

Como eu encontro um médico (GP) na Irlanda?

Quando estiver doente, você irá ao médico/clínico geral (*General Practitioner - GP*). O consultório do GP é chamado *surgery* ou *practice*. O GP supre todas as suas necessidades de assistência médica e da sua família. O GP ajuda com série de doenças e questões de saúde, incluindo depressão, maternidade, educação sobre saúde e cuidado preventivo. O GP é o primeiro ponto de contato para encaminhamento a outros serviços, hospitais ou especialistas. Você pode se registrar com um GP quando for ao seu consultório.

Uma visita ao GP em Donegal pode custar entre €40 e €50. Os remédios receitados são pagos na farmácia (*chemist*). Se você tem o cartão médico (*medical card*), não é necessário pagar pela consulta do GP, mas normalmente se paga a medicação (€2,50 por item).

Cartões médicos (*Medical Cards*)

O **Medical Card** (Cartão Médico) é emitido para pessoas de baixa renda. Isso varia de acordo com o tamanho da família e outras circunstâncias. Se você não tem direito ao **Medical Card**, talvez possa pedir o **GP Visit Card** (Cartão de Consulta ao GP), que oferece consultas gratuitas com o seu GP. Todas as crianças com menos de 6 anos têm direito a um Cartão Médico.

Os formulários de pedido do **Medical Card** estão disponíveis no consultório do GP. Para pedir on-line, acesse: www.hse.ie/eng/services/list/1/schemes/mc/ (em inglês)

Qual é o horário de funcionamento do consultório do GP?

Cada centro médico será diferente, geralmente das 9h às 11h30, e das 14h às 17h. Também é importante observar que a maioria dos médicos familiares trabalham com agendamento, mas em outros você pode ir sem agendar.

Noites e fins de semana

Há outros médicos que trabalham quando o consultório do GP está fechado (noites, madrugadas, sábados e domingos). Em Donegal, chama-se **NowDoc**. Ligue para 1850 400 911. (Não é um serviço de emergência)

Farmácias

As farmácias podem dar informação sobre cuidados pessoais e tratar problemas de saúde comuns e não urgentes.

Hospitais públicos

Os hospitais públicos principais oferecem serviços em caso de acidente ou emergência no **Emergency Department - ED** (Departamento de Emergência) do

Letterkenny University Hospital (Hospital Universitário de Letterkenny).
Tel: 074-9125888; **Sligo University Hospital**

(Hospital Universitário de Sligo):

Tel: 071-9171111

Se você precisar de um intérprete para uma consulta, avise a um funcionário. Para obter serviços de intérpretes no Hospital Universitário de Letterkenny ligue para: Patricia Boyce Dunleavy, 074 9125888

Mental Health Services

(Serviços de Saúde Mental); Entre em contato com o seu GP para ter acesso a serviços de saúde mental, se houver preocupação com a saúde mental. O serviço de saúde mental é gratuito. Se necessário, pergunte se um intérprete pode estar presente nas entrevistas.

Há equipes comunitárias com base em Inishowen, Letterkenny, Dungloe e Donegal Town. Serviços de saúde mental para crianças e adolescentes, serviços para adultos, psiquiatria para idosos e serviços de aconselhamento para dependentes químicos. O **Jigsaw** é um serviço de intervenção precoce para saúde mental de jovens (de 15 a 25 anos). Pais, GPs e escolas podem encaminhar jovens, e os próprios jovens podem encaminhar a si mesmos. Entre em contato com Jigsaw 074 97 26920.

Serviços para dependentes químicos: Este serviço é parte do **Donegal Mental Health Service** (Serviço de Saúde Mental de Donegal) e oferece avaliação, tratamento e encaminhamentos subsequentes, e reabilitação para pessoas com problemas de dependência do álcool ou de drogas. A clínica principal é em Letterkenny 074 9128769, com outras clínicas por todo o país. Os encaminhamentos são feitos pelo Psiquiatra ou pelo GP.

Alcoholics Anonymous (Alcoólicos Anônimos - AA) - reuniões gratuitas que acontecem em diversas localidades. O número de telefone principal é: Telefone: 018420700 Fax: 018420703 www.alcoholicsanonymous.ie (página em inglês)

National Counselling Service (Serviço Nacional de Aconselhamento): Esse é um serviço gratuito para qualquer pessoa que tenha sofrido abuso/violência. Entre em contato com **HSE West** (Sistema de Saúde do



Oeste) em 1800 234 119

Pieta House: é um serviço gratuito de aconselhamento de crise, para qualquer pessoa em situação de suicídio, automutilação ou de luto por causa de suicídio. Endereço: Pieta House North West, 3º Piso, Grand Central Building, Canal Road, Letterkenny, Co. Donegal, F92EK7Y, telefone: 074-9126594: Segunda a sexta: das 10h às 17h. **Helpline** (Linha de apoio) 1800 247 247: www.pieta.ie

Outros auxílios de Saúde Mental e organizações locais

Samaritans: Se precisar falar com alguém imediatamente. Tel: 116 123 gratuito e disponível 24h, todos os dias.

Aware Donegal (Donegal Consciente): Apoio à saúde mental www.aware.ie: Ligação gratuita 180080 4848. Segunda a sexta, das 10h às 22h.

Donegal Women's Centre (Centro de Mulheres de Donegal), Port Road, Letterkenny. Oferece serviço gratuito de escuta, e serviço de aconselhamento de "baixo custo" para homens e mulheres. Telefone: 074 9124985

Donegal Rape Crisis Centre (Centro de Crise por Estupro em Donegal): Oferece um serviço de aconselhamento profissional e apoio, em um ambiente seguro e de confiança, para pessoas que foram vítimas de abuso ou violência sexual.

Freephone (ligação gratuita): 1800 44 88 44