



Council for
Intellectual Disability



Υπηρεσίες Υγείας Ενηλίκων

Ενημερωτικό Φυλλάδιο Υγείας



Εύκολα
αναγνώσιμο

www.cid.org.au

Περιεχόμενα

Υπηρεσίες υγείας	1
Ειδικός ιατρός	2
Οδοντίατρος	3
Παραϊατρικές υπηρεσίες	4
Πρέπει να πληρώσω για υγειονομική περίθαλψη;	10
Συμβουλές μέσω τηλεφώνου	11
Περίληψη	12

Υπηρεσίες υγείας



Ο συνήθης γιατρός σας ονομάζεται GP ή **γενικός ιατρός**.

Ο γιατρός σας μπορεί να σας βοηθήσει με τη φροντίδα της υγείας σας.



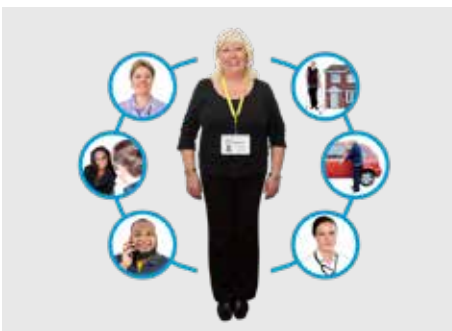
Εάν χρειάζεστε επιπλέον υγειονομική περίθαλψη, ο γιατρός σας μπορεί να σας δώσει μια **παραπομπή**.

Μια **παραπομπή** είναι όταν ο γιατρός σας σας στέλνει σε άλλον εργαζόμενο στον τομέα της υγείας.



Ο γιατρός σας μπορεί να σας παραπέμψει σε έναν **ειδικό ιατρό**.

Ένας **ειδικός ιατρός** είναι ένας γιατρός που γνωρίζει πολλά για ένα μέρος του σώματός σας.



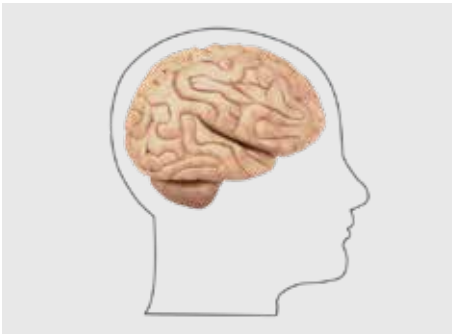
Ο γιατρός σας μπορεί να σας παραπέμψει σε μια **παραϊατρική υπηρεσία**.

Οι **παραϊατρικές υπηρεσίες** βοηθούν με ένα μέρος της υγείας σας.

Ειδικός γιατρός



Ένας **ειδικός γιατρός** είναι ένας γιατρός που γνωρίζει πολλά για ένα μέρος του σώματος.



Ένας τύπος ειδικού ιατρού είναι ένας **νευρολόγος**.

Ο **νευρολόγος** είναι ένας γιατρός που γνωρίζει πολλά για τον εγκέφαλο.

Υπάρχουν πολλοί άλλοι ειδικοί ιατροί.



Ο γιατρός σας μπορεί να σας πει εάν πρέπει να επισκεφτείτε έναν ειδικό ιατρό.

Ο γιατρός σας μπορεί να σας παραπέμψει για έναν ειδικό ιατρό.

Οδοντίατρος



Ο οδοντίατρος βοηθά με τα δόντια και τη **υγεία του στόματος**.



Η **υγεία του στόματος** είναι η υγεία

- του στόματός σας
- των δοντιών σας
- των ούλων σας



Αυτοί μπορούν να ελέγξουν την υγεία του στόματός σας.

Μπορούν να σας βοηθήσουν αν έχετε οποιαδήποτε προβλήματα.

Αυτό θα σας βοηθήσει να παραμείνετε υγιείς.



Καλό είναι να επισκέπτεστε έναν οδοντίατρο κάθε 6 μήνες.

Καλό είναι να εντοπίζονται έγκαιρα προβλήματα με την υγεία του στόματός σας.

Αυτό θα διευκολύνει τη διόρθωσή τους.

