



在利物浦保持健康的五个步骤

- 1) **注册家庭医生诊所 (GP Practice - General Practitioner)** - 在英国，对于大多数的健康问题，您应该去见当地家庭医生，即'GP'。家庭医生可以给您提供疫苗接种、处方、转诊、签发病假证明和一般医疗保健。如果您的健康问题是不能等待至您的家庭医生诊所开诊的话，那么您可以去附近一些‘非工作时间医务诊所’要求协助。这些诊所在晚上和周末也可以提供非工作时间的服务。如果您不确定如何注册家庭医生，那么利物浦健康监察机构可以为您提供协助。

我需要付费去看医生吗？

第四层级 (Tier 4) 签证持有人 - 作为签证申请费的一部分，您已经支付了部分移民医疗附加费 (IHS)，这使您有权在英国享受国家健康服务署的服务。请注意，与英国居民一样，您仍然需要支付英国医疗的某些费用，例如在您收到处方时 (从药剂师处购买处方药)。

短期学习签证持有人 - 在英国逗留不到六个月的学生应该有私人医疗保险 (当您在医疗中心注册时，您应该向该中心提供有关的保险文件)。

- 2) **知道您最近的药房的位置** - 他们可以配药给您，并就许多常见的健康问题向您提供建议，此服务不需要预约。
- 3) **无须预约诊所** - 由护士主导的无须预约诊所可以帮助解决轻伤和一次性健康问题。无论您的签证期限如何，您都可以免费使用无须预约诊所，而无需注册或预约。为了缩短等待时间，您可以通过分类系统进行预约。向利物浦健康监察机构询问离您最近的无须预约诊所。
- 4) **急症室 (A&E) 仅处理严重且危及生命的紧急情况** - 医院的急症室是非常忙碌的。您将要等候几个小时。您应该只在真正的健康紧急情况下才使用此服务。
- 5) **照顾好自己** - 搬到一个新的国家意味着你的生活可能会面临很大的改变和很好的机遇。要确保饮食健康，保持活跃并时刻注意您能承受的压力水平。如果您感到非常想家，不开心或无法面对困难时，请您去找家庭医生或大学学生辅导和健康部门寻求协助。



0300 77 77 007



enquiries@healthwatchliverpool.co.uk



151 Dale Street, Liverpool, L2 2AH



www.healthwatchliverpool.co.uk