ધ નેશનલ હેલ્થ સર્વિસ

આ હસ્તપત્રિકા સમજાવે છે કે UKમાં નેશનલ હેલ્થ સર્વિસ (NHS) કેવી રીતે કામ કરે છે.

નેશનલ હેલ્થ સર્વિસ UKમાં આરોગ્ય સંભાળ પૂરી પાડે છે અને તેને કરવેરામાંથી નાણાકીય સહાય મળે છે. આશ્રયસ્થાનની માગણી કરનારા લાકો તેમના દાવા અથવા અપીલ વિચાર હેઠળ હોય તે સમય દરમિયાન કોઇ ખર્ચ વિના NHS સંભાળ મેળવવા હક્કદાર છે. તમારે નિશુલ્ક દવાઓ, દાંતની સારવાર, આંખની તપાસો અને કેટલાક ચશ્મા મેળવવા માટે નેશનલ ઍસાઇલમ સપોર્ટ સર્વિસ (NASS) દ્વારા આપવામાં આવતું અથવા ફાર્મસીઓમાં મળતું HC2 ફૉર્મની જરૂર પડશે.

ડૉક્ટરો, નર્સો અને દુભાષિયાઓ સહિત NHS માટે કામ કરતા લોકો <u>તમારા વિશે કોઇ પણ માહિતી અન્ય વ્યક્તિ અથવા સંસ્થાને તમારી પરવાનગી વગર નહીં આપે</u>. <u>બધી તબીબી સંભાળ ખાનગી છે અને આશ્રયસ્થાન માટેના તમારા દાવાના ચુકાદા પર અસર નથી કરતી.</u>

મારા આરોગ્ય માટે હું કેવી રીતે મદદ મેળવી શકુ ?

જો તમે બીમાર હો, તમારા અથવા તમારા પરિવારના કોઇ સભ્યના આરોગ્ય બાબતે ચિંતિત હો, તો તમારે જનરલ પ્રેક્ટિશનર (GP)ના નામે ઓળખાતા તમારા સ્થાનિક ડૉક્ટરને મળવું જોઇએ. GPની ક્લિનિકને સર્જરી અથવા હેલ્થ સેન્ટર કહેવામાં આવે છે.

તમારે GP પાસે બને તેટલું જલ્દી નામ નોંધાવવું (રજિસ્ટર કરાવવું) જોઇએ જેથી તમે જરૂર હોય તો તબીબી સંભાળ મેળવી શકો. તમારે નામ નોંધાવવા માટે તમારું નામ, જન્મ તારીખ, સરનામું અને હોય તો ટેલિફોન નંબર આપવું પડશે. તમને તમારા રહેણાકની સગવડ કરી આપનાર ટેકા કાર્યકર નામ નોંધાવવાની સ્થાનિક વ્યાવસ્થાઓ વિશે જાણતા હશે.

કેટલાક GPs બધા નવા દર્દીઓને આરોગ્ય તપાસ કરાવવાનું કહે છે. સામાન્ય રીતે આ તપાસ નર્સ દ્વારા કરવામાં આવે છે. જો તમે સ્વસ્થ હો તો પણ તમારે આ ઍપોઇન્ટમેન્ટ માટે જવું જરૂરી છે.

જો કોઇ પ્રેક્ટિસ તમારું નામ ન નોંધાવે, તો તમે સ્થાનિક પ્રાઇમરી કેર ટ્રસ્ટને કોઇ પ્રેક્ટિસમાં તમારું નામ મુકરર કરવા કહી શકો છો.

હું કેવી રીતે ઍપોઇન્ટમેન્ટ લઇ શકુ છું ?

તમે સર્જરીમાં તમારા ડૉક્ટરને અથવા ત્યાંની કોઇ નર્સને મળવા જાઓ તે પહેલાં સામાન્ય રીતે તમારે વ્યક્તિગત રીતે અથવા ટેલિફોનથી ઍપોઇન્ટમેન્ટ લેવી પડે. તમે કોઇ પુરૂષ ડૉક્ટર અથવા સ્ત્રી ડૉક્ટરને અથવા નર્સને મળવાની માગણી કરી શકો છો, જોકે આ હંમેશા શક્ય નહીં બને.

