

## 4

## حقوق سلامتی و بهداشتی شما

صحبت کردن در مورد سلامتی خود در مصاحبه غربالگری



مصاحبه غربالگری یا "مصاحبه کوچک" معمولاً خیلی زود پس از ورود شما به انگلستان انجام میشود. گاهی اوقات در همان روزی است که شما وارد میشوید. به احتمال زیاد خسته و استرس خواهید داشت. اکثر مردم فرصتی برای صحبت با وکیل قبل از مصاحبه ندارند. **آماده باش.** اگر برای انجام مصاحبه احساس ناراحتی میکنید، این را در ابتدا بگویید.

در طول مصاحبه کوچک، از شما سوال می شود که آیا شرایط پزشکی، ناتوانی یا بیماری عفونی دارید و آیا دارویی مصرف می کنید یا خیر. همچنین از شما پرسیده می شود که آیا می خواهید اطلاعات دیگری در مورد سلامتی خود به اشتراک بگذارید. **بسیار مهم است که وقتی در مصاحبه غربالگری از شما این موضوع پرسیده می شود، در مورد مشکلات سلامتی که دارید به مصاحبه کننده بگویید.**



### چرا این اطلاعات را به اشتراک بگذارید؟

شما باید در مورد هر گونه مشکل بهداشتی که با آن مواجه هستید به وزارت کشور بگویید تا بتوانید مراقبت های پزشکی مناسب را دریافت کنید. اگر وزارت کشور فکر می کند که سلامتی تان شما را آسیب پذیر می کند، در این صورت ممکن است نیاز به حمایت بیشتر از شما داشته باشند.

**اطلاعاتی که در مورد سلامتی خود به اشتراک می گذارید بر نتیجه درخواست پناهندگی شما در انگلستان تأثیری نخواهد داشت.**



### صحبت در مورد سلامتی جسمانی شما

شما باید هر چیزی را که می توانید در مورد هر گونه مشکل سلامت جسمانی که دارید به مصاحبه کننده بگویید. این شامل موارد زیر است:

- **شرایط طبی تشخیص داده شده** ای که دارید، مانند آسم، آرتریت، بیماری قلبی یا دیابت
- **بیماری های تشخیص داده شده** ای که دارید، مانند کووید-19، زونا، یا سل
- هر گونه علائم جسمی که احساس می کنید، حتی اگر علت آن را ندانید. به عنوان مثال، اگر به طور منظم سردرد، گلودرد، خستگی، بدن درد یا درد، استفراغ، بثورات پوستی یا علائم دیگر را تجربه می کنید.
- **آلرژی**، یا فکر کنید که ممکن است آلرژی داشته باشید
- اگر **باردار** هستید یا مشکوک به بارداری هستید
- **ناتوانی هایی** که دارید، برای مثال اگر ناشنوا، نابینا یا نقص جسمانی دارید (مثلاً به دلیل سکته مغزی، سرطان)، اگر مطمئن نیستید، باید علائم خود را به اشتراک بگذارید.
- اگر **دارویی** مصرف می کنید همچنین اگر در گذشته دارو مصرف کرده اید اما دیگر آن را مصرف نکرده اید، باید به اشتراک بگذارید.



### صحبت در مورد سلامتی روان شما

- همچنین باید هر آنچه را که می توانید در مورد مشکلات سلامت روانی که دارید به مصاحبه کننده بگویید. **صحبت در مورد سلامتی روان شما** این شامل:
- هر گونه تشخیص سلامت روانی که چه در حال حاضر یا در گذشته داشته اید، مانند افسردگی، اضطراب یا اختلال استرس پس از آسیب (PTSD)
  - هر گونه هیجان شدید یا سخت برای کنترل که تجربه می کنید یا در گذشته تجربه کرده اید که می تواند نشانه ای از یک مشکل روانی باشد، مانند احساس غمگینی زیاد، احساس درماندگی دائمی، عصبانی شدن از چیزهای کوچک، احساس اینکه نمی توانید احساسات خود را کنترل کنید، یا احساس اضطراب زیاد
  - اگر برای سلامت روان خود دارو مصرف می کنید یا قبلاً مصرف کرده اید.



### صحبت کردن در مصاحبه

- به یاد داشته باشید که با جملات کوتاه صحبت کنید تا کار را برای مترجم آسان کنید.
- عجله نکنید - مهم است که تا آنجا که می توانید جزئیات را ارائه دهید.
- اگر پاسخ دادن به سوالات برای شما سخت است، باید نفس عمیقی بکشید. اگر برای پاسخ دادن به سوالات به زمان بیشتری نیاز دارید، باید به مترجم بگویید.

