



# About the Irish health system

## A guide for refugees and other migrants

# O írskom systéme zdravotnej starostlivosti

## Príručka pre utečencov a iných migrantov





## About this guide

Welcome to Ireland. The Health Service Executive (HSE) has developed this short guide to help you understand the Irish public health system.

### The guide is in three parts:

**Part 1** gives you information on how to access different types of health care, the services that are free and how the GP (doctor), pharmacy (chemist) and hospital systems work. Part 1 begins on page 4.

**Part 2** gives you information about specialist services:

- dental treatments,
- eye tests,
- hearing aids,
- vaccinations.

It also gives you information about some staff you may meet in the health system. Part 2 begins on page 9.

**Part 3** tells you what to do in an emergency. Part 3 begins on page 12.

### Keep this guide

This is an important document, so please keep it as you will need it again.

If you don't understand any part of this guide, please ask for help at your local health centre to help you with it. You can also get more information online at [www.hse.ie](http://www.hse.ie) or

**Callsave:** 1850 24 1850

**Phone:** 041 685 0300

**Email:** [hselive@hse.ie](mailto:hselive@hse.ie)

## O tejto príručke

Vitajte v Írsku. Úrad pre zdravotníctvo (Health Service Executive - HSE) vypracoval túto krátku príručku, ktorá vám pomôže pochopiť írsky systém verejnej zdravotnej starostlivosti.

### Príručka má tri časti:

**V časti 1** sa dozviete informácie o tom, ako sa dostať k rôznym druhom zdravotnej starostlivosti, o bezplatných službách a o tom, ako funguje všeobecný lekár (General Practitioner - GP), lekárne a systém nemocníc. Časť 1 začína na strane 4.

**V časti 2** sa dozviete informácie o špecializovaných službách:

- o zubných ošetrovaniach,
- vyšetreniach zraku,
- načúvacích prístrojoch,
- očkovaníach.

Dozviete sa aj o niektorých zamestnancoch, s ktorými sa môžete stretnúť v systéme zdravotnej starostlivosti. Časť 2 začína na strane 9.

**V časti 3** sa dozviete, čo robiť v núdzových situáciách. Časť 3 začína na strane 12.

### Túto príručku si ponechajte

Ide o dôležitý dokument, takže si ho ponechajte, pretože ho budete ešte potrebovať.

Ak niektorej časti tejto príručky nerozumiete, požiadajte niekoho vo vašom miestnom zdravotnom centre, aby vám s ňou pomohol. Viac informácií môžete získať aj online na stránke [www.hse.ie](http://www.hse.ie) alebo

telefonicky na zvýhodnenom čísle: 1850 24 1850

telefonicky na čísle: 041 685 0300

emailom na adrese: [hselive@hse.ie](mailto:hselive@hse.ie)

## Part 1: How to access different types of health care and how the system works

### How do I access the health service?

When you arrive in Ireland, you will learn how to apply for a medical card. This card gives you free access to some health services. **You can apply for it online at [www.medicalcard.ie](http://www.medicalcard.ie)**

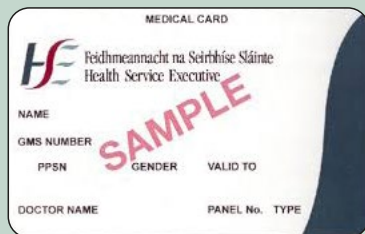
You need the following information to apply for a medical card: name, address, date of birth, Personal Public Service Number (PPSN), social welfare payment information and GP (doctor) acceptance and signature.

Three months before a medical card expires (can't be used any more), there will be a review to see if a person still qualifies for the medical card. But, the HSE can review if a person qualifies for a medical card at any time.

If you are over 70 you will also need to apply for a medical card.

If you are over 70 you will need to apply for a medical card.

#### The card looks like this:



### Will I have to pay for health services?

Most health services are **free with a medical card**.

### How long will I have a medical card for?

The card usually lasts for about **two years**. Protection applicants get the card for a year. The HSE will write to remind you to renew your card. Please ensure that you complete and return these forms to renew your card.

## Časť 1 Ako sa dostať k rôznym druhom zdravotnej starostlivosti a ako funguje systém

### Ako sa dostanem k službám zdravotnej starostlivosti?

Po príchode do Írska zistíte, ako požiadať o kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti. Táto karta vám umožní bezplatný prístup k niektorým službám zdravotnej starostlivosti. **Môžete o ňu požiadať online na stránke [www.medicalcard.ie](http://www.medicalcard.ie).**

Aby ste mohli požiadať o kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, potrebujete: meno, adresu, dátum narodenia, osobné číslo pre komunikáciu s verejnými inštitúciami (Personal Public Service Number - PPSN), informácie o výpláte sociálnej dávky a potvrdenie o registrácii u všeobecného lekára a podpis.

Tri mesiace pred vypršaním platnosti karty bezplatnej zdravotnej starostlivosti (predtým, ako sa už nebude dať použiť) sa prehodnocuje, či má osoba stále nárok na kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti. HSE však môže kedykoľvek skontrolovať, či má osoba nárok na kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti.

O kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti budete musieť požiadať aj v prípade, že máte viac ako 70 rokov.

#### Karta vyzerá takto:



### Budem musieť platiť za služby zdravotnej starostlivosti?

Keď máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, väčšina služieb zdravotnej starostlivosti je **bezplatná**.

### Ako dlho mi bude platiť karta bezplatnej zdravotnej starostlivosti?

Karta sa väčšinou vydáva približne na **dva roky**. Žiadatelia o medzinárodnú ochranu dostávajú kartu na jeden rok. Z HSE vám napíšu, aby vám pripomenuli, že si máte obnoviť kartu. Aby vám mohla byť karta obnovená, nezabudnite vyplniť a odoslať tieto formuláre.

If you are over 70, you will need to apply for a medical card just once.

When you apply for a new card or a replacement card, you must make sure that you provide all the information asked for on the application form. You must tell the medical professionals and medical services if information like your address, contact details or your medical or financial circumstances have changed.

When checking if you qualify for a card, the HSE will ask you for your consent to contact other departments.

Being able to continue to keep a medical card depends on your personal, social, medical and financial circumstances. This might mean that you cannot keep your card if you find work or your financial position improves.

### What do I do if I am not well?

This will depend on how unwell you are.

Ak máte viac ako 70 rokov, o kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti budete musieť požiadať len raz.

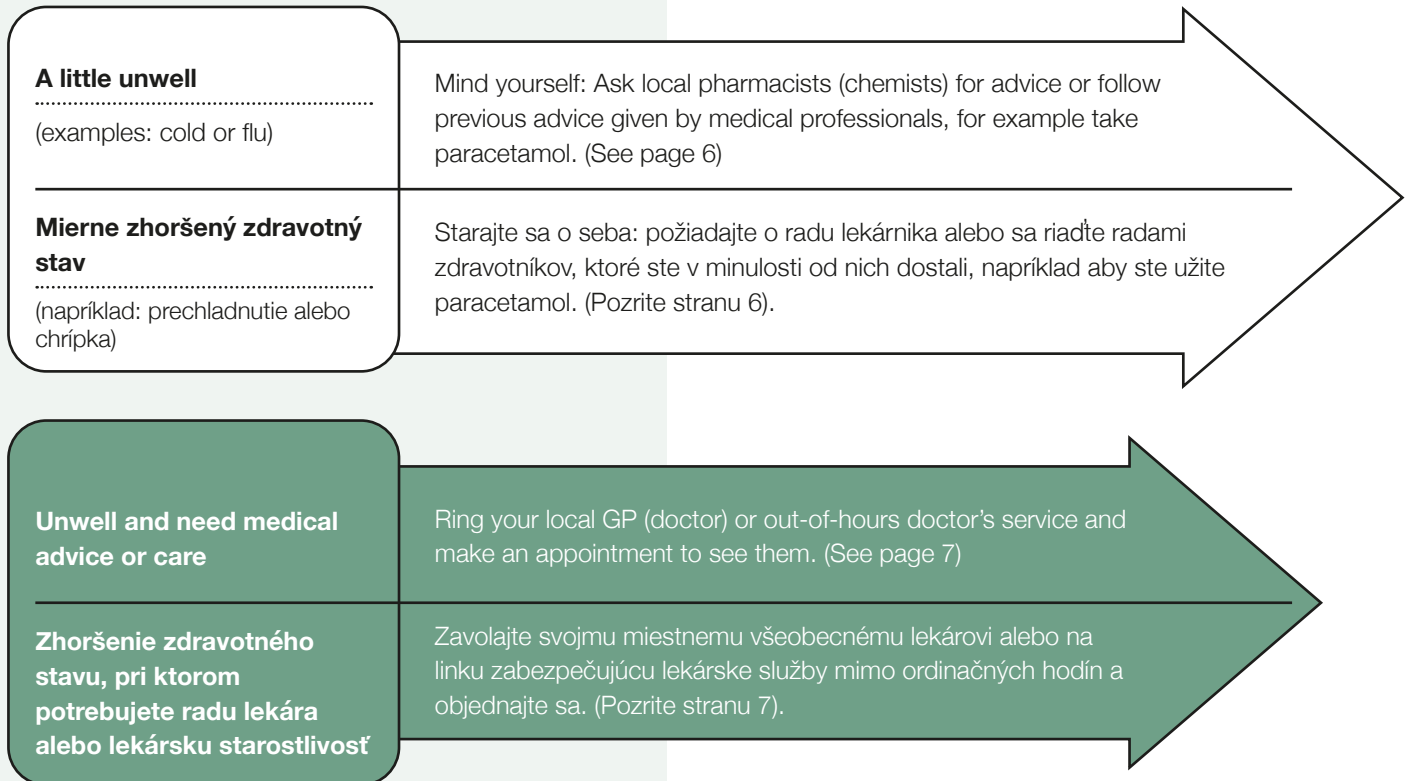
Pri prvej žiadosti o kartu alebo pri žiadosti o jej obnovu sa musíte uistiť, že ste uviedli všetky informácie, ktoré sa v žiadosti vyžadujú. Ak sa vaše údaje ako adresa, kontaktné údaje, zdravotný stav alebo finančná situácia zmenia, musíte o tom informovať zdravotníkov a zdravotné služby.

