

Comemoração do 7º Aniversário USF Manuel Rocha Peixoto

A Unidade de Saúde Familiar (USF) Manuel Rocha Peixoto comemorou no dia 23 de Março o seu sétimo aniversário. Para assinalar esta data, a equipa de profissionais de saúde proporcionou aos seus utentes um dia diferente na Unidade de Saúde. Houve momentos de animação infantil, oferta de brindes e leitura de poesia com a parceria dos profissionais da Biblioteca Lúcio Craveiro da Silva.

Foi inaugurada a exposição de fotografia de Renato Roque intitulada “Catedrais ao Rio” que está exposta nos corredores da USF.

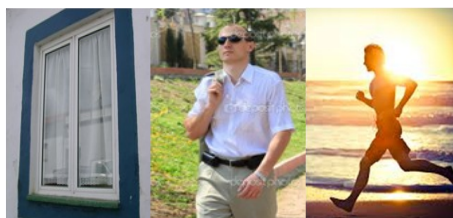
A equipa multidisciplinar de profissionais da USF constituída por 8 médicos, 8 enfermeiros, 6 secretárias clínicas e 6 médicos internos orgulha-se do trabalho desenvolvido ao longo dos últimos anos. Aproveita a ocasião para agradecer o reconhecimento e incentivo que diariamente recebe dos seus utentes, fundamental para a melhoria continua dos cuidados prestados à nossa população.



Rinite Alérgica

Com o início da Primavera, assistimos a níveis crescentes de pólenes em circulação no ar, atingindo-se o pico da polinização entre os meses de maio e junho. Para muitas pessoas, inicia-se uma fase caracterizada por **espirros** frequentes, **comichão** no nariz, **corrimento nasal**, **sensação de nariz entupido** e **lacrimejo** que no seu conjunto caracterizam a **Rinite Alérgica**.

Os ácaros, os fungos e o pêlo dos animais são também possíveis fatores desencadeantes de alergias em pessoas predispostas. O impacto desta doença vai além dos sintomas descritos, podendo limitar o desempenho profissional, escolar bem como causar perturbação do sono. Assim, perante estas queixas deverá **procurar aconselhamento clínico**.



Cuidados a ter perante estas queixas:

- Manter as janelas de casa fechadas e optar por arejar ao final do dia;
- Viajar com as janelas do carro, autocarro ou comboio fechadas;
- Utilizar óculos de sol no exterior;
- Nos picos de polinização optar por passear e/ou praticar desporto ao final do dia, à beira-mar ou em recintos fechados;
- Consultar o boletim polínico semanal disponibilizado no sítio www.spaic.pt para se informar dos níveis de polinização nacionais.
- Evitar contato com outros alérgenos conhecidos (pó, feno, pêlo de cão e gato...)

Passatempos

4							2
	5			9		4	6
			7				
8		1		2			
					2		3
		3		5			
	4			7			
	7	9	3			6	8
			6			5	

				9			
			4				
		1		8	7		3 4
					8	1	3
2			7				
					5	9	
	9						
	8	5		6		2	9
4				3			5

Portal do Serviço Nacional de Saúde

O novo Portal do Serviço Nacional de Saúde (SNS) é uma plataforma online criada com o objetivo de reforçar a transparência da informação disponibilizada à comunidade no que respeita à saúde. Este portal divide-se em quatro áreas principais: cidadão, profissional, institucional e SNS.

A **área do cidadão** facilita a partilha de informação entre o utente, os profissionais de saúde e as entidades prestadoras de serviço de saúde. Esta ferramenta permite ao utente ter uma maior autonomia através do controlo e gestão da sua saúde. São vários os serviços disponibilizados, nomeadamente a **marcação de consultas** no centro de saúde via online, a **renovação da medicação crónica**, a **consulta do testamento vital**, a **simulação e pedido de isenção de taxas moderadoras**, bem como a **consulta do processo clínico**, entre outras funcionalidades.

Para aceder a todas estas funcionalidades o utente só terá que consultar o sítio **www.sns.gov.pt** e realizar o registo na **área do cidadão** facultando o **mail** e o **número telemóvel**, importantes para a prescrição eletrónica de medicamentos.



Contactos

Largo Paulo Orósio, 2ª andar, 4700-036 Braga

Visite-nos no Facebook em **USF Manuel Rocha Peixoto**

Telf: 253 209 240

Fax: 253 209 241

usfmrp@gmail.com

Responsável por publicação: Vera Queiroz Peixoto

Colaboração: restantes elementos da equipa

Avisos

Prescrição eletrónica de medicamentos: o fim das receitas em papel

A partir do dia 1 de Abril torna-se obrigatória a prescrição da medicação por via eletrónica (receita sem papel) em todo o Serviço Nacional de Saúde. Assim, quando o utente recorrer à consulta médica, a prescrição da medicação não será fornecida nas habituais receitas em formato de papel.

Na consulta poderá receber o **código de dispensa em formato papel** designado por “Guia de tratamento para o utente” com toda a medicação prescrita. Também poderá receber o **código de dispensa via email** ou **SMS**. Estas são as três diferentes vias facultadas para a dispensa de medicamentos na farmácia.

Uma das vantagens é que no levantamento da medicação na farmácia, o utente poderá optar por dispensar todos os medicamentos prescritos ou apenas parte deles, sendo possível levantar os restantes noutra farmácia e/ou noutro dia.

Em caso de perda do código de dispensa em formato papel, email ou SMS poderá, após registo no **Portal do SNS (www.sns.gov.pt) - área do cidadão**, recuperar e imprimir um novo Guia de Tratamento.