

Pomoc oferowana osobom z upośledzeniem umysłowym przez lekarza pierwszego kontaktu



Czym jest upośledzenie umysłowe?



Upośledzenie umysłowe wynika z obniżonych zdolności intelektualnych do radzenia sobie z codziennymi czynnościami np. w domu, w relacjach międzyludzkich czy zarządzaniem pieniędzmi. Z takimi trudnościami cierpiące na nie osoby muszą się borykać przez całe życie.



Takie osoby potrzebują więcej czasu na naukę i mogą wymagać wsparcia podczas uczenia się nowych umiejętności, poznawania skomplikowanych informacji i wchodzenia w interakcje z innymi.



Upośledzenie umysłowe można podzielić na łagodne, umiarkowane, poważne i ciężkie. Ten rodzaj niepełnosprawności może odbijać się na ludziach na różne sposoby.



Ludzie z upośledzeniem umysłowym częściej zapadają na choroby przewlekłe np. epilepsję czy cukrzycę.



Dlatego ważne jest powiadomienie lekarza pierwszego kontaktu o tym, że dany pacjent jest upośledzony umysłowo. W ten sposób zyska on dodatkowe wsparcie i trafi do rejestru osób z takim schorzeniem (ang. Learning Disability Register).



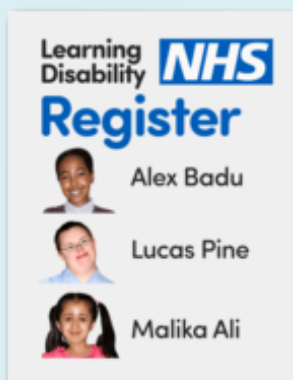
Trudności w uczeniu się to nie to samo co upośledzenie umysłowe. Osoby mające trudności w uczeniu się potrzebują wsparcia podczas czytania, pisania i wykonywania zadań matematycznych. Mogą mieć dysleksję lub dyskalkulię.



Osoby z trudnościami w uczeniu się nie są umieszczani w Learning Disability Register.



Learning Disability Register



To wykaz osób z upośledzeniem umysłowym.



Lekarze korzystają z niego, by zapewnić takim osobom odpowiednie wsparcie w odpowiedni sposób.



Aby zostać umieszczonym w takim wykazie, należy skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu.



Nie wszyscy pracownicy rejestracji wiedzą o takim wykazie i mogą nie być w stanie go sprawdzić.



By porozmawiać ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu o wykazie osób z upośledzeniem umysłowym, konieczne może się okazać umówienie wizyty.



Lekarz może zadać kilka pytań dotyczących tej niepełnosprawności oraz jej wpływu na życie pacjenta.



Do opisanie swojej niepełnosprawności można użyć innych słów np. trudności w uczeniu się czy różnice w uczeniu się. Jednak bardziej pomocne może okazać się uprzednie przekazanie lekarzowi pierwszego kontaktu albo pracownikom rejestracji informacji o **upośledzeniu umysłowym**.



Można przekazać im informacje o tym, jakie wsparcie potrzebne jest na co dzień.



Można też poinformować o wszystkich utrudnieniach w dbaniu o swoje zdrowie.



Można przekazać informacje o wszystkich otrzymywanych **zasiłkach dla osób niepełnosprawnych**.



Warto przekazać informacje o tym, czy ma się przypisanego **pracownika pomocy społecznej**.



Można przekazać informacje o wsparciu otrzymanym albo otrzymywanym w **szkole**.



Nie trzeba otrzymywać wsparcia ze strony pomocy społecznej, aby trafić do wykazu osób z upośledzeniem umysłowym.



Nie trzeba przechodzić żadnych testów, aby trafić do takiego wykazu.



Nie trzeba otrzymywać żadnych zasiłków dla osób niepełnosprawnych, aby trafić do wykazu osób z upośledzeniem umysłowym.



Na jakie wsparcie ze strony lekarza pierwszego kontaktu mogą liczyć osoby z upośledzeniem umysłowym?



