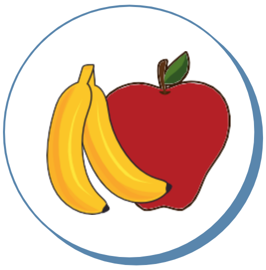
PAG ALAGA SA NGIPIN AT BIBIG: PARA SA LAHAT NG EDAD

Magkaroon ng balanseng diyeta na may 5 bahagi ng prutas at gulay sa isang araw



Kumain ng mas kaunting matamis na pagkain at inumin

Magsipilyo ng iyong ngipin sa loob ng 2 minuto gamit ang fluoride toothpaste, dalawang beses sa isang araw (bago matulog at sa iba pang oras). Bawat 3 buwan, palitan ang sipilyo o mas maaga kung sira na

Tumigil sa paninigarilyo
kung umiinom ka ng alak, isaalang-alang ang pagbawas sa dami ng iyong kunsumo

AKSESO SA SERBIS-YONG DENTAL NG NHS

Agarang pangangalaga sa ngipin

Kung kailangan ng agarang pangangalaga, tawagan ang **NHS 111**. Huwag makipag-ugnayan sa GP o pumunta sa A&E dahil hindi sila makakapagbigay ng agarang pangangalaga sa ngipin

Paghanap ng dentista ng NHS

Upang mahanap ang iyong pinakamalapit na dentista ng NHS, bisitahin ang NHS.uk https://www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist Tiyaking na-access mo ang dentista ng NHS na tumatanggap ng pasyente ng NHS

Dental na pag gagamot ng NHS ay libre?

Ang NHS dental treatment ay libre:

- Para sa pag-alis ng mga tahi, itigil ang pagdurugo sa bibig, ayusin ang mga pustiso
- Kung ang tao ay wala pang 18 taong gulang o wala pang 19 sa buong oras ng edukasyon
- Kung ang tao ay tumatanggap ng partikular na benepisyo. Sabihin sa iyong dentista kung nakatanggap ka ng benepisyo. Magpakita ng katunayan upang maiwasan magkaroon ng bayad
- Kung ang tao ay buntis o nagkaroon ng sanggol sa nakalipas na 12 buwan. Ang sertipiko ng 'MAT B1' o maternity exemption certificate (MatEx) ay dapat ipakita sa dental practice

Ang taong may mababang kita o walang pang dulog sa pang publikong pondo ay maaaring mag-apply para makatulong sa gastusin ng NHS dental care. https://www.nhs.uk/nhs-services/help-with-health-costs/nhs-low-income-scheme-lis/

Depende sa kanilang pagiging karapat-dapat, ang isang tao ay maaaring makatanggap ng buong tulong (HC2 certificate) o bahagyang tulong (HC3 certificate) na may mga gastos.

EPEKTO NG COVID-19 SA SERBIS-YONG DENTAL NG NHS

Epekto ng COVID-19 sa serbisyong dental ng NHS

May mga pagbabagong ginawa sa nakagawiang pangangalaga sa ngipin dahil sa COVID-19.

Ang serbisyo sa ngipin ng NHS ay hindi gumana sa buong kapasidad nito dahil sa epekto ng COVID-19.

Ibig sabihin, uunahin muna ang mga may agarang pangangailangan sa ngipin.

Aabutin ng matagal para tumakbo lahat ang serbisyo sa ngipin sa parehong kapasidad gaya ng ginawa nila bago ang COVID-19. Ibig sabihin maaaring may paghihintay sa nakagawiang pag-aalaga (hal. Hindi agarang pagpuno, mga pagsusuri)

Tandaan...

- Hindi kailangan ang pagpaparehistro sa GP para magpatingin sa dentista
- HINDI dapat humingi ang mga dentista sa mga migrante ng patunay ng tirahan o patunay ng katayuan sa imigrasyon kapag nag-aplay sila para sa pangangalaga sa ngipin ng NHS
- Kung kailangan mo ng serbisyong interpretasyon o pagsasalin, ipaalam sa dental practice at dapat silang tumulong

Tama ang mga impormasyon mula noong 21.10.2021

Ang leaflet na ito ay pinagsama-samang binuo, pinangunahan ni Dr Sarah Kaddour, NHSEI

Kontakin si s.kaddour@nhs.net para sa anumang mga katanungan

Susuriin sa Disyembre 2022