

5 de Novembro 2020

Para todos em Somerset

## **Serviços de Saúde e Cuidados em Somerset**

Obrigada pelo apoio demonstrado ao SHS (NHS) e serviços de assistência social durante a pandemia. Aplaudiram os trabalhadores essenciais na primavera e no verão, angariaram fundos e apoiaram os que mais precisam. Agradecemos tudo o que fizeram e continuam a fazer para se protegerem do Covid-19, e também os que mais amam e as comunidades

Apreciamos profundamente o vosso apoio e escrevemos em nome dos colegas da organização para vos agradecer e demonstrar o que estamos a fazer para assegurar que os nossos serviços estão aqui para quando precisarem e como mudámos ou alterarmos os mesmos para providenciar o melhor apoio durante a pandemia. Também estamos a planear para os meses de inverno quando mais pessoas precisam do serviço de assistência social e iremos precisar de cuidar de mais pessoas com Covid-19 enquanto o serviço funciona conforme planeado.

Conforme anunciado pelo Primeiro Ministro no dia 31 outubro 2020, outro confinamento teve inicio quinta-feira, 5 de novembro em resposta ao aumento de casos de Covid-19.

De momento por favor continue a comparecer às consultas conforme agendado. Não precisa de nos contactar para verificar se a consulta marcada se vai realizar. Entraremos em contacto se algo mudar em relação aos cuidados prestados.

Compreendemos a ansiedade, estresse e preocupação causados pela pandemia continuada e percebemos como pode ter consequências no bem-estar de todos nós- pacientes, cuidadores, família e amigos. Sabemos que o estresse e a preocupação continuados significa que as pessoas são tudo menos agradáveis umas com as outras. Nunca compreendemos totalmente o que outra pessoa está a viver mas o que podemos fazer é tratar todos como gostaríamos de ser tratados - com respeito, educação e gentileza.

Os serviços de assistência social em Somerset estão a funcionar para ajudar. Se você ou alguém que ama ou cuida tem preocupações de saúde por favor não adie em procurar ajuda ou marcar uma consulta.

A pandemia e a necessidade de distanciamento social mudaram os nossos serviços e como funcionamos, mas estamos aqui para ajudar, apoiar e cuidar de si. Como resultado das medidas vitais de distanciamento social temos menos espaço disponível e menos camas de hospital e estamos a realizar mais consultas por telefone e digitalmente quando possível e expandimos os serviços que oferecemos aos clientes na comunidade e ao domicilio Estamos bem cientes do efeito da

pandemia na saúde mental e por isso mesmo expandimos o apoio à saúde mental disponível em Somerset.

Colocámos em prática novas medidas relevantes para manter todos seguros tanto quanto possível quando acede aos serviços. Quais as medidas em questão irá depender do serviço que está a aceder. Para consultas no Centro de Saúde, pode incluir uma consulta por telefone ou online quando apropriado ou pedir que se dirija a outro Centro de Saúde para uma consulta presencial. Se lhe for pedido que compareça a uma consulta num local diferente, será tanto quanto possível o mais próximo da sua residência, pois sabemos que não é fácil deslocar-se quando não se sente bem.

Para outros serviços pode incluir ter uma consulta telefónica ou online, fazer verificação de temperatura antes de entrar num edifício ou pedir que se isole durante um curto período de tempo antes de uma cirurgia. Pode ser-lhe fornecida informação clara sobre as novas medidas antes de qualquer consulta. Por favor esteja descansad/a que qualquer o serviço - seja providenciado pelo Centro de Saúde, hospital local, ou outra unidade de saúde, ou mesmo a domicílio - a sua segurança, e a dos nossos colegas, é a principal prioridade. Se tiver algumas questões sobre as medidas que tomámos por favor contacte o serviço e não adie as consultas a menos que absolutamente necessário. Se não puder comparecer a uma consulta por favor avise os serviços para que possa ser oferecida a outra pessoa.

Se tem um ente querido, amigo ou vizinho no hospital, pedimos que tenha paciência e compreensão. Durante o confinamento os hospitais tomaram medidas para assegurar que as visitas essenciais se mantenham embora o resto das visitas possam ter restrições, para sua proteção, dos pacientes e dos funcionários. Pode consultar os detalhes das políticas de visita nos sites dos nossos hospitais <https://www.somersetft.nhs.uk/> e <https://yeovilhospital.co.uk/>.

Muitos serviços foram suspensos temporariamente no início da pandemia mas muitos estão a funcionar e a trabalhar arduamente para atender tantos pacientes quanto possível. Incluindo:

- Consultas externas nos nossos hospitais. Em setembro de 2020, 28.488 consultas externas foram realizadas em Somerset das quais 25,7% foram realizadas online.
- Operações eletivas:
- Serviço de rastreio da mama e do cérvix
- Imunizações e vacinas para as crianças
- Parceiros que frequentam rastreios específicos de maternidade ou estar presente no parto.