તમારે બિનતાકીદની (નોન અર્જન્ટ) ઍપોઇન્ટમેન્ટ માટે થોડા દિવસની રાહ જોવી પડશે. જો તમને લાગતું હોય કે તમારે ડૉક્ટરને તાકીદના ધોરણે મળવું છે, તો ઍપોઇન્ટમેન્ટ લેતી વખતે રિસેપ્શનિસ્ટને કહો તો યોગ્ય હોય તો એ જ દિવસે તમારી તપાસ કરવામાં આવશે. જો ડૉક્ટરને લાગે કે તમે બીમારીને લીધે સર્જરીમાં નહીં આવી શકો, તો તે તમારા ઘરે મુલાકાત માટે આવી શકે છે.

ડૉક્ટર સાથેની ઍપોઇન્ટમેન્ટ પાંચથી દસ મિનિટની રહેશે. તમારે ડૉક્ટરને મળવા ઇચ્છતા તમારા પરિવારના દરેક સભ્ય માટે અલગ ઍપોઇન્ટમેન્ટ લેવી પડશે.

કૃપા કરીને ખાતરી કરશો કે તમે <u>તમારી ઍપોઇન્ટમેન્ટ માટે સમયસર હાજર થાઓ અને જો હાજર ન થઇ શકો તો કૃપા કરીને તેને રદ્દ કરવાની ખાતરી કરશો.</u>

હું ઇંગ્લિશ ભાષા બોલી ન શકુ તો મારે શું કરવું જોઇએ ?

તમારે દુભાષિયાની જરૂર હોય તો ઍપોઇન્ટમેન્ટ લેતી વખતે તમારે રિસેપ્શનિસ્ટને જાણ કરવી જોઇએ. કર્મચારીઓને કહો કે તમે કઇ ભાષા બોલો છો અને તેઓ તમારા માટે દુભાષિયાની વ્યવસ્થા કરશે અથવા ફોન પર દુભાષિયાની સેવા મેળવશે. તમે અને ડૉક્ટર એકબીજાને સમજો એ જરૂરી છે, જેથી તે તમારી તકલીફનું ચોકસ નિદાન કરી શકે.

મારા GP સાથે બીજું કોણ કામ કરે છે ?

- UKમાં <u>નર્સો</u> ખૂબ ઉચ્ચ તાલીમ મેળવે છે. તેઓ રસીકરણો, ગર્ભનિરોધ સલાહ, ડાયાબીટિસ જેવી લાંબા સમયથી ચાલતી બીમારીઓ જેવી ઘણી આરોગ્ય જરૂરિયાતોની સંભાળ લે છે અને સામાન્ય આરોગ્ય સલાહ આપી શકે છે.
- <u>દાઇઓ</u> સગર્ભા સ્ત્રીઓ અને તેમના નવજાત શિશુઓની સંભાળ કરે છે. શિશુના જન્મ પહેલાંની સંભાળને 'એન્ટીનેટલ' અને જન્મ પછીની સંભાળને 'પોસ્ટનેટલ' સંભાળ કહેવાય છે.
- <u>હેલ્થ વિઝિટર્સ</u> (આરોગ્ય મુલાકાતીઓ) બાળકો અને તેમના પરિવારોની સંભાળમાં અને તંદુરસ્ત રહેવામાં લોકોને મદદ કરવામાં વિશેષજ્ઞતા ધરાવતી નર્સો હોય છે. તેઓ તમારી મુલાકાત માટે તમારા ઘરે આવી શકે છે.

મારે કોઇ નિષ્ણાત ડૉક્ટરને મળવું હોય તો શું કરવું જોઇએ ?

તમારા GP સામાન્ય રીતે તમારી મોટા ભાગની આરોગ્ય સંભાળ પૂરી પાડશે અને નક્કી કરશે કે તમારે કોઇ નિષ્ણાત ડૉક્ટર (કન્સલ્ટન્ટ)ની અથવા હૉસ્પિટલમાં જવાની જરૂર છે કે નહીં. UKમાં બધા લોકોએ આ નિષ્ણાત ડૉક્ટરોને મળવા માટે રાહ જોવી પડે છે.

