# خدمات تک رہنمائی

دیکھیں کہ کون سی خدمت یا پیشہ ور فرد آپ کی مدد کے لئے سب سے بہتر ہے۔

## NHS 111

NHS 111 ایک نئی خدمت ہے جو آپ کے لئے مقامی طبی خدمات تک رسائی کو مزید آسان بناتی ہے۔ لینڈلائن اور موبائل فون سے کالیں مفت ہیں۔ اگر آپ کو فوری طبی نگہداشت کی ضرورت ہو تو آپ کو چاہئے کہ کسی دیگر خدمت سے رجوع کرنے سے پہلے NHS 111 کو کال کریں۔ NHS 111 کو کال کرنے سے آپ کی رہنمائی سیدھے اس مقامی خدمت تک کی جائے گی جو سب سے بہتر طریقہ سے آپ کی مدد کرسکے۔ یہ دن میں 24 گھنٹے، سال میں 365 دن دستیاب ہے۔

### مجھے NHS 111 کو کب کال کرنا چاہئے؟

- جب آپ کو جلدی میں مدد درکار ہو لیکن یہ جان لیوا نہ ہو۔
- جب آپ سمجھتے ہوں کہ آپ کو A&E یا NHS کی کسی دیگر فوری نگہداشت کی خدمت سے رجوع کرنے کی ضرورت ہے۔
- جب یہ جی پی سرجری کے اوقات کے علاوہ وقت ہو۔
- جب آپ علاقہ کا دورہ کررہے ہوں۔
- جب آپ کو معلوم نہ ہو کہ طبی مدد کے لئے کسے کال کریں۔

## فارماسسٹ

آپ کے مقامی فارماسسٹ زیادہ تر عام طبی مسائل سے متعلق صلاح فراہم کرسکتے ہیں۔ وہ دوائیں اور دیگر طبی مصنوعات تجویز کرسکتے اور دے سکتے ہیں۔ سپرمارکیٹوں میں اکثر فاماسسٹ ہوتے ہیں اور بہت سے دیر تک کھلے ہوتے ہیں۔
www.nhs.uk پر NHS چوائسیز دیکھیں جہاں آپ خدمت شناخت کنندہ پا سکتے ہیں جو آپ کے قریب ترین علاقہ میں فارماسسٹ تلاش کرنے میں آپ کی مدد کرے گا۔

## جی پی

آپ کو کسی جی پی کے یہاں رجسٹریشن کرانے کی ضرورت ہوگی (اپنے علاقہ میں کوئی جی پی پانے کے لئے: www.nhs.uk/servicedirectories پر NHS چوائسیز کے فائنڈ سروسیز سسٹم کا استعمال کریں)۔ آپ کا جی پی صلاح دے سکتا ہے، دوائیں دے سکتا ہے اور دیگر خدمات سے متعلق معلومات فراہم کرسکتا ہے۔ آپ کو ایک اپوائنٹمنٹ لینے کی ضرورت ہوگی لیکن اگر آپ فکرمند ہوں تو زیادہ تر جی پی کسی بچہ کو کافی جلدی دیکھیں گے۔

شام کے دوران، اختتام ہفتہ کے دنوں اور عوامی چھٹیوں میں زیادہ تر خدمات کا احاطہ اوقات کار کے علاوہ کی ایک جی پی خدمت کے ذریعہ کیا جاتا ہے، NHS 111 پر کال کریں۔

## معائنہ کار صحت

معائنہ کاران صحت ابتدائی سالوں کے دوران آپ اور آپ کے گھرانے کے لوگوں کا تعاون کرنے کے لئے ہیں۔ وہ آپ سے گھر پر ملاقات کریں گے یا آپ کے مقامی کلینک میں آپ کو دیکھیں گے۔ وہ آپ کی صحت اور نشو و نما سے متعلقہ ضروریات کی تشخیص کریں گے اور آپ کو بتا سکیں گے کہ اضافی مدد کہاں سے مل سکتی ہے، اگر آپ کو اس کی ضرورت ہو۔

## مراکز اطفال

گھرانے ایک دوستانہ ماحول میں بہت ساری معلومات تک رسائی حاصل کرسکتے ہیں۔
مراکز اطفال فروغ صحت اور تحفظ سے متعلق صلاح سمیت متعدد صلاح فراہم کرسکتے ہیں اور وہ بچوں کی صحت و سلامتی کے تمام پہلوؤں کو فروغ دیتے ہیں۔

## دانت کا ڈاکٹر

یقینی بنائیں کہ آپ کسی دانت کے ڈاکٹر سے مستقل بنیاد پر ملتے رہیں۔ کوئی دانت کا ڈاکٹر پانے کے لئے NHS چوائسیز کی www.nhs.uk دیکھیں۔ ان مریضوں کے لئے جو درد میں مبتلا ہوں اور اوقات کار کے علاوہ میں ایمرجنسی دانت کا ڈاکٹر پانے کے لئے NHS 111 پر کال کریں۔

فوری، جان لیوا ہنگامی حالات کے لئے، برائے مہربانی 999 پر کال کریں۔ A&E اور 999 ایسی ایمرجنسی خدمات ہیں جو صرف اس وقت استعمال کی جانی چاہئیں جب چھوٹے اور بڑے بچوں کو بہت زیادہ چوٹ لگی ہو یا ان میں سنگین بیماری کی علامات جیسے دم گھٹنا، سینے میں درد، بینائی وغیرہ کا گم ہونا یا خون کا ضائع ہونا۔