Pri kontrole, či máte na kartu nárok, vás z HSE požiadajú, aby ste súhlasili s tým, že budú kontaktovať aj iné ministerstvá.

To, či si budete môcť naďalej nechať kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, závisí od vašej osobnej, sociálnej a finančnej situácie a zdravotného stavu. To môže znamenať, že si kartu nebudete môcť nechať, ak si nájdete prácu alebo sa zlepší vaša finančná situácia.

### Čo mám robiť, keď mám zdravotný problém?

Závisí to od vážnosti vášho zdravotného stavu.



<b>Seriously unwell or have an unexpected or serious illness</b>	Ring your local GP (doctor) or out of hours doctor's service and make an appointment. You may then need to go to the emergency department or local injury unit. If you have an illness or injury that the GP cannot fully diagnose or treat, they will send you to a hospital. If they think that you need very urgent treatment, they will give you a referral letter for the Local Injury Unit (LIU) or hospital's emergency department (often called 'ED' or A and E). (See pages 7 and 12).
<b>Vážny zdravotný stav alebo nečakaná alebo vážna choroba</b>	Zavolajte svojmu miestnemu všeobecnému lekárovi alebo na linku zabezpečujúcu lekárske služby mimo ordinálnych hodín a objednajte sa. Možno budete musieť ísť na pohotovosť alebo na miestne úrazové oddelenie. Ak ste chorý alebo ste mali úraz a všeobecný lekár vás nevie úplne diagnostikovať alebo liečiť, pošle vás do nemocnice. Ak si myslí, že potrebujete bezodkladnú starostlivosť, dá vám odporúčanie na miestne úrazové oddelenie (Local Injury Unit - LIU) alebo na pohotovosť v nemocnici (často nazývanú „ED“ - emergency department alebo „A and E“ - accidents and emergency). (Pozrite stranu 7 a 12).
<b>If you suspect or have confirmed that you are pregnant or have recently had a baby.</b>	Once you suspect or have confirmed that you are pregnant you should contact your GP (doctor) who will refer you to the local Maternity unit / hospital. Maternity services are available to you for all of your regular check-ups as well as any concerns or pregnancy related emergencies you may have. Maternity care in Ireland is available free of charge to women living in Ireland.
<b>Ak máte podozrenie na tehotenstvo, potvrdené tehotenstvo alebo ste nedávno porodili</b>	Ak máte podozrenie na tehotenstvo alebo potvrdené tehotenstvo, mali by ste sa skontaktovať so svojim všeobecným lekárom, ktorý vás odporučí na miestne pôrodné oddelenie / do pôrodnice. Služby pre tehotné a rodičky sú vám k dispozícii počas všetkých pravidelných prehliadok, ako aj v prípade, že by ste mali počas tehotenstva problémy alebo bezodkladne potrebovali lekársku starostlivosť súvisiacu s vaším tehotenstvom. Bezplatná starostlivosť v tehotenstve a počas pôrodu je v Írsku k dispozícii všetkým ženám, ktoré žijú v Írsku.

The following pages give you more detail on each of the above options.

Na nasledovných stranách sa dozviete viac podrobností o jednotlivých vyššie uvedených možnostiach.

## A little unwell

You should take care of yourself or whoever you are looking after. Go to the pharmacist (chemist) and or look up further information on reliable websites (see 'Get more information' below on page 14).

### Take care of yourself and your loved ones

You can take care of yourself and others you may be looking after by:

- eating a healthy diet
- drinking plenty of water
- taking regular exercise
- wearing footwear and clothing suited to Irish weather

### Ask your local pharmacist (chemist) for advice

You can get free advice from your local pharmacist (chemist). You can also get medicine if you need it. (See pages 10-11.) A pharmacy is a shop where medicinal drugs are prepared and sold.

### Get more information

We have a very good website [www.undertheweather.ie](http://www.undertheweather.ie) Type in this address on the internet and you can get useful tips for looking after your health and treating common illnesses.

Medical staff will give you expert help if you need it.

## Mierne zhoršený zdravotný stav

Venujte starostlivosť sebe resp. niekomu, koho máte na starosti. Chodte do lekárne a/alebo si vyhladajte ďalšie informácie na spoľahlivých internetových stránkach (pozrite „Zistite si viac informácií“ na strane 14).

### Starajte sa o seba a o svojich blízkych

O seba alebo o iných, ktorých máte na starosti, sa môžete postarať tak, že budete/budú:

- jesť zdravú stravu,
- piť veľa vody,
- pravidelne cvičiť,
- nosiť oblečenie a obuv vhodné do írského počasia.

### Požiadajte o radu miestneho lekárника

V miestnej lekárni vám poradia bez toho, aby ste museli za to platiť. Môžete si tam kúpiť lieky, ak ich potrebujete. (Pozrite strany 10-11). Lekáreň je obchod, kde sa pripravujú a predávajú liečivá.

### Získajte viac informácií

Máme veľmi dobrú internetovú stránku [www.undertheweather.ie](http://www.undertheweather.ie). Keď zadáte túto stránku do internetového prehliadača, získate užitočné tipy, ako sa starať o svoje zdravie a liečiť bežné choroby.

Zdravotníci vám odborne poradia, keď to budete potrebovať.

## Unwell and need medical advice

If you feel that you need medical advice, you will need to go to see a GP (doctor). These are qualified **doctors** who work in the community.

### If you can, make an appointment to see them.

Normally, you need to make an **appointment** to see a GP. If you have a medical card, your visit to the GP will be **free**. Otherwise, you might have to pay about €50-€60 a visit. You can ask about the doctor's fee when you are making your appointment.

GPs deal with general health and medical problems. They can:

- **carry** out tests and diagnose what is wrong with you
- **treat** illnesses and minor injuries and advise you on how to recover
- **give** you a prescription – a document which allows chemists to provide medicines that are only available when a doctor says you need them
- **advise** you on mental health supports available if you've been feeling sad or worried about things

### What happens if the GP cannot fully diagnose or treat me?

If you have an illness or injury that the GP cannot fully diagnose or treat, they will send you to a hospital. If they think that you need urgent treatment, they will give you a referral letter for the hospitals Local Injury Unit (LIU) or emergency department (often called 'ED' or A and E).

If your case is not urgent but you need expert treatment, your GP will give you a **letter or send a letter to the hospital** to get an appointment with a medical specialist – usually a specialist hospital doctor who can provide the right advice and treatment, but there may be a wait time for this appointment. This visit will be free if you have a medical card.