હૉસ્પિટલ તમને તમારી ઍપોઇન્ટમેન્ટની વિગતો વિશે લખશે. જો તમારે તમારી ઍપોઇન્ટમેન્ટ વખતે દુભાષિયાની જરૂર હોય તો હૉસ્પિટલનો સંપર્ક કરવો જોઇએ.

હૉસ્પિટલની ઍપોઇન્ટમેન્ટો ક્યારેક તમારી રહેવાની જગ્યાથી દૂરની હૉસ્પિટલોમાં હોઇ શકે, જોકે તમારી પાસે HC2 હોય તો તમને પ્રવાસના ખર્ચ માટે મદદ મળી શકે છે.

પેશન્ટ હેલ્ડ રેકોર્ડસ્ (દર્દી પાસે રાખવામાં આવતા દફતરો)

જો તમને પેશન્ટ હેલ્ડ રેકોર્ડ (વાદળી પુસ્તક) આપવામાં આવ્યું હોય, તો કૃપા કરીને ડૉક્ટર અથવા નર્સ સાથેની દરેક ઍપોઇન્ટમેન્ટ વખતે એ સાથે લઇ જાઓ. <u>આ પુસ્તકમાં આપેલ માહિતી તમારા માટે અને NHS કર્મચારીઓ માટે છે. બીજા કોઇને આ પુસ્તક વાંચવાનો હક્ક નથી.</u>

બીજું કોણ મારી મદદ કરી શકે ?

<u>દવાઓ</u>

જો તમારા ડૉક્ટર તમને દવાઓ આપવા માગતા હોય, તો તે તમારા માટે એક પ્રિસ્ક્રિપ્શન લખી આપશે. આ પ્રિસ્ક્રિપ્શન ફાર્મસી અથવા કેમિસ્ટની દુકાને લઇ જાઓ. નિશુલ્ક પ્રિસ્ક્રિપ્શનો મેળવવા માટે તમારે HC2 ફૉર્મની જરૂર પડશે. ફાર્માસિસ્ટ નાની આરોગ્ય તકલીફોની સારવાર માટે સલાહ આપી શકે છે. પેન કિલર્સ અને ઉધરસની દવાઓ સહિત કેટલીક દવાઓ ફાર્માસિસ્ટને ત્યાંથી પ્રિસ્ક્રિપ્શન વગર ખરીદી શકાય છે.

દાંતની સંભાળ

જો તમને દાંતની કોઇ તકલીફ હોય, તો તમારે ડેન્ટિસ્ટને મળવું જોઇએ. NHSની ડેન્ટલ સારવાર મેળવવા માટે તમારે કોઇ ડેન્ટિસ્ટ પાસે નામ નોંધાવવું પડે. જો તમને ડેન્ટિસ્ટ પાસે નામ નોંધાવવામાં તકલીફ પડે, તો તમે NHS ડાયરેક્ટ અથવા સ્થાનિક પ્રાઇમરી કેર ટ્રસ્ટનો સંપર્ક કરી શકો છો.

દૃષ્ટિ

જો તમને તમારી આંખો તપાસવાની અથવા નવા ચશ્માની જરૂર હોય તો ઓપ્ટિશિયનની ઍપોઇન્ટમેન્ટ લો. મોટા ભાગના ટાઉન સેન્ટર્સમાં (શહેર કેન્દ્રોમાં) તેમની દુકાનો હોય છે. HC2 ફૉર્મ આંખની તપાસ અને કેટલાક ચશ્માઓનો ખર્ચને આવરી લે છે : ઓપ્ટિશિયનને આના વિશે પૂછો.

તમારી GP સર્જરી ક્યારે બંધ હોય છે

GP સર્જરીઓ સામાન્ય રીતે સોમવાર થી શુક્રવાર, સવારે 0830 થી સાંજે 1830 કલાક સુધી ખુલ્લી હોય છે. બીજા બધા સમયે -રાત્રે, શનિવારે અથવા રવિવારે અને જાહેર રજાઓમાં -તાકીદની આરોગ્ય તકલીફો માટે તબીબી સહાય ઉપલબ્ધ હોય છે.