Παραϊατρικές υπηρεσίες



Οι **παραϊατρικές υπηρεσίες** σας βοηθούν με ένα μέρος της υγείας σας.

Υπάρχουν διάφοροι τύποι παραϊατρικών υπηρεσιών υγείας.

Φυσιοθεραπευτής



Ένας **φυσιοθεραπευτής** βοηθά με το σώμα σας.

Μπορούν να σας βοηθήσουν με τους μυς σας.



Μπορούν να σας βοηθήσουν με τραυματισμούς.

Μπορούν να σας δώσουν να κάνετε ασκήσεις.

Ψυχολόγος



Ένας **ψυχολόγος** βοηθά με την **ψυχική σας υγεία**.

Η **ψυχική υγεία** είναι οι σκέψεις και τα συναισθήματά σας.

Μπορείτε να μιλήσετε με έναν ψυχολόγο για τα συναισθήματά σας.

Διαιτολόγος



Ένας **διαιτολόγος** μπορεί να σας βοηθήσει με τις διατροφικές επιλογές.

Μπορούν να σας βοηθήσουν να τρώτε σωστά.



Μπορούν να βοηθήσουν εάν δυσκολεύεστε να καταπιείτε.

Μπορούν να σας βοηθήσουν να έχετε ένα υγιές βάρος.

Εργασιοθεραπευτής



Ένας **εργασιοθεραπευτής** ονομάζεται ΟΤ (occupational therapist) για συντομία.

Ένας εργασιοθεραπευτής σας βοηθά να κάνετε διάφορα πράγματα με ασφάλεια.



Μπορούν να σας βοηθήσουν να μάθετε νέες δεξιότητες.

Μπορούν να προτείνουν εργαλεία για να τα χρησιμοποιείτε.

Λογοθεραπευτής



Ο **λογοθεραπευτής** βοηθά με την ομιλία.

Μπορούν να σε βοηθήσουν να λέτε πράγματα.

Μπορούν να βοηθήσουν στην κατάποση.



Μπορούν να βοηθήσουν με συσκευές επικοινωνίας.

Ποδίατρος



Ένας **ποδίατρος** μπορεί να σας βοηθήσει με τα πόδια σας.

Μπορούν να βοηθήσουν στο περπάτημα.



Μπορούν να προτείνουν **ορθοπεδικά παπούτσια**.

Τα **ορθοπεδικά παπούτσια** σας βοηθούν να περπατάτε και να στέκεστε.

Φυσιολόγος άσκησης



Ένας **φυσιολόγος άσκησης** βοηθά με τις ασκήσεις.

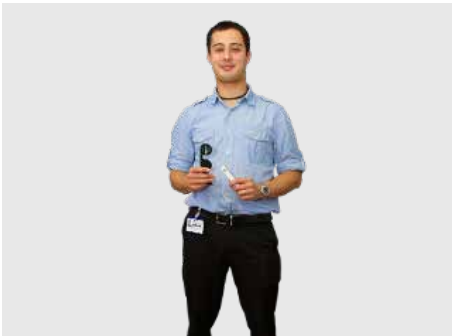
Μπορούν να βοηθήσουν στην κίνηση.



Μπορούν να προτείνουν ασκήσεις για να κάνετε.

Μπορούν να σας βοηθήσουν να αποκτήσετε καλή φυσική κατάσταση.

Οπτομέτρης



Ένας **οπτομέτρης** βοηθά με την όραση.



Μπορούν να ελέγξουν τα μάτια σας.

Μπορούν να σας πουν αν χρειάζεστε γυαλιά.

Μπορούν να σας πουν εάν χρειάζεστε άλλη βοήθεια με τα μάτια σας.



Η εξέταση ματιών είναι δωρεάν με τη Medicare.

Μπορείτε να κάνετε δωρεάν εξέταση ματιών κάθε 2 χρόνια.



Ίσως χρειαστεί να πληρώσετε για άλλα πράγματα όπως γυαλιά.

Ακουολόγος



Ένας **ακουολόγος** μπορεί να σας βοηθήσει με την ακοή σας.

Ρωτήστε το γιατρό σας εάν πρέπει να επισκεφτείτε έναν ακουολόγο.



Ο ακουολόγος μπορεί να εξετάσει τα αυτιά σας.