Aproveitámos a oportunidade para rapidamente melhorar alguns serviços de maternidade e saúde mental O que mudámos:

- Temos equipas pequenas de parteiras em núcleos na comunidade para cuidar das mulheres grávidas e dar continuidade de cuidados
- Estabelecemos 11 camas de cuidados intensivos/intermédios para o serviço de saúde mental (quatro em Wells e sete em Yeovil) para que os utilizadores do serviço sejam mais independentes enquanto recebem cuidados de saúde mental de elevada qualidade.
- Expandimos as equipas de apoio de saúde mental nas escolas
- Lançamos Saúde Mental Aberta, um aliança de organizações de voluntariado local e o SNS (NHS) de Somerset para apoiar as pessoas a viver uma vida plena ao

providenciar acesso a apoio especialista de saúde mental, conselho sobre dividas e emprego, oportunidades de voluntariado, atividades comunitárias e exercício.

Ao avançarmos para o primeiro inverno da pandemia, precisamos da sua ajuda para manter todos sãos e seguros tanto quanto possível. Há muitas coisas simples que pode fazer como seguir as regras de distanciamento social, lavar as mãos com regularidade e usar máscara sempre que recomendado. Para além disso, seguir as regulações mais recentes do Governo.

Para além disso, o programa anual de vacinas da gripe é de importância vital para ajudar a proteger as pessoas mais vulneráveis no inverno. Muitas pessoas que são vulneráveis à gripe - incluindo pessoas idosas e com dificuldades de aprendizagem - são também mais vulneráveis ao Covid-19. Se lhe for oferecida uma vacina da gripe grátis, por favor aceite e proteja-se.

Pode continuar a apoiar-nos procurando ajuda, do serviço mais adequado, quando precisa Iremos referenciá-lo/a se acharmos que precisa do apoio de outro serviço.

Se você, ou alguém que conhece, está a ter dificuldades de bem-estar mental, o nosso serviço Mindline está a funcionar 24/7 disponível para todas as idades. Pode ligar 01823 276 892. Mindline de Somerset recebe cerca de 600 chamadas por semana e recebeu mais de 20.000 chamadas desde Abril de 2020. Por favor não sofra em silêncio - peça ajuda se precisar de apoio.

O nosso serviço 111 está disponível 24/7 para providenciar conselho, tratamento e cuidados. Ligue 111 ou visite <https://111.nhs.uk/> e o serviço providenciará conselho ou fará referência a outro serviço se for o caso.

Enfermidades menores podem ser tratadas na farmácia comunitária local. Os Centros de Saúde têm trabalhado com afinco para o/a manter são e seguro/a e estão a funcionar por telefone ou com serviços de triagem online. No entanto, por favor fique descansado/a, se precisar de uma consulta presencial terá uma. Em setembro de 2020 os nossos Centros de Saúde realizaram cerca de 94.000 consultas presenciais em Somerset.

No final do ano lançaremos um novo método de aceder a serviços de saúde de urgência o que encorajará todos a contactar o 111 antes de se dirigirem ao Serviço de Urgência. Telefonar para o 111 primeiro ajudará a assegurar que você ou o seu familiar têm apoio para aceder ao serviço mais adequado para a situação e potencialmente evitar uma ida ao hospital. Significa que conseguimos ajudar a manter-se são e salvo/a e ainda a receber o cuidado que precisa enquanto mantemos o distanciamento social e reduzimos o risco de transmissão de Covid-19 no sistema de saúde.

O SNS (NHS) tem um site dedicado a pessoas a recuperar do Covid-19 a que pode aceder aqui: <https://www.yourcovidrecovery.nhs.uk/> Fornece ainda informação para familiares, cuidadores e amigos para ajudar no apoio à recuperação.

Se estiver em isolamento ou se requerer apoio adicional, contacte a Linha de Apoio ao Coronavírus de Somerset através do 0300 790 6275 para estar em contacto com grupos que podem ajudar nas compras, medicação e outras bens essenciais, assim como outro tipo de ajuda mútua. A Linha de Apoio está a funcionar 7 dias por semana

das 8.00h às 18.00h.

Queremos ajudar todos em Somerset a viver um estilo de vida saudável e independente, com o apoio da comunidade e com acesso fácil e adequado a serviços públicos eficientes e de qualidade sempre que necessário. Estamos comprometidos a providenciar a si e à sua família serviços de saúde e cuidados de elevada qualidade e a trabalhar em conjunto para seguir as sensatas precauções em relação ao Covid-19 no nosso dia-dia.

Por favor ajude a manter Somerset são e seguro este inverno e agradecemos tudo o que tem feito para nos apoiar.

**Pat Flaherty**  
**Presidente, Câmara Municipal de Somerset**

**Jonathan Higman**  
**Presidente, Fundação do SNS (NHS) do Hospital Distrital de Yeovil**

**Peter Lewis**  
**Presidente, Fundação do SNS (NHS) de Somerset**

**James Rimmer**  
**Presidente, Grupo Clínico de Somerset**