મદદ મેળવવા માટે તમે સ્થાનિક આઉટ-ઑફ-આવર્સ સર્વિસ (નિયત કલાકો સિવાયની સેવા)ને નીચે આપેલ નંબર પર ફોન કરી શકો છો અને ટેલિફોન પર સલાહ મેળવી શકો છો. તમને GP સર્જરીની મુલાકાત લેવા માટે કહી શકાય છે અથવા તબીબી વ્યવસાયી તમારા ઘરે મુલાકાત પર આવી શકે છે.

તમે NHS ડાયરેક્ટને પણ આરોગ્ય સલાહ માટે અથવા તમારી સર્જરી બંધ હોય ત્યારે તબીબી ટેકા માટે 0845 46 47 પર ટેલિફોન કરી શકો છો. મોબાઇલ ફોન વાપરવા કરતાં લૅન્ડલાઇન વાપરવાથી, દાખલા તરીકે, ટેલિફોન કિયોસ્ક માંથી, ઘણો ઓછો ખર્ચ થશે.

જો તમે ઇંગ્લિશ ભાષા ન બોલતા હો, તો NHS ડાયરેક્ટ અને આઉટ-ઑફ-આવર્સ સેવા દુભાષિયાની વ્યવસ્થા કરી શકશે. તમારે ફક્ત કૉલની શરૂઆતમાં ઇંગ્લિશ ભાષામાં કહેવું પડશે કે તમે કઇ ભાષા વાપરવાનું પસંદ કરશો. જો તમે ઇંગ્લિશ બિલ્કુલ બોલી ન શકતા હો, તો તમારા કોઇ મિત્ર અથવા સંબંધી અથવા ટેકા કાર્યકરને તમારા વતી કૉલ કરવા કહો અને તમારી તકલીફ સમજાવવા માટે દુભાષિયાને લાઇન પર આવવાની રાહ જુઓ. તમને તમારું નામ અને સરનામા જેવી કેટલીક વિગતો પૂછવામાં આવશે: આ માહિતી જરૂરી હોય છે અને તે બીજી કોઇ વ્યક્તિને અપાતી નથી.

આરોગ્ય સલાહ માટે NHS ડાયરેક્ટનો સંપર્ક કરવા: 0845 46 47 પર ફોન કરો.
GP સર્જરી બંધ હોય ત્યારે તબીબી સહાય માટે તમારી સ્થાનિક આઉટ-ઑફ-આવર્સ સેવાનો સંપર્ક કરવા નીચેના નંબર પર ફોન કરો :

કટોકટીમાં શું કરવું

કટોકટીમાં જો તમે અથવા તમારા ત્યાંનું કોઇ ગંભીર રીતે બીમાર થઇ જાય અને GP સર્જરી ખુલે ત્યાં સુધી રાહ ન જોઇ શકતા હો, તો તમે ઍમ્બ્યુલન્સ માટે 999 પર (નિશુલ્ક) ટેલિફોન કરી શકો છો અથવા તમારા સ્થાનિક હૉસ્પિટલના ઍક્સિડન્ટ એન્ડ ઇમર્જન્સી ડિપાર્ટમેન્ટ (અકસ્માત અને કટોકટી વિભાગ)માં જઇ શકો છો. પરંતુ આ સેવા ફક્ત કટોકટીઓ માટે છે. નાની તબીબી તકલીફો માટે તેનો ઉપયોગ ન કરો.

GP અથવા સ્થાનિક આશ્રયસ્થાનની આરોગ્ય ટુકડી માટેની સંપર્ક વિગતો :

ABOUT THE NHS
GUJERATI
OCTOBER 2005

HEALTH & HOUSING RESOURCES. UNIT 39 CONCOURSE HOUSE
DEWSBURY ROAD LEEDS LS11 7DF
T. 0113 2770999 F. 0113 2704753
email <**1kelvin@healthandhousing.org**>