

## Algumas pessoas necessitam de tomar vacinas adicionais



Algumas pessoas têm **um risco mais elevado de sofrer de doenças graves** como resultado de infeções, pelo que devem ter acesso a vacinas adicionais para ajudar a protegê-las. Isto inclui pessoas que sofrem de doenças crónicas que afetam os seus órgãos principais ou o seu sistema imunitário.



**Hepatite A** A vacina é necessária para pessoas com um risco elevado de hepatite A, incluindo pessoas a sofrer de doenças hepáticas e as suas famílias em casos identificados.



**Hepatite B** A vacina adicional contra a hepatite B também se encontra disponível para pessoas com doenças hepáticas ou pessoas com um risco elevado de contrair a infeção (p. ex. bebés de mulheres com hepatite B ou pessoas com um(a) parceiro(a) ou familiar infetado(a)). Consulte o seu posto médico para se informar se deve tomar a vacina adicional contra a hepatite B ou se o seu bebé a deve também tomar.



**Tuberculose** A vacina BCG é necessária para crianças e adultos a viver em áreas com taxas elevadas de tuberculose. Pessoas com familiares próximos que sofram de tuberculose também necessitam de tomar a vacina BCG.

Para mais informações sobre as orientações atuais de registo do NHSE (a Política de Cuidados Médicos Primários e Manual de Orientação) e do guia geral da BMA de necessidades de saúde dos migrantes, consulte: <https://bit.ly/2hv37zc>



Tenho o direito de me registar e receber tratamento de um posto médico (GP)

## Está doente, ou alguém ao seu cuidado está doente?



**Telefone para o número 111 do NHS** se necessitar de assistência ou aconselhamento médico com urgência, mas se não se tratar de uma situação potencialmente fatal. Também pode telefonar para o número 111 do NHS se não tiver a certeza de que serviço do NHS necessita.



**Consulte o seu farmacêutico** – o seu farmacêutico pode aconselhá-lo(a) relativamente a muitas doenças comuns de menor gravidade, tais como diarreia, infeções pouco graves, dores de cabeça, conselhos relativamente a viagens ou dores de garganta.



**Marque uma consulta com o seu médico de família (GP)** no caso de se sentir doente e não se tratar de uma emergência.



**Visite um centro de atendimento sem marcação (walk-in centre), unidade de pequenos ferimentos (minor injuries unit) ou centro de cuidados urgentes (urgent care centre)** se tiver uma doença ou ferimento de pequena gravidade (cortes, distensões ou alergias) e não puder esperar até que o seu posto médico abra.



**Telefone para o 999** se alguém estiver gravemente doente ou ferido e se correr risco de vida.



**O serviço de urgências (A&E department)** (também chamado de “emergency department” ou “casualty” em inglês) lida com emergências genuínas potencialmente fatais. As pessoas são vistas e tratadas de acordo com a sua necessidade.



UK Health Security Agency



UK Health Security Agency



Mudou-se para o Reino Unido:

# Tenha as suas vacinas em dia



## A vacinas são o modo mais seguro de o(a) proteger a si e à sua família de infeções graves – ajudam-no(a) a manter-se saudável



Na Inglaterra, a maior parte das vacinas são disponibilizadas gratuitamente pelo NHS. A vacinas podem protegê-lo(a) ao longo da vida. Para proteger as crianças o mais cedo possível, muitas vacinas são disponibilizadas aos bebés e crianças de primeira infância antes de começarem a frequentar a escola. As vacinas são tão bem aceites na Inglaterra que não são obrigatórias.



As vacinas são normalmente administradas por enfermeiras comunitárias (practice nurses) no seu posto médico. As enfermeiras comunitárias têm formação específica para fornecer informações e disponibilizar as vacinas. A enfermeira verifica cuidadosamente o historial médico e, desde que o(a) seu(sua) filho(a) esteja bem, não será necessário ser examinado(a) por um médico.

Mais vacinas são disponibilizadas a crianças mais velhas na escola. As vacinas para adultos são normalmente disponibilizadas no seu posto médico ou farmácia.



