HINDI

एनएचएस कैसे काम करता है : प्रवासियों के लिए एक मार्गदर्शिका

आप स्वास्थ्य संबंधित मुफ्त जानकारी और सलाह के लिए एनएचएस की 24 घंटे चलने वाली मुफ्त फोन लाइन सेवा को 111 डॉयल करके संपर्क कर सकते हैं। आप अपनी भाषा में एक दुभाषिए की मांग कर सकते हैं "interpreter please" (कृपया दुभाषिया चाहिए) बोलकर।

औषधालय → सामान्य दवाएं

फार्मासिस्ट आपको कई तरह की छोटी—मोटी बीमारियों जैसे कफ, ठंड, गले में खरास, पेट में परेशानी, दर्द और पीड़ा के लिए नैदानिक सलाह और दवाएं दे सकता है। फार्मासिस्ट आपको बतायेगा कि क्या आपको एक डॉक्टर से मिलने की जरूरत है या आपको एक दूसरे स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर की ओर निर्देशित करेगा यह सुनिश्चित करने के लिए की आपको जरूरी मदद मिल सके। आप छोटी—मोटी बीमारियों या प्राथमिक चिकित्सा सप्लाई को एक औषधालय या सुपरमार्केट से खरीद सकते हैं; सबसे निकटतम औषधालय के खोजने के लिए, www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy पर जाएं।

दंत चिकित्सक और ऑप्टिशियंस → दांतों और आंखों की देखभाल

- दंत चिकित्सक खोजें www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist
- ऑप्टिशियंस खोजें www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/opticians/

अगर आपके दांतों में दर्द है तो आपको अत्यावश्यक डेंटल केयर सेवाओं के लिए 111 पर कॉल करना चाहिए।

जीपी अभ्यास या चिकित्सा केंद्र → चिकित्सा प्रबंधन, दीर्घकालिक देखभाल का समन्वय और अस्पताल के विशेषज्ञों तक पहुंच

एक जीपी (सामान्य चिकित्सक) आपको चिकित्सा सलाह दे सकता है, बीमारी की पहचान करता है और दवाएं लिखता है। कई तरह की शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य चिंताओं के लिए वे आपके संपर्क के सबसे पहले बिंदु हो सकते हैं। जीपी अभ्यास आपके दीर्घकालिक स्वास्थ्य देखभाल के समन्वय और प्रबंधन के लिए भी जिम्मेदार है और अगर आपको अधिक विशिष्ट अस्पताल सेवाओं की आवश्यकता है तो वे आपको संदर्भित कर सकते हैं। अपनी चल रही स्वास्थ्य आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए जीपी अभ्यास के साथ पंजीकरण करना सबसे अच्छा है।
www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाएं → गर्भावस्था, बच्चों का स्वास्थ्य, गर्भनिरोधक सेवाएं

कुछ स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच समुदाय द्वारा प्राप्त की जाती है, न कि अस्पतालों से। इनमें मानसिक स्वास्थ्य, बाल स्वास्थ्य और प्रसवपूर्व सेवाएं और यौन स्वास्थ्य और परिवार नियोजन क्लीनिक शामिल हैं।

वॉक—इन या अत्यावश्यक उपचार केंद्र → छोटी—मोटी चोटें या अत्यावश्यक चिकित्सा सलाह

अगर आपको मामूली चोटों जैसे कटे हुए, मोच और छोटे फ्रैक्चर, या तत्काल चिकित्सा सलाह के लिए तत्काल चिकित्सा देखभाल की आवश्यकता है, तो आप बिना मुलाकात तय किए सीधे वॉक-इन या तत्काल देखभाल केंद्र जा सकते हैं। ये केंद्र आमतौर पर दिन के समय खुले रहते हैं।

आपातकालीन सेवाएं → चिकित्सा आपातकाल या जानलेवा परिस्थिति

अगर कोई गंभीर रूप से बीमार या घायल है और उनकी जान जोखिम में है तो 999 पर कॉल करें। टेलीफोन संचालक आपको सलाह देगा कि आपको क्या करना चाहिए या कहां जाना चाहिए। उपचार प्रदान करने या मरीज को अस्पताल तक पहुंचाने के लिए एक एंबुलेंस भेजी जा सकती है। हॉस्पिटल एक्सीडेंट एंड इमरजेंसी (A&E) विभाग साल के हर दिन 24 घंटे खुले रहते हैं। आप इन सेवाओं तक सीधे और बिना किसी तय मुलाकात के पहुंच प्राप्त कर सकते हैं।
www.nhs.uk/nhs-services/urgent-and-emergency-care-services/when-to-call-999/