## Zhoršenie zdravotného stavu, pri ktorom potrebujete radu lekára

Ak máte pocit, že potrebujete radu lekára, budete musieť ísť k všeobecnému lekárovi. Ide o kvalifikovaných **lekárov**, ktorí pracujú v rámci komunity.

### Ak sa vám dá, objednajte sa k nemu.

Je bežné, že sa musíte k všeobecnému lekárovi **objednať**. Ak máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, návšteva všeobecného lekára bude **zadarmo**. Inak budete zrejme musieť zaplatiť približne €50-€60 za návštevu. Na poplatok sa môžete lekára spýtať, keď sa budete k nemu objednávať.

Všeobecní lekári sa zaoberajú bežnými zdravotnými problémami. Môžu:

- **vám urobiť** vyšetrenia a určiť diagnózu, čo vám je,
- **liečiť** choroby, ošetrovať drobné poranenia a poradiť vám, ako sa zotaviť,
- **dať** vám recept – dokument, ktorý umožní lekárnikom, aby vám vydali lieky, ktoré sú dostupné len vtedy, ak sa lekár vyjadrí, že ich potrebujete,
- **poradiť** vám, aké druhy psychickej podpory máte k dispozícii, ak dlhšie pociťujete smútok alebo máte z niečoho obavy.

### Čo sa bude diať, ak mi všeobecný lekár nebude vedieť presne určiť diagnózu alebo ma liečiť?

Ak ste chorý alebo ste mali úraz a všeobecný lekár vás nevie úplne diagnostikovať alebo liečiť, pošle vás do nemocnice. Ak si myslí, že potrebujete bezodkladnú starostlivosť, dá vám odporúčanie na miestne úrazové oddelenie v nemocnici (Local Injury Unit - LIU) alebo na pohotovosť v nemocnici (často nazývanú „ED“ - emergency department alebo „A and E“ - accidents and emergency).

Ak váš prípad nie je urgentný, ale potrebujete liečbu špecialistu, všeobecný lekár vám dá **list alebo ho pošle nemocnici a v ňom požiada**, aby vás objednali k špecialistovi – väčšinou k špecializovanému lekárovi v nemocnici, ktorý vám bude vedieť správne poradiť a liečiť vás, ale na takéto vyšetrenie možno budete musieť čakať. Ak máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, za túto návštevu nebudete platiť.



In Ireland, health care professionals like doctors try to see patients most in need of medical attention first. Health care professionals decide who needs treatment the most. This means that you may have to wait to be seen. If you do not speak English, ask if you can get an interpreter.

### What if I am pregnant?

If you suspect you are pregnant or are pregnant, you can contact your local Maternity unit/ hospital for advice or attend in person depending on the situation.

Your GP (doctor) will refer you to the local Maternity unit/ hospital who will offer you regular appointments with Midwives and Obstetricians. The Maternity unit/hospital will be able to arrange for interpreter services to be available to you for your appointments. You will Maternity services are available free of charge to women who are living in Ireland.

If you have any urgent concerns regarding your pregnancy you should attend local Maternity service without delay. This may include

- Bleeding for your vagina
- You are leaking fluid from your vagina
- Have observed a change or reduction in your baby movements.
- Are experiencing headaches / blurred vision/heartburn
- Are known to have a high risk pregnancy
- Signs of labour.

### What do I need to tell my GP (doctor)?

Before your GP can treat you, they will need to ask you questions about your general health and medical history.

The doctor will ask you questions about:

- other illnesses and injuries you had
- how they were treated
- any allergies you may have
- what medications you take

Please answer all the questions the GP asks you. This will help them to make the correct diagnosis and decide on the right treatment.

Zdravotníci v Írsku, ako napríklad lekári, sa snažia vyšetriť ako prvých tých pacientov, ktorí ich pozornosť potrebujú najviac. O tom, kto liečbu potrebuje najviac, rozhodujú zdravotníci. To znamená, že možno budete musieť na vyšetrenie čakať. Ak nehovoríte po anglicky, opýtajte sa, či vám môžu poskytnúť tlmočníka.

### Čo ak som tehotná?

Ak máte podozrenie, že ste tehotná, alebo ste tehotná, môžete sa skontaktovať s miestnym pôrodným oddelením/pôrodnicou, aby vám poradili, alebo tam môžete zájsť osobne, podľa toho, o akú situáciu ide.

Váš všeobecný lekár vás odporučí na miestne pôrodné oddelenie/do pôrodnice, kde vám ponúknu pravidelné prehliadky u pôrodných asistentiek a pôrodníkov. Pôrodné oddelenie/pôrodnica vám budú vedieť zabezpečiť, aby ste mali počas prehliadok k dispozícii tlmočnicke služby. Služby pre tehotné a rodičky sú pre ženy žijúce v Írsku zadarmo.

Ak máte urgentný problém týkajúci sa tehotenstva, mali by ste sa okamžite dostať k poskytovateľovi služieb pre tehotné a rodičky v mieste vášho bydliska. Môže sa jednať napríklad o to, že:

- krvácate z vagíny,
- z vagíny vám vyteká tekutina,
- všimli ste si, že pohyby bábätká sú iné alebo menej časté,
- bolí vás hlava, vidíte rozmazane, páli vás záha,
- viete, že máte vysokorizikové tehotenstvo,
- máte príznaky pôrodu.

### Čo musím povedať svojmu všeobecnému lekárovi?

Aby vás váš všeobecný lekár mohol liečiť, bude sa vás musieť opýtať na váš celkový zdravotný stav a vašu zdravotnú anamnézu.

Lekár sa vás opýta:

- aké iné choroby a úrazy ste mali,
- ako boli liečené,
- či máte nejaké alergie a ak áno, aké,
- aké lieky užívate.

Prosíme vás, aby ste všeobecnému lekárovi odpovedali na všetky otázky, ktoré sa vás opýta. Vďaka tomu vám bude môcť určiť správnu diagnózu a rozhodnúť o správnej liečbe.

You should bring your medical card with you to the GP and, if you think it will help the doctor, any further medical information or records.

### Do I need an appointment to see the GP?

In most situations, yes, as most GPs use an appointment system. Appointments are usually made for one family member only. If you need the GP to see two or more people, then you need to arrange more than one appointment.

Some clinics/doctors offer walk-in clinics.

It is very important to go to the appointment.

### What happens if I can't go to the appointment?

If you are offered a medical appointment and do not turn up, **you may not be offered another appointment.** You must be on time for appointments.

If you cannot go to your appointment, please tell the clinic/doctor so that your appointment can be given to another person. You can telephone the clinic/doctor to say that you can't attend. If you still need to see a doctor, you can make another appointment.

When illness or injury needs to be investigated, a GP may do medical tests. Depending on the results, they might send you to a specialist doctor in a hospital. Treatment by a specialist is based on medical need.

### Important

There is a **waiting list** to see most medical specialists and this may mean that you will have to wait for a long time before they see you.

### When are GP surgeries open?

GP services are usually open from 9am to 6pm.

Outside of these times, GP services are available for emergency consultations in **most** towns after 6pm. These services are called "out of hours". You may wish to check with your local service where and when you can access their surgery and arrangements for out of hours. You can use this out of hours service if you need to see a doctor urgently in the evening or at weekends.

The out of hours service is for urgent medical care only. Your GP will have their out of hours information on the answer machine if you ring them outside normal clinic hours. This service is usually between 6pm and 8am Monday to Friday and 24 hours on Saturdays, Sundays and Bank Holidays.

K všeobecnému lekárovi by ste si mali zobrať kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti a aj iné lekárske informácie alebo záznamy, ak si myslíte, že lekárovi pomôžu.

### Potrebujem sa k všeobecnému lekárovi objednať?

Vo väčšine prípadov áno, keďže väčšina všeobecných lekárov využíva systém objednávaní pacientov. Jeden termín väčšinou slúži len pre jedného člena rodiny. Ak potrebujete ísť k všeobecnému lekárovi dvaja alebo viacerí, musíte si rezervovať viac ako jeden termín.

Niektoré poradne/niektorí lekári ponúkajú poradne, na ktoré sa netreba objednávať, stačí len prísť.

Je veľmi dôležité, aby ste na svoj termín vyšetrenia prišli.

### Čo sa stane, keď nebudem môcť prísť na vyšetrenie?

Ak vám ponúknu termín lekárskeho vyšetrenia a vy naň neprídete, **nemusia vám ponúknuť ďalší termín.** Na vyšetrenia musíte chodiť načas.

