BENGALI

# NHS কিভাবে কাজ করে: অভিবাসীদের জন্য একটি নির্দেশিকা

DOCTORS OF THE WORLD

Bevan
Inclusive Health and Wellbeing

111

বিনামূল্যে স্বাস্থ্য সম্পর্কিত তথ্য এবং পরামর্শ পেতে 24-ঘন্টার পরিষেবা NHS এর বিনামূল্যের ফোন লাইনে 111 ডায়াল করে যোগাযোগ করতে পারেন। আপনি "interpreter please" (“দোভাষী চাই”) বলে আপনার ভাষায় একজন দোভাষী চাইতে পারেন।

## ফার্মেসি → প্রাথমিক ওষুধ

ফার্মাসিস্টরা সর্দি, কাশি, গলাব্যথা, পেটের সমস্যা ও ব্যথা এবং যন্ত্রণার মতো ছোটখাটো অসুখের ক্ষেত্রে ক্লিনিকাল পরামর্শ এবং ওষুধ দিতে পারেন। ফার্মাসিস্ট আপনাকে জানাবেন যে আপনার ডাক্তারের কাছে যেতে হবে কিনা বা আপনার যে সহায়তার প্রয়োজন আপনি যাতে সেগুলি পান তা নিশ্চিত করার জন্য আপনাকে অন্য কোনো স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের কাছে পাঠাবে। এছাড়াও আপনি কোনো ফার্মেসি বা সুপারমার্কেট থেকে ছোটখাটো অসুখের ওষুধ বা প্রাথমিক চিকিৎসা সামগ্রী কিনতে পারেন; নিকটস্থ ফার্মেসি খুঁজে পেতে এখানে যান: www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

## দন্ত-চিকিৎসক এবং চক্ষুরোগ বিশেষজ্ঞ → দাঁত এবং চোখের চিকিৎসা

- একজন দন্ত-চিকিৎসক খুঁজে পান এখানে www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist
- একজন চক্ষুরোগ বিশেষজ্ঞ খুঁজে পান এখানে www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/opticians/

যদি আপনার দাঁতে ব্যথা থাকে তাহলে জরুরি দন্তচিকিৎসা পরিচর্যার জন্য 111 নম্বরে কল করুন

## জিপি প্র্যাকটিস বা চিকিৎসা কেন্দ্র → চিকিৎসা ব্যবস্থাপনা, দীর্ঘমেয়াদী পরিচর্যার সমন্বয়সাধন এবং হাসপাতালের বিশেষজ্ঞদের অ্যাক্সেস

একজন জিপি, চিকিৎসা পরামর্শ দিতে পারেন, রোগ সনাক্ত করতে পারেন এবং ওষুধ দিতে পারেন। অনেক ধরনের শারীরিক এবং মানসিক স্বাস্থ্যজনিত সমস্যার ক্ষেত্রে তারা আপনার যোগাযোগ করার জন্য প্রথম ব্যক্তি হতে পারেন। জিপি প্র্যাকটিস আপনার দীর্ঘমেয়াদী স্বাস্থ্যসেবা সমন্বয় ও ব্যবস্থাপনার জন্যও দায়ী এবং আপনার যদি আরও বিশেষ কোনো হাসপাতালের পরিষেবার প্রয়োজন হয় তবে তারা আপনাকে রেফার করতে পারেন। আপনার বর্তমান স্বাস্থ্য সমস্যার চাহিদা মেটাতে একজন জিপি প্র্যাকটিসের সাথে রেজিস্টার করাই সবথেকে ভালো। www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

## সম্প্রদায়ভিত্তিক স্বাস্থ্য পরিষেবা → গর্ভাবস্থা, শিশু স্বাস্থ্য, গর্ভনিরোধক পরিষেবা

কিছু কিছু স্বাস্থ্য পরিষেবা সম্প্রদায়ের মধ্যেই পাওয়া যায়, হাসপাতালে নয়। এর মধ্যে রয়েছে মানসিক স্বাস্থ্য, শিশু স্বাস্থ্য এবং প্রসবপূর্ব পরিষেবা এবং যৌন স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা ক্লিনিক।

## ওয়াক-ইন বা জরুরী চিকিৎসা কেন্দ্র → ছোটখাটো আঘাত বা জরুরী চিকিৎসা পরামর্শ

ছোটখাটো আঘাত যেমন কেটে যাওয়া, মচকে যাওয়া এবং ছোট ফাটল বা জরুরী চিকিৎসা পরামর্শের জন্য যদি জরুরী চিকিৎসার প্রয়োজন হয়, তাহলে আপনি কোনো অ্যাপয়েন্টমেন্ট ছাড়াই সরাসরি ওয়াক-ইন বা জরুরি পরিচর্যা কেন্দ্রে যেতে পারেন। এই কেন্দ্রগুলি সাধারণত দিনের বেলা খোলা থাকে।