Μπορούν να εξετάσουν την ακοή σας.



Μπορούν να σας πουν εάν χρειάζεστε ακουστικά βαρηκοΐας.



Μερικά άτομα μπορούν να λάβουν αυτές τις υπηρεσίες δωρεάν.

Μπορείτε να ελέγξετε αν μπορείτε να τις λάβετε δωρεάν στη διεύθυνση

www.hearingservices.gov.au

Πρέπει να πληρώσω για υγειονομική περίθαλψη;



Ορισμένες υπηρεσίες υγείας είναι δωρεάν.

Αυτό μερικές φορές ονομάζεται **bulk billing** (μαζική χρέωση).

Μαζική χρέωση σημαίνει ότι πληρώνει η Medicare.



Ορισμένες υπηρεσίες υγείας κοστίζουν χρήματα.

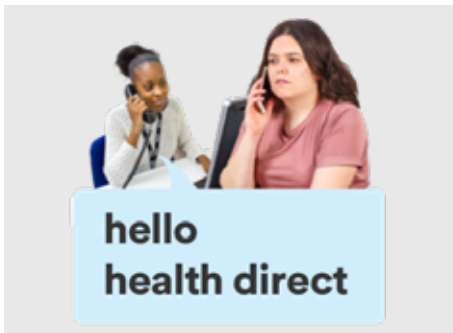
Καλό θα ήταν να ρωτήσετε εάν μια υπηρεσία θα κοστίσει χρήματα.



Μπορείτε να ρωτήσετε τον γιατρό σας ή την υπηρεσία υγείας.

Μπορούν να σας πουν εάν πρέπει να πληρώσετε.

Συμβουλές μέσω τηλεφώνου



Η **Healthdirect** είναι μια τηλεφωνική υπηρεσία.

Μπορείτε να τηλεφωνήσετε ανά πάσα στιγμή για συμβουλές υγείας.

Μπορείτε να μιλήσετε με έναν νοσηλευτή.

Καλέστε τους στον αριθμό **1800 022 222**.



Εάν έχετε έκτακτη ανάγκη, καλέστε το **000**.

Το **000** μπορεί να σας στείλει ασθενοφόρο.

Θα σας μεταφέρουν στο νοσοκομείο εάν το χρειάζεστε.

Περίληψη



Υπάρχουν πολλές διαφορετικές υπηρεσίες υγείας.



Ο γιατρός σας είναι ένα καλό σημείο εκκίνησης για την υγειονομική περίθαλψη.

Μπορούν να σας ενημερώσουν εάν πρέπει να επισκεφθείτε άλλες υπηρεσίες υγείας.



Ορισμένες υπηρεσίες υγείας κοστίζουν χρήματα.

Καλό θα ήταν να ρωτήσετε για το κόστος πριν πάτε.



Εάν έχετε έκτακτη ανάγκη, καλέστε το 000.

Θα στείλουν ένα ασθενοφόρο.

Ενημερωτικά φυλλάδια υγείας του CID



Έχουμε πληροφορίες σχετικά με τις **ετήσιες εξετάσεις υγείας** εδώ

www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-fact-sheet



Έχουμε πληροφορίες σχετικά με το **δικαίωμά σας σε καλή υγειονομική περίθαλψη** εδώ

www.cid.org.au/resource/your-right-to-good-health-care-fact-sheet



Έχουμε πληροφορίες σχετικά με τα **σχέδια υγείας για χρόνια προβλήματα υγείας** εδώ

www.cid.org.au/resource/chronic-health-plans-fact-sheet



Έχουμε πολλά άλλα ενημερωτικά φυλλάδια υγείας.

Μπορείτε να τα λάβετε από τον ιστότοπο www.cid.org.au/resource-category/health



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΕ ΤΟ CID



1800 424 065



info@cid.org.au



www.cid.org.au



facebook.com/NSWCID



twitter.com/CIDvoice



instagram.com/council_intellectualdisability

Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο δημιουργήθηκε το 2021.

Αυτές οι πληροφορίες προετοιμάστηκαν με χρηματοδότηση από το Υπουργείο Υγείας (Department of Health) της Αυστραλιανής Κυβέρνησης.