Ak nemôžete prísť na vyšetrenie, upovedomte o tom poradňu/lekára, aby mohli váš termín prideliť niekomu inému. Na poradňu/lekárovi môžete zatelefonovať a povedať, že nemôžete prísť. Ak ešte stále potrebujete navštíviť lekára, môžete sa objednať na iný termín.

Keď je potrebné vyšetriť chorobu alebo poranenie podrobnejšie, môže vám všeobecný lekár urobiť lekárske vyšetrenia alebo testy. V závislosti od ich výsledkov vás môže poslať k špecialistovi, ktorý pracuje v nemocnici. Liečba špecialistov je dostupná na základe toho, ako veľmi ju pacienti potrebujú.

### Dôležité

K väčšine špecialistov existuje **zoznam čakateľov** na termín. To môže znamenať, že na vyšetrenie budete musieť dlho čakať.

### Kedy sú otvorené ambulancie všeobecných lekárov?

Všeobecní lekári obvyčajne ordinujú od 9 do 18 hod.

Mimo týchto časov, po 18-tej hodine, sú služby všeobecných lekárov dostupné **vo väčšine** miest vo forme konzultácií pre núdzové prípady. Tieto služby sa nazývajú „služby mimo ordinačných hodín“ („out of hours“). Možno by ste si mali skontrolovať u svojho miestneho poskytovateľa služieb, kde a kedy viete využiť služby ich ambulancie a ako poskytujú služby mimo ordinačných hodín. Tieto služby mimo ordinačných hodín môžete využiť v prípade, že potrebujete urgentne navštíviť lekára večer alebo cez víkendy.

The out of hours service does not provide routine clinic appointments and, if your medical issue is not urgent, you should make an appointment with your GP during normal clinic hours.

### What happens when I ring a GP out of hours service?

When you ring the out of hours service in your area, a receptionist will take your personal details.

Your call will be referred to a nurse who will ring you back.

The nurse will decide if you need over the phone nursing advice, an appointment with a GP, a house call, a referral to a hospital emergency department, or an ambulance.

Clinical decisions or treatments made by the out of hours service are noted in your record and the information is sent to your GP to make sure your treatment is followed up if needed.

### Is it okay if I ask questions?

Yes, when you go to see your GP or any other health care professional, **it is very important that you ask any questions about your medication or treatment before you leave.** They will be happy to answer your questions.

Služby mimo ordinačných hodín poskytujú len urgentnú zdravotnú starostlivosť. Keď zavoláte svojmu všeobecnému lekárovi mimo bežných ordinačných hodín, bude mať informácie o službách mimo ordinačných hodín uvedené v odkazovej schránke. Tieto služby sú obvyčajne dostupné od 18 do 8 hod. v pondelok až v piatok a 24 hodín počas sobôt, nedeľ a štátnych sviatkov.

Poskytovatelia služieb mimo ordinačných hodín nerobia pravidelné, bežné vyšetrenia a ak nemáte urgentný zdravotný problém, mali by ste sa objednať k svojmu všeobecnému lekárovi počas normálnych ordinačných hodín.

### Čo bude nasledovať, keď zavolám poskytovateľovi služieb všeobecného lekára mimo ordinačných hodín?

Keď zavoláte službu fungujúcej mimo ordinačných hodín vo vašej oblasti, recepčná vás požiada o vaše osobné údaje.

Váš hovor bude presmerovaný na zdravotnú sestru, ktorá vám zavolá späť.

Zdravotná sestra rozhodne, či potrebujete radu od zdravotnej sestry po telefóne, vyšetrenie u všeobecného lekára, návštevu doma, odporúčanie na pohotovosť v nemocnici alebo sanitku.

Rozhodnutia týkajúce sa vás ako pacienta alebo liečby, ku ktorým dospeli poskytovatelia služby mimo ordinačných hodín, sa zaznamenajú do vašich záznamov a tieto informácie sú zaslané vášmu všeobecnému lekárovi, aby bolo isté, že bude pokračovať v liečbe, keby to bolo potrebné.

### Môžem sa pýtať otázky?

Áno, keď pôjdete k všeobecnému lekárovi alebo inému zdravotníkovi, **je veľmi dôležité, aby ste sa ich opýtali, čo chcete, skôr ako odídete, ak máte otázky týkajúce sa liekov alebo liečby.** Radi odpovedia na vaše otázky.

## Three useful questions you should ask:

## Toto sú tri užitočné veci, na ktoré by ste sa mali opýtať:

<b>What is my main problem?</b>	<b>Aký hlavný problém mám?</b>
<b>What do I need to do?</b>	<b>Čo mám robiť?</b>
<b>Why is it important for me to do this?</b>	<b>Prečo je dôležité, aby som urobil danú vec?</b>
(Taken from Ask Me 3®)	(Prebraté zo vzdelávacieho programu Ask Me 3® - Opýtaj sa ma tri veci.)



If your GP (doctor) prescribes you medicine, take the prescription (short document) to a pharmacy - also called chemist - to get your medicine.

Ak vám všeobecný lekár predpíše liek, choďte s receptom (s krátkym dokumentom) do lekárne, aby ste si liek vybrali.

### Where do I get medicines?

You get medicines at your local **pharmacy** (chemist). A pharmacy is a shop where medicinal drugs are prepared and sold. A lot of medicines need a prescription from a GP (doctor). Pharmacists can provide information on other 'over the counter' medicines that don't need to be prescribed. Pharmacies are usually marked outside by the sign showing a green cross.



### Kde si môžem zadovážiť lieky?

Lieky dostanete v miestnej **lekárni**. Lekáreň je obchod, kde sa pripravujú a predávajú liečivá. Na veľa liekov potrebujete recept od všeobecného lekára. Lekárnici vám vedľa poskytnúť informácie o iných liekoch, „na voľný výdaj“, ktoré nie je potrebné predpisovať. Lekárne sú väčšinou označené zvonku symbolom zeleného kríža.

## Ask

## Paklauskite

<p>If you have a prescription, ask your pharmacist (chemist) the following questions:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How much medicine do I need to take?</li> <li>• How often do I need to take it?</li> <li>• Should I take the medicine with food or before I eat?</li> <li>• What, if any, are the side effects of taking the medicine?</li> <li>• Where should I keep the medicines (in a fridge or a cool dark place)?</li> </ul>	<p>Ak vám bol vydaný recept, spýtajte sa lekárnika nasledovné otázky:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aké množstvo lieku musím užívať?</li> <li>• Ako často ho musím užívať?</li> <li>• Mám užiť liek s jedlom alebo pred jedlom?</li> <li>• Má užívanie lieku nejaké vedľajšie účinky a aké?</li> <li>• Kde mám lieky uchovávať (v chladničke alebo na chladnom tmavom mieste)?</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## Tell:

Make sure you tell the pharmacist (chemist) **if** you:

- are taking any other medicines or herbal supplements
- have allergies
- have any medical conditions, are pregnant or think that you might be pregnant

### Basic medicines and supplies

At the pharmacy, you can buy basic medicines and supplies like:

- paracetamol
- cough medicine, and bandages without a doctor's prescription
- you may find it useful to keep a small supply of over the counter medications to treat minor illnesses like paracetamol

### Antibiotics

There are strict rules about prescribing antibiotic medication, and these can **only** be prescribed by a medical doctor or GP. Your pharmacist (chemist) will not let you have antibiotics unless you have a prescription.

### Never share or exchange medicines

Never share or exchange prescription medicines with others. Prescription medicines are **only** to be used by the patient they have been prescribed for.

### Do I have to pay for medicines that are prescribed?

With a medical card you do not pay the full price for medicines that have been prescribed for you. If you moved from an Accommodation Centre to your home and have a medical card, you have to pay the Government fee per medicine. **You must bring your medical card with you to the pharmacy, along with the money to pay the fee for each of the items prescribed.**

If you live in an Accommodation Centre, you may not have to pay these charges. However, if you lived in an Accommodation Centre and move to your home, you must pay the charges.

## Povedzte:

Ak sa vás to týka, určite sa lekárnikovi zmieňte **o tom**, že:

- beriete iné lieky alebo rastlinné doplnky,
- máte alergie,
- máte nejaký zdravotný problém, ste tehotná alebo si myslíte, že by ste mohli byť tehotná.