Se não tiver a certeza se já tomou todas as vacinas recomendadas na Inglaterra, ou se o(a) seu(sua) filho(a) já as tomou, consulte o seu posto médico. Nunca é tarde de mais para tomar as vacinas recomendadas na Inglaterra.

## Registo com o posto médico (GP practice)

Todas as pessoas na Inglaterra podem registar-se com um posto médico e consultar GRATUITAMENTE um médico ou enfermeira de clínica geral. Não é necessário apresentar prova de identidade ou do estatuto de imigração para fazer o registo com um posto médico.

Isto também se aplica no caso de requerentes de asilo, refugiados, pacientes sem abrigo ou visitantes do estrangeiro, quer se encontrem legalmente no Reino Unido ou não.

Deve fazer o registo, mesmo se estiver bem de saúde. Nunca sabe quando precisará de cuidados de saúde e o posto médico pode fornecer serviços de prevenção para o(a) manter saudável.



Se necessitar de um(a) acompanhante (chaperone) ou de um(a) intérprete, informe o posto médico.

## Todas as pessoas na Inglaterra devem realizar o registo com um médico de família. Pode consultar o médico gratuitamente e não precisa de apresentar prova de residência

Pode consultar mais informações sobre o registo com o médico de família neste folheto e no website:

[www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice](http://www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice)

Poderá ter de pagar por certos tratamentos do NHS, mas as vacinas de rotina são gratuitas.

## O que deve fazer se tiver problemas a aceder aos cuidados de saúde?

Se ainda tiver problemas, telefone para o 111.

### Cada país disponibiliza vacinas diferentes

Deve consultar o seu médico de família e verificar que tomou todas as vacinas disponíveis na Inglaterra. O motivo pelo qual não as tomou não é relevante. O importante é que as tome para ficar protegido(a).

Certas infeções são mais comuns noutros países, por isso também é importante verificar se necessita de vacinas adicionais antes de viajar para o estrangeiro para visitar família e amigos - algumas das vacinas para viajar não são fornecidas de modo gratuito no NHS.



## Quais são as vacinas de rotina na Inglaterra e quando são administradas?



As vacinas são disponibilizadas aos bebés recém-nascidos, crianças pequenas, adolescentes, grávidas e pessoas idosas. Pode consultar mais informações sobre o programa de vacinas no seguinte website:

[www.nhs.uk/conditions/vaccinations](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations). Se não tiver tomado qualquer uma das vacinas do programa do Reino Unido, poderá ter de as tomar, mesmo que já tenha uma idade mais avançada. Contacte o seu médico de família ou enfermeira, se necessitar de uma dose que não tenha tomado.



Os bebés e crianças pequenas necessitam de vacinas para os proteger de infeções infantis, incluindo sarampo, papeira, rubéola (tríplice viral, ou "MMR" na sigla em inglês), rotavírus, difteria, tosse convulsa, meningite, poliomielite, tétano, hepatite B, tuberculose e outras.



As crianças de idade pré-escolar necessitam de doses adicionais de algumas das vacinas acima indicadas. Isto ajuda a proteger as crianças melhor e durante mais tempo. A vacina para a gripe é disponibilizada todos os anos às crianças a frequentar a escola primária.



Os adolescentes necessitam de doses adicionais contra algumas destas infeções, incluindo contra a meningite, para fornecer proteção adicional até à idade adulta. A vacina contra o HPV, que pode ajudar a evitar certos tipos de cancro, também é disponibilizada aos adolescentes.



Se estiver a pensar em engravidar, deve certificar-se de que tomou todas as vacinas - especialmente as duas doses da vacina tríplice viral (MMR) - antes de engravidar.

Se estiver grávida, necessita de vacinas para a proteger a si e ao seu bebé contra a tosse convulsa e gripe. Também pode fazer a triagem (através de um teste de sangue) de infeções como a hepatite B, que é transmissível da mãe para o bebé. Alguns bebés poderão ter de receber uma vacina contra a hepatite B adicional após o parto.



As pessoas idosas necessitam de vacinas para as proteger da gripe, pneumonia e herpes zóster.

**Consulte o seu médico de família ou enfermeira para verificar se necessita de alguma vacina de rotina ou adicional, bem como se o(a) seu(sua) filho(a) também necessita das mesmas.**