Também o ajudarão se tiver necessidades de saúde permanentes, por exemplo: asma, diabetes, tensão arterial elevada. Se o consultório do seu GP estiver encerrado, pode ligar para o 111 para falar com alguém sobre as suas necessidades de saúde. IMPORTANTE – Tem de se registar na sua clínica de GP local antes de aceder aos seus serviços. Registe-se online em www.nhs.uk ou pessoalmente

Se precisar de apoio médico de emergência ou urgente no Reino Unido, este é GRATUITO (A&E, 111 ou 999). Os visitantes estrangeiros e os requerentes de asilo não selecionados podem estar sujeitos a taxas, mas não lhes será recusado cuidado no momento em que seja necessário.