### Základné lieky a zdravotnícke potreby

V lekárni si môžete kúpiť základné lieky a zdravotnícke potreby, ako napríklad:

- paracetamol
- lieky na kašeľ a obväzy bez lekárskeho predpisu,
- možno budete považovať za užitočné spraviť si menšiu zásobu liekov na voľný výdaj na liečbu ľahších chorôb, napríklad paracetamolu.

### Antibiotiká

Pre predpisovanie antibiotík platia prísne pravidlá. Môže ich predpisovať **len** lekár alebo všeobecný lekár. Lekárnik vám nevydá antibiotiká, iba ak ich budete mať predpísané.

### Nikdy sa o lieky nedel'te, ani si ich nevymieňajte

Nikdy sa s nikým nedel'te o svoje predpísané lieky, ani si ich s nikým nevymieňajte. Predpísané lieky má užívať **len** pacient, ktorému boli predpísané.

### Musím za predpísané lieky platiť?

Ak máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, nemusíte zaplatiť za predpísané lieky plnú sumu. Ak ste sa presťahovali z pobytového zariadenia do vlastného ubytovania a máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, musíte uhradiť štátny poplatok za lieky.

**Kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti si musíte priniesť do lekárne, rovnako ako aj peniaze na zaplatenie poplatku za každú predpísanú položku.**

Ak žijete v pobytovom zariadení, možno nebudete musieť platiť tieto poplatky. Ak ste však žili v pobytovom zariadení a presťahovali ste sa do svojho vlastného ubytovania, musíte tieto poplatky zaplatiť.

## Seriously unwell or get an unexpected serious illness

Only go to the emergency department in a hospital if you are:

- seriously unwell
- unexpectedly seriously unwell
- have a serious injury and are unable to get to a GP in time

The emergency department will only treat you if you have one of these situations. You must go to your GP (doctor) for all other treatments.

If you have an emergency and are in immediate danger, read Part 3 on page 18.

### If you are not in immediate danger, go to your doctor

If you are not in immediate danger, do not go to the emergency department unless your GP tells you to and gives you a letter for the hospital staff.

If you go to the emergency department for a non-emergency, expect a very long wait. Staff in the emergency department will work first with patients who need emergency treatment.

Most medical issues can be dealt with by your GP or the GP out of hours service (after 6pm service).

## Vážny zdravotný stav alebo nečakaná vážna choroba

Na pohotovosť v nemocnici chodíte, len ak ste:

- vo vážnom zdravotnom stave,
- nečakane vo vážnom zdravotnom stave,
- vážne zranený a nedokážete sa dostať k včas k všeobecnému lekárovi.

Na pohotovosti vás ošetrí, len ak pre vás platí jeden z opísaných stavov. Kvôli akejkoľvek inej liečbe musíte ísť k vášmu všeobecnému lekárovi.

Ak ide o núdzový stav a hrozí vám okamžité nebezpečenstvo, prečítajte si časť 3 na strane 18.

### Ak vám nehrozí okamžité nebezpečenstvo, chodte k svojmu lekárovi

Ak vám nehrozí okamžité nebezpečenstvo, nechodte na pohotovosť, len ak vás tam pošle váš všeobecný lekár a dá vám list pre zamestnancov nemocnice.

Ak pôjdete na pohotovosť a nepôjde o núdzový stav, očakávajte, že budete veľmi dlho čakať. Zamestnanci pohotovosti ošetrí ako prvých tých pacientov, ktorí potrebujú urgentnú liečbu.

Väčšinu zdravotných problémov vie vyriešiť váš všeobecný lekár alebo služby všeobecného lekára mimo ordinačných hodín (služby fungujúce po 18 hod.).

## Part 2: Specialist Services

This part of this guide gives you information about specialist services (dental treatments, eye tests, hearing aids, vaccinations). It also tells you about staff you may meet in the health system.

### How do I get dental care?

If **your teeth** need attention, you can use the adult dental scheme run by the HSE (provided by the HSE for free if you have a medical card). It covers a limited range of treatments. To check what is available, you will need to visit a dentist's surgery in your area.

The website [www.hse.ie/eng/services/maps](http://www.hse.ie/eng/services/maps) will help you find a nearby dentist.

You may have to pay for some dental treatment. However, many dentists offer payment plans to help you spread the payments out.

### Children's services

All children up to 16 years of age can access emergency dental clinics in the HSE Dental Service.

For advice on how to access emergency treatment, please contact your local clinic.

Some clinics have a walk in service and for others you need to make an appointment to examine their teeth.

Children in primary schools will usually be offered an appointment in 2nd, 4th and 6th class. Any necessary treatment will be provided. They will also be referred to specialist teeth services (orthodontic services) if needed and they qualify for these services.

### How do I know if my dentist provides services for medical card holders?

A list of dentists who treat the holders of medical cards is available from your local health centre, Citizens Information centre or library. It is likely that the dentist you go to will be on the list.

## Časť 2: Špecializované služby

V tejto časti príručky zistíte informácie o špecializovaných službách (zubných ošetrovaniach, vyšetreniach zraku, načúvacích prístrojoch, očkovaniach). Takisto sa dozviete o zamestnancoch, s ktorými sa môžete stretnúť v systéme zdravotnej starostlivosti.

### Ako sa dostanem k zubnému ošetrovaniu?

Ak potrebujete **zubné** ošetrovanie, môžete využiť program dentálnej starostlivosti pre dospelých, ktorý prevádzkuje HSE (poskytuje ho bezplatne, ak máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti). Pokrýva obmedzené množstvo výkonov. Ak chcete zistiť, čo je vám k dispozícii, budete musieť navštíviť zubnú ambulanciu vo vašom okolí.

Internetová stránka

[www.hse.ie/eng/services/maps](http://www.hse.ie/eng/services/maps) vám pomôže pri hľadaní zubára nachádzajúceho sa vo vašej blízkosti.

Za niektoré výkony, ktoré sú súčasťou zubného ošetrovania, možno budete musieť platiť. Veľa zubárov však ponúka možnosť platieb na splátky, čím vám pomôžu rozložiť si platby v čase.

### Služby pre deti

V rámci dentálnych služieb HSE môžu chodiť všetky deti do veku 16 rokov do pohotovostných zubných ambulancií.

Ak potrebujete poradiť, ako sa dostať k núdzovému ošetrovaniu, obráťte sa na svoju miestnu ambulanciu.

Niektoré ambulancie robia zubné ošetrovania bez objednania, do iných sa musí objednávať.

Deti na základnej škole väčšinou dostanú termín v 2., 4. a 6. ročníku. Bude im poskytnutá všetka nevyhnutná liečba. Budú odporúčené aj k zubným špecialistom (čelustným ortopédom), ak to budú potrebovať a budú mať nárok na dané služby.

### Ako zistím, či môj zubár poskytuje služby držiteľom kariet bezplatnej zdravotnej starostlivosti?

Zoznam zubárov, ktorí ošetrojú držiteľov kariet bezplatnej zdravotnej starostlivosti, vám dajú vo vašom miestnom zdravotnom centre, v občianskom informačnom centre alebo v knižnici. Je pravdepodobné, že zubár, ku ktorému chodíte, bude na danom zozname.

## How do I get treatment for eye problems?

If you are an adult with a medical card, you are entitled to a free eye test with an optician and a review appointment every 2 years.

If the optician decides you need glasses, you are entitled to a free new pair every 2 years if you have a medical card. If you are a medical card holder and are concerned about your eyesight, contact your local health centre to make an appointment with an optician.

If you are worried about your child's vision or their eyes, and they are:

- in pre-school - contact the public health nurse or GP
- in primary school - contact the school nurse or GP. School screening happens in junior infants and for all new entrants. They may send your child to a special eye doctor (an Ophthalmologist).
- in secondary school - contact your GP

In an emergency, contact your GP / out of hours service / Emergency Department.

## Hearing aids

Medical card holders are entitled to free hearing aid services from the HSE. If you want to get a hearing aid on your medical card, you must get your GP to sign a form saying you need one. You will need a full medical card, as you cannot claim a free hearing aid on a GP only card.

## Aids and appliances

The HSE provides a wide range of medical and surgical aids and appliances, such as wheelchairs and walking aids. These are free of charge to medical card holders and people on the Long Term Illness Scheme. You need to be assessed by a relevant health professional.

Each Community Healthcare Organisation (CHO) uses the same way to give funding for medical and surgical appliances. Sometimes, you may be put on a waiting list for appliances as this service is very popular.