## 4

## حقوق سلامتی و بهداشتی شما

حقوق مراقبت های بهداشتی شما به عنوان یک پناهجو



به عنوان یک پناهجو، شما می توانید از **خدمات بهداشتی ملی** که مردم در انگلستان اغلب آن را به **NHS** کوتاه می کنند، مراقبت های بهداشتی رایگان دریافت کنید. این برگه اطلاعاتی بیشتری در مورد حقوق مراقبت های بهداشتی شما ارائه می کند. همچنین نکات عملی برای دسترسی به مراقبت های پزشکی، از جمله اگر شما در بازداشت هستید، توضیح می دهد.



### حقوق شما برای مراقبت های بهداشتی

شما به عنوان یک پناهجو از تعدادی حقوق مهم برخوردارید:

- شما حق دریافت مراقبت های بهداشتی از NHS را دارید. این شامل "مراقبت های اولیه" مانند مراجعه به داکتر در هنگام بیماری و همچنین "مراقبت های ثانویه" است که کمک طبی از یک متخصص است.
- شما این حق را دارید که هنگام دریافت مراقبت های طبی درخواست یک مترجم کنید. شما باید یک مترجم بخواهید تا شما و افرادی که از شما مراقبت می کنند به درستی یکدیگر را درک کنید.



### نحوه دسترسی به مراقبت های بهداشتی

معمولاً می توانید با مراجعه به داکتری که به عنوان **داکتر عمومی** یا «GP» شناخته می شود، دریافت مراقبت های بهداشتی را آغاز کنید. داکتر عمومی داکتری است که شایع ترین بیماری های طبی را درمان می کند و بیماران را به شفاخانه ها و سایر خدمات طبی راجع می کند.

در مواقع اضطراری، همچنین می توانید به **بخش حوادث و ایمرجنسی** یا **A و E** مراجعه کنید. این بخش ها در اکثر شفاخانه ها یافت می شوند. اگر خودتان نمی توانید به A و E بروید، باید با 999 تماس بگیرید و آمبولانس بخواهید. برای پشتیبانی غیر اضطراری می توانید با 111 تماس بگیرید.



### نحوه ثبت نام با داکتر عمومی

#### شما باید در اسرع وقت پس از ورود به انگلستان نزد داکتر عمومی ثبت نام کنید.

برای ثبت نام با یک داکتر عمومی باید با آنها تماس بگیرید یا به پذیرش کلینیک مراجعه کنید و فرم ثبت نام را بخواهید. شما حق دارید با یک داکتر عمومی ثبت نام کنید حتی اگر مدرکی نداشته باشید یا آدرس دائمی نداشته باشید.



### حقوق شما در صورت بازداشت بودن

اگر بازداشت هستید، حق دارید از **مراقبت های بهداشتی** که نیازهای شما را برآورده می کند استفاده کنید. **مرکز بازداشت شما باید یک تیم مراقبت های بهداشتی در دسترس داشته باشد و این مراقبت های بهداشتی باید از همان استانداردی باشد که اگر در بازداشت نبودید دریافت می کردید.**

#### اگر در بازداشت به سر می برید، از برخی حقوق ویژه برخوردارید:

- شما باید ظرف 24 ساعت پس از بازداشت توسط داکتر عمومی معاینه شوید. اگر در آن زمان به این نه گفتید، می توانید بجای آن از داکتر عمومی بخواهید که بعداً ملاقات کند.
- اگر شما یک زن هستید، حق دارید توسط یک داکتر زن معاینه شوید.
- سوابق طبی شما باید محرمانه باشد.
- اگر داروی شما هنگام ورود از شما گرفته شود، پس حق دارید همان دارو را به شما داده شود. اگر این اتفاق نیفتاد، باید فوراً به کسی بگویید.
- اگر می خواهید در مورد درمان مراقبت های بهداشتی خود در بازداشت شکایت کنید، ابتدا باید با پزشک در مورد آن صحبت کنید. اگر کمکی نکرد، همچنین می توانید با مدیر مراقبت های بهداشتی مرکز، وکیل خود، یک بازدیدکننده داوطلب، هیئت نظارت مستقل در مرکز خود صحبت کنید یا به وزارت کشور نامه بنویسید.