आपातकाल मानसिक स्वास्थ्य → आत्मघाती विचार या गंभीर आत्म-नुकसान

अगर आपने स्वयं को गंभीर रूप से नुकसान पहुंचाया है या ऐसा करने वाले हैं तो 999 पर कॉल करें एक एंबुलेंस के लिए या सीधे ए एंड ई में जाएं। अगर आप आत्महत्या के बारे में सोच रहे हैं तो 116 123 पर कॉल करके समरिटेंस में किसी से बात करें।

स्वास्थ्य देखभाल के आपके अधिकार : प्रवासियों के लिए एक मार्गदर्शिका

हर किसी को एक जीपी सामान्य चिकित्सक के साथ अपना पंजीकरण करवाने का अधिकार है

आपको किसी पते के सबूत, आव्रजन स्थिति, आईडी या एक एनएचएस नंबर की जरूरत नहीं है।

अपने निकटतम जीपी अभ्यास को खोजें और ऑनलाइन पंजीकरण करें।
www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

अगर आपको एक जीपी के साथ पंजीकरण करवाने में परेशानी हो रही है तो आप :

- ·एक जीपी एक्सेस कार्ड डाउनलोड करें और जीपी रिसेप्शनिस्ट को यह दिखाएं www.doctorsoftheworld.org.uk/gp-access-cards/
- ·मदद के लिए एनएचएस इंग्लैंड को (0300 311 22 33) पर या डॉक्टर्स ऑफ़ द वर्ल्ड को (0808 1647 686) पर फोन करें।

ये स्वास्थ्य सेवाएं हर किसी के लिए निशुल्क हैं

- जीपी की सलाह और उपचार
- एनएचएस के 111 टेलीफोन सलाह लाइन के हिस्से के रूप में प्रदान की जाने वाली सेवाएं
- ए एंड ई विभाग में प्रदान की जाने वाली दुर्घटना और आपातकाल सेवाएं, वॉक—इन केंद्र, छोटी—मोटी चोटों की इकाई या अत्यावश्यक देखभाल केंद्र।
- कुछ संक्रमण और यौन संबंधों से फैलाने वाली बीमारियों की पहचान और उपचार
- कोविड—19 की जांच, पहचान, उपचार और टीकाकरण के संबंध में प्रदान की जाने वाले एनएचएस सेवाएं
- परिवार नियोजन सेवाएं (गर्भनिरोधन)
- यातना, महिला जननांग विकृति, घरेलू हिंसा या यौन हिंसा के कारण होने वाली शारीरिक या मानसिक स्थिति के लिए उपचार

विशेषज्ञ स्वास्थ्य सेवाएं भी निशुल्क हैं :

- **·शरणार्थियों के लिए**
- **·शरण चाहने वालों के लिए**
- **·आधुनिक दासता के शिकार या संदिग्ध शिकारों के लिए**
- **·आश्रितों के लिए**

जिन लोगों के शरण का आवेदन अस्वीकार कर दिया गया है, उनके पास अभी भी निशुल्क एनएचएस सेवाओं तक पहुंच हो सकती है। जांचें कि क्या आप मुफ्त स्वास्थ्य देखभाल के हकदार हैं।
www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide

पर्चे वाली दवाएं, दंत चिकित्सा और आंखों की देखभाल इंग्लैंड में आम तौर पर मुफ्त नहीं होती है, लेकिन शरण चाहने वालों को गृह कार्यालय द्वारा आर्थिक रूप से समर्थित इन स्वास्थ्य लागतों के लिए पूर्ण सहायता प्राप्त करने के लिए एक HC2 प्रमाणपत्र दिया जाएगा। इस सहायता के लिए कोई भी आवेदन कर सकता है, आवेदन करने के तरीके के बारे में और सलाह देखें।
www.gov.uk/guidance/nhs-entitlements-migrant-health-guide

UK Health Security Agency

साझेदारी के साथ

MAYOR OF LONDON

NHS

March 2022