## Ako sa dostanem k liečbe očných problémov?

Ak ste dospelý držiteľ karty bezplatnej zdravotnej starostlivosti, máte nárok na bezplatné vyšetrenie zraku u optika a na kontrolu každé 2 roky.

Ak optik rozhodne, že potrebujete okuliare a máte kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, máte každé 2 roky nárok na nové okuliare zadarmo. Ak ste držiteľom karty bezplatnej zdravotnej starostlivosti a máte obavy o svoj zrak, obráťte sa na svoje miestne zdravotné centrum a objednajte sa k optikovi.

Ak máte obavy o oči alebo zrak svojho dieťaťa a dieťa chodí:

- Do škôlky - kontaktujte zdravotnú sestru so zameraním na zdravie verejnosti alebo všeobecného lekára.
- Na základnú školu - kontaktujte školskú zdravotnú sestru alebo všeobecného lekára. Školský skrining sa koná v prvom prípravnom ročníku základnej školy (junior infants) a týka sa všetkých žiakov, ktorí nastúpili do školy. Vaše dieťa môže byť odoslané k očnému špecialistovi (oftalmológovi).
- Na strednú školu - obráťte sa na svojho všeobecného lekára.

V urgentných prípadoch sa obráťte na svojho všeobecného lekára/služby mimo ordinačných hodín/pohotovosť.

## Načúvacie prístroje

Držitelia kariet bezplatnej zdravotnej starostlivosti majú nárok na bezplatné služby HSE týkajúce sa načúvacích prístrojov. Ak si chcete vybaviť načúvací prístroj na kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, všeobecný lekár vám musí podpísať formulár, v ktorom sa vyjadrí, že ho potrebujete. Potrebujete kartu bezplatnej zdravotnej starostlivosti, pretože bezplatný načúvací prístroj si nemôžete nárokovať na kartu bezplatnej starostlivosti všeobecného lekára.

## Pomôcky a prístroje

HSE poskytuje veľký rozsah zdravotných pomôcok a prístrojov, napríklad invalidných vozíkov a chodítok. Pre držiteľov kariet bezplatnej zdravotnej starostlivosti a osoby uznané ako dlhodobo choré sú zadarmo. Váš stav musí posúdiť príslušný zdravotník.

Každá Komunitná organizácia zdravotnej starostlivosti (Community Healthcare Organisation - CHO) financuje zdravotné pomôcky rovnakým spôsobom. Niekedy musíte na pomôcky čakať v poradovníku, pretože táto služba je veľmi obľúbená.



### How do I or my children get vaccines we need?

Vaccinations can help to protect you and your family against certain diseases. You can discuss any questions or concerns with your GP or public health nurse. Vaccines need to be given when your child is at the right age so as to protect them.

It is important your children get their vaccines on time to protect them and other children who are too young to be fully vaccinated.

Your child needs to get vaccines at the right age to protect them. They need a number of vaccines - not just one. If your child got vaccinated before you moved to Ireland, speak to your doc.

Pregnant women should get the flu vaccine and the pertussis vaccine to protect them against flu and whooping cough.

You will be asked to consent to receive (get) vaccinations for yourself and any children under the age of 16 in your care.

Vaccinations for children are free.

### What is consent?

You will also be asked to give informed consent (agreement) for surgery and treatment. You need to understand your choices and what it means to consent to have a procedure, treatment or vaccine. Please ask medical staff to explain in detail what consent means for different procedures and treatments.

### What if I don't speak English?

If you don't speak English, please tell the medical staff and ask if an interpreter can be arranged for you.

### Ako sa ja alebo moje deti dostaneme k vakcínam, ktoré potrebujeme?

Očkovanie pomáha chrániť vás a vašu rodinu proti určitým chorobám. Ak máte akékoľvek otázky alebo obavy, môžete sa o nich porozprávať so svojim všeobecným lekárom alebo so zdravotnou sestrou so zameraním na zdravie verejnosti. Vakcíny musia byť dieťaťu podané v konkrétnom veku, aby ho chránili.

Je dôležité, aby bolo vaše dieťa očkované včas, aby vakcíny chránili jeho a ostatné deti, ktoré sú primálne na to, aby mali kompletné očkovania.

Vaše dieťa musí byť očkované v konkrétnom veku, aby bolo chránené. Potrebuje niekoľko vakcín - nie len jednu. Ak bolo vaše dieťa očkované skôr, ako ste sa prisťahovali do Írska, porozprávajte sa o tom s vaším lekárom.

Tehotné ženy by mali dostať vakcínu proti chrípke a vakcínu proti čiernemu kašľu, aby boli chránené proti chrípke a čiernemu kašľu.

K vášmu očkovaniu alebo k očkovaniu vášho dieťaťa mladšieho ako 16 rokov, o ktoré sa staráte, budete musieť udeliť súhlas.

Očkovania detí sú bezplatné.

### Čo je súhlas?

Informovaný súhlas (povolenie) budete musieť udeliť aj k operácii a liečbe. Musíte rozumieť tomu, aké možnosti máte a čo znamená udeliť súhlas k výkonu, liečbe alebo očkovaniu. Požiadajte zdravotníkov, aby vám podrobne vysvetlili, čo znamená súhlas k jednotlivým výkonom a druhom liečby.

### Čo ak nehovorím po anglicky?

Ak nehovoríte po anglicky, povedzte to, prosím, zdravotníkom a opýtajte sa ich, či by vám nemohli zabezpečiť tlmočníka.

### In Case of Emergency (ICE)

Health care staff will ask you to provide contact details for:

- your spouse or a family member or
- a person you know that they can contact if you need help

In an emergency, we will ask you for these contact details. We keep this information in our records. We treat this information as private and confidential. In case of emergency (ICE) contacts should be adults you know and trust.

- Please put an ICE contact number on the contacts list in your mobile phone.
- Consider keeping the following text message on your phone in English for medical appointments:

**My name is** \_\_\_\_\_

**My date of birth is** \_\_\_\_\_

**I speak Arabic (or another language), and I need an interpreter please.**

**(If I cannot speak) please contact the following person:** \_\_\_\_\_

**Relationship:** \_\_\_\_\_

**Location (address):** \_\_\_\_\_

**Phone / email details:**  
\_\_\_\_\_

You may also find it useful to put this message in your phone in English in case you get lost:

**Hi, my name is** \_\_\_\_\_

**I am new to Ireland and I am lost.**

**My address is** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**My eircode is:** \_\_\_\_\_

### V prípade núdze (In case of emergency - ICE)

Zdravotníci vás požiadajú, aby ste uviedli kontaktné údaje:

- svojho manžela/manželky alebo príbuzného alebo
- osoby, o ktorej viete, že ju môžu kontaktovať, keby ste potrebovali pomoc.

V prípade núdze vás požiadame o tieto kontaktné údaje. Tieto údaje uchováваме v našich záznamoch. Tieto údaje považujeme za súkromné a dôverné. Núdzovými (ICE) kontaktmi by mali byť dospelí, ktorých poznáte a ktorým dôverujete.

- Prosíme vás, aby ste si zadali núdzový kontakt do zoznamu kontaktov v mobilnom telefóne.
- Zvážte, či si kvôli návštevám lekárov nebudete uchovávať v mobilnom telefóne túto SMS správu v angličtine:

**Volám sa** \_\_\_\_\_

**Narodil/a som sa dňa** \_\_\_\_\_

**Hovorím po arabsky (alebo iným jazykom) a potrebujem tlmočníka.**

**(Ak nebudem vedieť hovoriť), obráťte sa, prosím, na nasledovnú**

**osobu:** \_\_\_\_\_

**Vzťah ku mne:** \_\_\_\_\_

**Bydlisko (adresa):** \_\_\_\_\_

**Telefón / email:** \_\_\_\_\_

Možno by bolo vhodné dať si do telefónu aj túto správu v angličtine, keby ste sa stratili:

**Ahoj, volám sa** \_\_\_\_\_

**Do Írska som prišla len nedávno a stratila som sa.**

**Bývam na adrese** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Moje PSČ je:** \_\_\_\_\_

## What other health professionals might I meet?

When you use our health system, you will meet doctors, pharmacists and other professionals:

- Occupational therapists
- Physiotherapists
- Public health nurses.

(see below for details of what these people do)

## Occupational therapists and physiotherapists

If you have difficulty standing, walking or moving, or if you are recovering from an injury, you will likely get an appointment with an **occupational therapist or physiotherapist**.