Lekarz pierwszego kontaktu ma obowiązek prawny wprowadzenia w swojej pracy takich zmian, które ułatwią osobom z upośledzeniem umysłowym dostęp do oferowanych przez niego świadczeń.



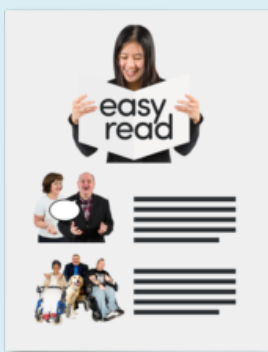
O wprowadzenie zmian może lekarza poprosić pacjent.



Nazywa się to „**uzasadnionymi zmianami**”. Do uzasadnionych zmian można zaliczyć:



poświęcanie więcej czasu podczas wizyt;



przekazywanie pacjentowi informacji o jego stanie zdrowia prostym językiem, dużym drukiem, z użyciem języka Braille'a czy w preferowanym języku;



skrócenie czasu oczekiwania na wizytę albo wyznaczenie innego miejsca do oczekiwania na wizytę poza poczekalnią.



Jeśli osoba niepełnosprawna intelektualnie nie może udać się do lekarza, lekarz może odbyć wizytę domową.



Jeśli trudno jest przeprowadzić spotkanie przez telefon lub za pośrednictwem sieci, można poprosić o spotkanie osobiste.



Lekarz pierwszego kontaktu może zanotować w kartotece wsparcie lub zmiany, które są najlepsze dla danego pacjenta.



Osoby znajdujące się w wykazie osób z upośledzeniem umysłowym powinny mieć zapewnione badania zdrowotne u lekarza pierwszego kontaktu raz do roku.

Coroczne badania zdrowotne



Takie badania zdrowotne przysługują każdej osobie z upośledzeniem umysłowym, która ukończyła 14. rok życia.



Takie badania powinny zostać zrealizowane podczas dłuższej wizyty, w trakcie której pacjent będzie mógł porozmawiać o stanie zdrowia i przejść kilka kontroli. Taka wizyta zwykle trwa jedną godzinę.



Powinna zostać przeprowadzona przez lekarza pierwszego kontaktu, ale może być również zrealizowana przez pielęgniarkę.



Na wizytę można pójść ze swoim pracownikiem pomocy społecznej, opiekunem czy członkiem rodziny.

Podczas wizyty lekarz pierwszego kontaktu / pielęgniarka może:



porozmawiać o stanie zdrowia i samopoczuciu. Może na przykład zapytać o sposób odżywiania się albo ogólne samopoczucie.



Może sprawdzić wagę, serce i poziom ciśnienia krwi, czyli ogólną kondycję organizmu.



Może zapytać pacjenta o przyjmowane przez niego leki. Mogą zlecić badanie krwi albo moczu.



Na koniec wizyty pacjent powinien otrzymać plan działania dotyczący zdrowia. To plan wyszczególniający sposób dbania o zdrowie i ewentualne działania do podjęcia w ciągu kolejnego roku.



Taki plan wraz z lekarzem można omawiać przez cały rok i sprawdzać postępy w jego realizacji.



Taki plan powinien być łatwo zrozumiały dla pacjenta.

Szczepienia

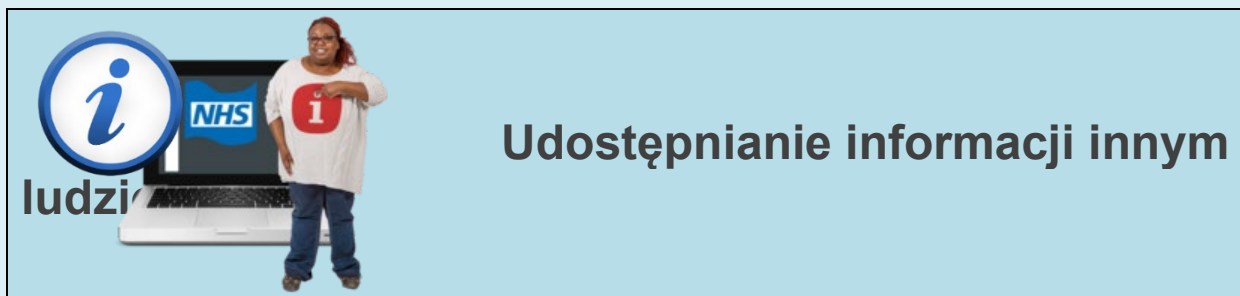


Osoby znajdujące się w wykazie osób z upośledzeniem umysłowym mogą za darmo zaszczepić się przeciwko grypie. Mogą też zaszczepić się przeciwko koronawirusowi i otrzymać dawkę przypominającą przed innymi osobami.



Fakt wpisania danej osoby do rejestru nie oznacza, że musi ona przyjąć szczepionkę, ale oznacza, że ma ona taką możliwość.

[Więcej informacji o szczepieniach znajduje się na naszej stronie internetowej.](#)



Udostępnianie informacji innym



O uzasadnionych zmianach mogą zostać powiadomieni pozostali pracownicy placówki zdrowotnej, w której pracuje lekarz pierwszego kontaktu, aby mogli oni zapewnić osobie niepełnosprawnej niezbędną pomoc.



Swojego lekarza można poprosić o udostępnienie takich informacji innym pracownikom służby zdrowia np. w szpitalu czy ośrodku zdrowia.



W ten sposób dowiedzą się oni o rodzajach wsparcia i niezbędnych zmianach, których potrzebuje pacjent.



Zapewnianie sobie pomocy ze strony tłumacza



Lekarz pierwszego kontaktu powinien zapewnić pacjentowi nieznającemu języka angielskiego pomoc ze strony tłumacza.



O taką pomoc mogą poprosić osoby z upośledzeniem umysłowym.



O pomoc ze strony tłumacza mogą również poprosić opiekunowie osób niepełnosprawnych.



Warto poprosić lekarza pierwszego kontaktu o odnotowanie, że osoba niepełnosprawna podczas wizyty potrzebuje pomocy ze strony tłumacza.



Jeśli potrzebujesz więcej pomocy:



porozmawiaj z pracownikiem ośrodka zdrowia, w którym pracuje Twój lekarz;



porozmawiaj z pracownikiem lokalnej zaufanej organizacji;



jeśli nadal się uczysz, porozmawiaj z nauczycielem;



porozmawiaj z lokalnym zespołem ds. osób z upośledzeniem umysłowym tutaj. Możesz też porozmawiać ze specjalizującą się w tym pielęgniarką, jeśli taką Ci przydzielono;



możesz też zadzwonić na linię
pomocową Mencap Learning Disability
pod numer 0808 808 111.



Możesz też kliknąć tutaj i przesłać
nam wiadomość e-mail.



Jeśli lekarz pierwszego kontaktu nie
jest pewien, czy powinien dodać Cię
do wykazu osób upośledzonych i
potrzebuje dalszych informacji, może
tu znaleźć właściwy poradnik NHS
England.



Organizacje pomocowe, które mogą przekazać wsparcie:

Organizacje w Sussex



Amaze

<https://amazesussex.org.uk/>
01273 772289



Brighton and Hove Speak Out

<https://www.bhspeakout.org.uk/>
01273 421921



Impact Initiatives

<https://impact-initiatives.org.uk/>
01273 322940

Organizacje krajowe



POhWER

<https://www.pohwer.net/>
0300 456 2370



Self Advocacy Groups

<https://selfadvocacygroups.co.uk/>



Historia Youssefa



„Mój lekarz pierwszego kontaktu dzwoni do mnie i przypomina o badaniach. Dzięki temu nie zapominam.



Dopiero podczas dorocznej wizyty kontrolnej dowiedziałem się, że mam niedobory witaminy B12.



Teraz biorę witaminy, by je uzupełnić.



Gdyby nie ta wizyta kontrolna, zachorowałbym i nawet bym o tym nie wiedział”.