## জরুরী পরিষেবা → চিকিৎসাগত জরুরি অবস্থা বা জীবন-সংকটের পরিস্থিতি

999

গুরুতরভাবেঅসুস্থ বাআঘাতপ্রাপ্তহয় এবংতাদের জীবনঝুকিপূর্ণ অবস্থায়থাকে তাহলে 999 নম্বরে ফোন করুন। টেলিফোন অপারেটর আপনাকে পরামর্শ দেবে যে কী করতে হবে বা কোথায় যেতে হবে। চিকিৎসা প্রদানের জন্য বা রোগীকে হাসপাতালে স্থানান্তরিত করার জন্য একটি এম্বুলেন্স পাঠানো হতে পারে। হাসপাতালের দুর্ঘটনা এবং জরুরী (Accident and Emergency, A&E) বিভাগ বছরের প্রত্যেক দিন 24 ঘন্টা খোলা থাকে। আপনি সরাসরি এবং কোনো অ্যাপয়েন্টমেন্ট ছাড়াই এই পরিষেবাগুলি গ্রহণ করতে পারেন www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999/

## জরুরী মানসিক স্বাস্থ্য → আত্মহত্যার চিন্তা বা নিজেকে গুরুতরভাবে ক্ষতিগ্রস্ত করা

আপনি যদি নিজেকে গুরুতরভাবে ক্ষতিগ্রস্থ করে থাকেন বা করতে চলেছেন, তাহলে অ্যাম্বুলেন্সের জন্য 999 নম্বরে ফোন করুন বা সরাসরি A&E-তে যান। যদি আপনি আত্মহত্যার কথা ভাবছেন, তাহলে 116 123 নম্বরে ফোন করে সামারিটানদের মধ্যে থেকে কোনো একজনের সাথে কথা বলুন।

# স্বাস্থ্যসেবায় আপনার অধিকার: অভিবাসীদের জন্য একটি নির্দেশিকা

## প্রত্যেকেরই একজন জিপি (জেনারেল প্র্যাকটিশনার) এর সাথে রেজিস্টার হওয়ার অধিকার রয়েছে

**আপনার ঠিকানার প্রমাণপত্র, অভিবাসন স্থিতি, আইডি বা NHS নম্বরের প্রয়োজন নেই।**

আপনার নিকটস্থ জিপি প্র্যাকটিস খুঁজে বের করুন এবং অনলাইন রেজিস্টার করুন। www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

একজন জিপি-র সাথে রেজিস্টার করতে যদি আপনার কোনো সমস্যা হয় তাহলে আপনি নিম্নলিখিতগুলি করতে পারেন:

- একটি জিপি অ্যাক্সেস কার্ড ডাউনলোড করুন এবং এটি জিপি রিসেপশনিস্টকে দেখান www.doctorsoftheworld.org.uk/gp-access-cards/
- সাহায্যের জন্য NHS ইংল্যান্ড (0300 311 22 33) বা ডক্টরস অফ দ্যা ওয়ার্ল্ডকে (0808 1647 686) ফোন করুন

## এই স্বাস্থ্যসেবাসমূহ সবার জন্যই বিনামূল্যে

- জিপি-র পরামর্শ এবং চিকিৎসা
- এমন পরিষেবা যা NHS 111 টেলিফোন পরামর্শ লাইনের অংশ হিসাবে প্রদান করা হয়
- একটি A&E বিভাগ, ওয়াক-ইন সেন্টার, ছোটখাটো আঘাতের ইউনিট বা জরুরী পরিচর্যা কেন্দ্রে দুর্ঘটনা এবং জরুরী পরিষেবা প্রদান করা হয়
- কিছু সংক্রামক এবং যৌনবাহিত রোগ সনাক্তকরণ এবং তার চিকিৎসা
- COVID-19 এর তদন্ত করা, রোগ সনাক্তকরণ, চিকিৎসা এবং টিকা দেওয়ার জন্য NHS পরিষেবা প্রদান করা হয়
- পরিবার পরিকল্পনা পরিষেবা (গর্ভনিরোধক)
- নির্যাতন, নারীর যৌনাঙ্গ বিকৃতি, গার্হস্থ্য সহিংসতা বা যৌন সহিংসতার কারণে শারীরিক বা মানসিক অবস্থার চিকিৎসা

## বিশেষজ্ঞ স্বাস্থ্য পরিষেবাগুলি নিম্নলিখিতদের জন্যও বিনামূল্যে উপলব্ধ:

- **শরণার্থী**
- **আশ্রয়প্রার্থী**
- **আধুনিক দাসত্বের শিকার বা সন্দেহজনক শিকার**
- **নির্ভরশীল**

যেসকল ব্যক্তিদের আশ্রয়ের আবেদন অস্বীকার করা হয়েছে তারাও বিনামূল্যে NHS পরিষেবাগুলি গ্রহণ করতে পারবে। আপনি বিনামূল্যে স্বাস্থ্যসেবা পাওয়ার অধিকারী কিনা তা এখানে চেক করুন। www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide

প্রেসক্রিপশনের ওষুধ, দাঁতের এবং চোখের চিকিৎসা ইংল্যান্ডে সাধারণত বিনামূল্যে পাওয়া যায় না কিন্তু যেসকল আশ্রয়প্রার্থী হোম অফিস দ্বারা আর্থিকভাবে সহায়তা প্রাপ্ত তাদের এইসমস্ত স্বাস্থ্যসেবার খরচের সম্পূর্ণ সহায়তা পাওয়ার জন্য একটি HC2 সার্টিফিকেট দেওয়া হবে। যেকেউ এই সহায়তার জন্য আবেদন করতে পারেন, কিভাবে আবেদন করবেন সে সম্পর্কে অধিকপরামর্শ দেখুন। www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide

UK Health Security Agency

এর সাথে অংশীদারিত্বে রয়েছে

MAYOR OF LONDON

NHS

March 2022