## Public health nurse

A public health nurse may come to see you or make an appointment at a local clinic. Public health nurses mainly look after:

- babies and children
- new mothers
- older people

If you get a visit from a public health nurse, community general nurse or an occupational therapist, this is usually as a result of your name being given to them by the HSE following your visit to a GP or hospital. You can get more information about these services from your local HSE health centre, your GP or online at:

[hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare](https://www.hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare)

## S akými inými zdravotníkmi sa môžem stretnúť?

Keď budete využívať náš systém zdravotnej starostlivosti, stretnete sa s lekármi, lekárnikmi a inými odborníkmi:

- ergoterapeutmi (occupational therapists),
- fyzioterapeutmi,
- zdravotnými sestrami so zameraním na zdravie verejnosti (public health nurses).

(Nižšie nájdete podrobnosti o tom, čo títo ľudia robia.)

## Ergoterapeuti a fyzioterapeuti

Ak máte ťažkosti so státím, chodením alebo pohybom, alebo ak sa zotavujete zo zranenia, pravdepodobne dostanete termín u **ergoterapeuta alebo fyzioterapeuta**.

## Zdravotná sestra so zameraním na zdravie verejnosti

Zdravotná sestra so zameraním na zdravie verejnosti vás môže prísť navštíviť, alebo vás môže objednať do miestnej poradne. Zdravotné sestry so zameraním na zdravie verejnosti sa starajú hlavne o:

- bábätká a deti,
- ženy, ktorým sa nedávno narodilo dieťa,
- starých ľudí.

Ak vás navštívi zdravotná sestra so zameraním na zdravie verejnosti, komunitná všeobecná sestra alebo ergoterapeut, je to zväčša preto, lebo im o vás povedalo HSE po tom, ako ste boli u svojho všeobecného lekára alebo v nemocnici. Viac informácií o týchto službách môžete získať od svojho miestneho zdravotného centra HSE, od svojho všeobecného lekára alebo online na adrese: [hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare](https://www.hse.ie/eng/services/list/2/PrimaryCare).

## Part 3: What to do in an emergency

### What do I do in an emergency?

In an emergency, you have two choices. You can:

- ring 999 or 112 (it's a free phone call) and ask for an ambulance or
- go to your nearest emergency department in the hospital
- If you have an emergency related to pregnancy, you should contact or go directly to your local Maternity unit/hospital

#### 1. Ring for help (999 or 112)

If you ring one of these numbers, you can call for an ambulance. These numbers can also be used to call the gardaí (police), fire service, lifeboat, coastal and mountain rescue services.

Try and have the following information ready when you speak to the emergency call operator:

- name of sick or injured person and their date of birth
- a description of what is wrong with the person (type of injury), any medical conditions or allergies that you know of
- where you are and your eircode (if you know it)

If you can, tell the ambulance people the name of the person's GP and a list of medications the person is taking.

Don't worry if you can't do this.

When you ring emergency services, the staff there will ask you to stay 'on the line' (this means stay on the phone) and, if they think it helps, they will tell you what to do.

The operator on the emergency services phone line may also be able to provide an interpreter if you need one.

Sometimes a rapid response person (a person with medical training to help you) may arrive to offer help before the ambulance arrives.

## Časť 3: Čo robiť v prípade núdze

### Čo mám robiť v prípade núdze/nebezpečenstva?

V prípade núdze máte dve možnosti. Môžete:

- zavolať na číslo 999 alebo 112 (ide o bezplatný hovor) a požiadať o sanitku alebo
- ísť na najbližšiu pohotovosť v nemocnici.
- Ak ide o núdzovú situáciu týkajúcu sa tehotenstva, mali by ste sa obrátiť na svoje miestne pôrodné oddelenie/pôrodnicu, alebo tam priamo ísť.

#### 1. Zavolajte si pomoc (číslo 999 alebo 112)

Keď zavoláte na jedno z týchto čísel, môžete si zavolať sanitku. Tieto čísla môžete použiť aj na zavolanie polície (gardaí), požiarnikov, záchranného člna, pobrežnej a horskej záchranej služby.

Keď budete hovoriť s operátorom núdzovej linky, snažte sa mať nachystané tieto informácie:

- meno chorej alebo zranenej osoby a jej dátum narodenia,
- opis toho, čo je s danou osobou (typ zranenia), akékoľvek zdravotné ťažkosti alebo alergie, o ktorých viete,
- kde sa nachádzate a vaše PSČ (ak ho viete).

Ak viete, povedzte záchranárom v sanitke meno všeobecného lekára danej osoby a zoznam liekov, ktoré táto osoba užíva.

Neznepokojujte sa, ak tieto veci neviete.

Keď zavoláte záchranné služby, ich zamestnanci vás požiadajú, aby ste „zostali na linke“ (to znamená, že nemáte zložiť telefón) a ak si myslia, že vám tým pomôžu, povedia vám, čo máte robiť.

Operátor telefonickej linky záchranných služieb vám možno bude vedieť zabezpečiť aj tlmočníka, ak ho budete potrebovať.

Osoba rýchleho nasadenia (osoba, ktorá absolvovala zdravotnícky kurz a príde vám na pomoc) môže niekedy prísť skôr ako sanitka a ponúknuť vám pomoc.

## 2. Go to the emergency department in a hospital

In an emergency where you or someone you know has a serious and unexpected illness or injury, you could go to the emergency department in a hospital.

- If you have an emergency related to pregnancy, you should contact or go directly to your local Maternity unit/hospital

**If you want to speak to someone over the phone about how you are feeling call 1 of the two phone services below.**

### Suicide risk

Call 999 or 112 if you or someone you know is about to harm themselves or someone else.

### Mental health crisis

A mental health crisis often means that you no longer feel able to cope or be in control of your situation.

In a crisis, you must get help as soon as possible.

A GP can offer support for anyone in crisis. If possible, ask someone to come along with you.

Go to or call the emergency department of your local general hospital [www.hse.ie/eng/services/maps/](http://www.hse.ie/eng/services/maps/)

The YourMentalHealth information line is a phone service you can call any time.

A member of our team can tell you about:

- the mental health supports and services available to you
- how to access different services provided by the HSE and our funded partners
- opening hours

Freephone: 1800 111 888

The YourMentalHealth information line is not a counselling service.

Visit [www.yourmentalhealth.ie](http://www.yourmentalhealth.ie) for more information.

## 2. Chodte na pohotovost' v nemocnici

V núdzovej situácii, keď vy alebo niekto, koho poznáte, vážne alebo náhle ochorie alebo sa zraní, môžete ísť na pohotovosť v nemocnici.

- Ak ide o núdzovú situáciu týkajúcu sa tehotenstva, mali by ste sa obrátiť na svoje miestne pôrodné oddelenie/pôrodnicu, alebo tam priamo ísť.

**Ak sa chcete porozprávať o tom, ako sa cítite, s niekým po telefóne, zavolajte na 1 z dvoch telefonických služieb uvedených nižšie.**

### Riziko samovraždy

Ak si idete vy alebo niekto, koho poznáte, ublížiť alebo ublížiť niekomu inému, zavolajte na číslo 999 alebo 112.

### Duševná kríza

Počas duševnej krízy často platí, že sa už necítite byť schopný zvládnuť alebo kontrolovať svoju situáciu.

V kríze sa musíte dostať k pomoci čo najskôr.

Všeobecný lekár dokáže ponúknuť pomoc komukoľvek v kríze. Ak je to možné, požiadajte niekoho, aby k nemu išiel s vami.

Chodte na pohotovosť vo vašej miestnej všeobecnej nemocnici alebo tam zatelefonujte [www.hse.ie/eng/services/maps/](http://www.hse.ie/eng/services/maps/).

Informačná linka YourMentalHealth (Vaše duševné zdravie) je telefonickou službou, kam môžete kedykoľvek zavolať.

Člen nášho tímu vám môže povedať o:

- formách podpory duševného zdravia a službách, ktoré máte k dispozícii,
- spôsobe, ako získať prístup k rôznym službám, ktoré poskytuje HSE a naši financovaní partneri,
- ordinačných hodinách.

Bezplatné telefónne číslo: 1800 111 888

Informačná linka YourMentalHealth neposkytuje psychologické poradenstvo.

Viac informácií zistíte, ak navštívite stránku [www.yourmentalhealth.ie](http://www.yourmentalhealth.ie).

## Other phone supports

If you want to speak to someone over the phone about how you are feeling call 1 of the two phone services below.

### Samaritans

The Samaritans telephone service is available 24 hours a day. They provide a listening service to anyone who needs it, no matter what you are going through.

For confidential, non-judgmental support:

- Freephone: 116 123
- Email: [jo@samaritans.ie](mailto:jo@samaritans.ie)
- Visit [www.samaritans.ie](http://www.samaritans.ie) for details of the nearest branch

### Pieta House

They provide support for people who are suicidal and people who self-harm.

- Freephone: 1800 247 247
- Text HELP to 51444 – standard message rates apply

### ChildLine

- Freephone 1800 66 66 66
- Free text the word Talk to 50101

### Face-to-face support

For face-to-face support contact your GP.

### Urgent help

Call 999 or 112 and ask for the ambulance service if you or someone you know needs emergency help.

### There may be other local health supports, including mental health supports, in your area.

Visit [www.yourmentalhealth.ie](http://www.yourmentalhealth.ie) for more information.

## Iné formy telefonickej podpory

Ak sa chcete porozprávať o tom, ako sa cítite, s niekým po telefóne, zavolajte na 1 z dvoch telefonických služieb uvedených nižšie.

### Samaritáni (Samaritans)

Samaritáni sú telefonickou službou, ktorá je k dispozícii 24 hodín denne. Táto služba si vypočuje každého, kto to potrebuje, bez ohľadu na to, čím si práve prechádza.

Dôverná podpora bez odcudzovania:

- Bezplatné telefónne číslo: 116 123
- Email: [jo@samaritans.ie](mailto:jo@samaritans.ie)
- Navštívte stránku [www.samaritans.ie](http://www.samaritans.ie), kde nájdete údaje o najbližšej pobočke.

### Pieta House

Poskytujú podporu ľuďom so samovražednými sklonnami a tým, ktorí si sami ubližujú.

- Bezplatné telefónne číslo: 1800 247 247
- Pošlite SMS v tvare HELP (pomoc) na číslo 51444 - platia štandardné sadzby za správy.

### ChildLine (Detská linka)

- Bezplatné telefónne číslo 1800 66 66 66.
- Pošlite bezplatnú SMS v tvare Talk (hovoriť) na číslo 50101.

### Osobná podpora

Ak potrebujete osobnú podporu, obráťte sa na svojho všeobecného lekára.

### Urgentná pomoc

Ak vy alebo niekto, koho poznáte, potrebuje bezodkladnú pomoc, zavolajte na číslo 999 alebo 112 a požiadajte o sanitku.

### Vo vašej oblasti môžu existovať ďalšie formy miestnej zdravotníckej podpory vrátane podpory v oblasti duševného zdravia.

Viac informácií zistíte, ak navštívite stránku [www.yourmentalhealth.ie](http://www.yourmentalhealth.ie).

## Who we are ...



## Kto sme ...

The HSE is responsible for delivering public health care services in Ireland. HSE stands for Health Service Executive. It was set up by the Irish Government.

In the HSE, we want to give you the best possible care and treatment. There may be times, however, when you think we could do better and sometimes you may even want to tell us about something we have done well.

Whatever age you are, you have rights when it comes to your health including:

- the right to have your say and be listened to
- the right to complain if you are not happy about something we have done

We want you to tell us if you have a comment, compliment or complaint about your health care. For information on how to make a comment, compliment or complaint, please visit:

Organizácia HSE je zodpovedná za poskytovanie služieb verejného zdravotníctva v Írsku. HSE znamená Health Service Executive (Úrad pre zdravotníctvo). Bol založený írskou vládou.

My v HSE vám chceme poskytnúť tú najlepšiu starostlivosť a liečbu. Môžu sa však vyskytnúť chvíle, keď si budete myslieť, že by sme mohli veci robiť aj lepšie. Niekedy nám možno budete chcieť dať vedieť aj o niečom, čo sme urobili dobre.

Bez ohľadu na váš vek máte v súvislosti so svojim zdravím práva, medzi ktoré patrí napríklad:

- právo povedať svoj názor a byť vypočutý,
- právo sťažovať sa, ak s niečím, čo sme urobili, nie ste spokojný.

Chceme, aby ste nám dali vedieť, keď budete mať nejaký komentár, pochvalu alebo sťažnosť v súvislosti so zdravotnou starostlivosťou, ktorú ste dostali. Informácie o tom, ako nám dať vedieť svoj komentár, pochvalu alebo sťažnosť, nájdete na stránke:

[www.hse.ie/eng/services/yourhealthservice/feedback/Complaint/](http://www.hse.ie/eng/services/yourhealthservice/feedback/Complaint/)

## We hope you found this guide useful

The information in this book, including the resources and links, does not replace medical advice from healthcare professionals such as your nurse, public health nurse, GP or obstetrician.

Everyone is different.

Always talk with a healthcare professional to give you the medical advice and care you need.

We have made all efforts to make sure this guide is up to date in terms of medical advice. But, with so many changes happening in healthcare, this is difficult. We will update this guide again to include new information when we print it again.

We hope you found the information helpful and wish you a good experience using our health system.

## Dúfame, že táto príručka bola pre vás užitočná

Informácie v tejto príručke, vrátane zdrojov a odkazov, nenahrádzajú rady zdravotníkov, ako je napríklad zdravotná sestra, zdravotná sestra so zameraním na zdravie verejnosti, všeobecný lekár alebo pôrodník.

Každý človek je iný.

Vždy sa poraďte so zdravotníkom, ktorý vám poskytne potrebné rady a starostlivosť.

Vyvinuli sme veľkú snahu o to, aby táto príručka obsahovala aktuálne zdravotnícke rady. Keďže sa však v zdravotníctve deje veľmi veľa zmien, je to ťažká úloha. Príručku budeme znovu aktualizovať, aby sme ju doplnili o nové informácie, keď ju budeme opäť tlačiť.

Dúfame, že vám tieto informácie pomohli a želáme vám, aby ste mali dobré skúsenosti s našim systémom zdravotnej starostlivosti.

## Get more information

You can get lots of further useful information on the following web links:

## Získajte viac informácií

Na nasledovných odkazoch na internetové stránky môžete získať veľa ďalších užitočných informácií:

<a href="http://www.hse.ie">www.hse.ie</a>	
The Health Service Executive provides health services in Ireland, the websites below are all part of the HSE and will give you further information on those services and supports.	Health Service Executive (Úrad pre zdravotné služby) poskytuje služby zdravotnej starostlivosti v Írsku. Všetky nižšie uvedené internetové stránky sú súčasťou HSE a nájdete na nich ďalšie informácie o daných službách a podpore.
<a href="http://www.hse.ie/eng/about/Who/primarycare/socialinclusion/about-social-inclusion/translation-hub">www.hse.ie/eng/about/Who/primarycare/socialinclusion/about-social-inclusion/translation-hub</a>	
Translated documents on common health concerns and other topics as well as access to online health apps	Preložené dokumenty o bežných zdravotných problémoch a iných témach, ako aj prístup k online zdravotným aplikáciám
<a href="http://www.immunisation.ie">www.immunisation.ie</a>	
Information about vaccination	Informácie o očkovaní
<a href="http://undertheweather.ie">undertheweather.ie</a>	
Health education and management of minor illnesses	Vzdelávanie o zdraví a zvládanie ľahších chorôb
<a href="http://www.yourmentalhealth.ie">www.yourmentalhealth.ie</a>	
Supports and education for your mental health	Podpora a vzdelávanie o duševnom zdraví
<a href="http://www.medicalcard.ie">www.medicalcard.ie</a>	
Medical card online service	Online služby týkajúce sa karty bezplatnej zdravotnej starostlivosti



Contacts importants		Dôležité kontaktné údaje			
Doctor:		Lekár:	Tel:		Tel:
Local health office:		Miestny zdravotný úrad:	Tel:		Tel:
Public Health Nurse:		Zdravotná sestra so zameraním na zdravie verejnosti:	Tel:		Tel:
Accident and Emergency Department:		Oddelenie úrazov a urgentného príjmu (pohotovosť):	Tel:		Tel:
Out of hours GP Service:		Služby všeobecného lekára mimo ordinačných hodín:	Tel:		Tel:
Pharmacy:		Lekáreň:	Tel:		Tel:
Maternity services:		Služby pre tehotné a rodičky:	Tel:		Tel:

