সর্বজনীন পরিষেবা

আপনি যেখানেই থাকুন না কেন, আপনার কোনো জরুরি সহায়তা কিংবা জরুরি নয় এমন কিছু সাহায্যের প্রয়োজন হলে 999 এবং 111 নম্বরে যোগাযোগ করা যেতে পারে।

সারাদিন এবং সারারাত খোলা

পরিষেবা	কীভাবে কল করতে হয়
999	যদি আপনার **999** নম্বরে কল করার প্রয়োজন পড়ে, কলটি তাৎক্ষণিকভাবে জীবন-হুমকির জন্য কিনা তা নির্ধারণ করার জন্য আমরা প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করব • আমরা পরীক্ষা করব যে রোগী জাগ্রত আছেন এবং শ্বাস নিচ্ছেন কিনা • আমরা জিজ্ঞাসা করব কী ঘটেছে • তারপর আমরা আপনার লক্ষণগুলি সম্পর্কে আরও প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করব, যাতে আমরা আপনাকে সঠিক সাহায্য পৌঁছাতে পারি
NHS 111	আপনি যদি **111** নম্বরে ফোন করেন, তাহলে আমরা আপনার নাম, ঠিকানা এবং ফোন করার কারণ জেনে নেব, তারপর আপনাকে কিছু নিরাপত্তা প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করব যাতে নিশ্চিত করা যায় যে জরুরি অ্যাম্বুলেন্সের প্রয়োজন নেই। আপনার ক্লিনিক্যাল চাহিদা সম্পূর্ণরূপে মূল্যায়ন এবং পরিচালনা করার জন্য আমরা আমাদের একজন চিকিৎসককে আপনার সাথে যোগাযোগ করার ব্যবস্থা করব।

999 বা 111 নম্বরে কল করার সময়, আপনি যেকোনো সময়ে একজন অনুবাদকের জন্য অনুরোধ করতে পারেন। স্বল্প প্রচলিত ভাষাগুলির ক্ষেত্রে অনুবাদকের সন্ধান পাওয়া আরও দুষ্কর হতে পারে, তাই আপনি যদি একাধিক ভাষায় কথা বলতে পারেন, তাহলে অনুগ্রহ করে উভয় ভাষার কথা উল্লেখ করুন।

তারা যখন আপনার সাথে অনুবাদকের সংযোগ করিয়ে দেওয়ার চেষ্টা করছেন, তখন ফোন লাইনটি নীরব হয়ে যেতে পারে, কলটি কেটে দেবেন না।

দোভাষীর সাথে কথা বলার সময়, এটি খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে আপনি প্রশ্নের উত্তর দেবেন এবং তারপর সাময়িক বিরতি নেবেন যাতে দোভাষী অনুবাদ করার সময় পান।

আপনার স্থানীয় পরিষেবা

স্বাস্থ্যসেবা গ্রহণ করার বিভিন্ন সুযোগ রয়েছে। এই বিভাগটিতে, আপনি আপনার স্থানীয় পরিষেবা এবং সেগুলির খোলা ও বন্ধ হওয়ার সময়ের একটি তালিকা যুক্ত করতে পারেন যাতে আপনি জানতে পারেন যে কোন পরিষেবাগুলি আপনার কাছে সহজেই উপলব্ধ।

পরিষেবা The Service	নাম এবং অবস্থান Name & Location	খোলা ও বন্ধের সময় Opening Times
সরাসরি প্রবেশযোগ্য কেন্দ্র / জরুরি চিকিৎসা কেন্দ্র **Walk-in-centre / Urgent Treatment Centre**		আমাকে পূরণ করুন!
ওষুধের দোকান **Pharmacy**		
জরুরি বিভাগ / দুর্ঘটনা এবং জরুরি অবস্থা **Emergency Department / Accident & Emergency (A&E)**		সারাদিন এবং সারারাত খোলা থাকে, প্রতিদিন। Open all day and all night, everyday.
সাধারণ চিকিৎসার ক্লিনিক **General Practice (GP) Surgery**		

এই পত্রিকাটিতে রোগীর ব্যাপারে গোপনীয় তথ্য রয়েছে এবং এটি শুধুমাত্র স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারদের সাথে শেয়ার করা হবে এমনটাই প্রত্যাশিত।

সংস্করণ 1.0 নভেম্বর 2025

Bengali – বাংলা

NHS
London Ambulance Service
NHS Trust

ব্যক্তিগত তথ্য

আপনার নিজস্ব ব্যক্তিগত তথ্য লেখার জায়গা।

আমাকে পূরণ করুন!

নাম **Name**	
জন্ম তারিখ **Date of Birth**	
যে ভাষাগুলি জানেন **Languages Spoken**	
যে ভাষাকে প্রাধান্য দেন **Preferred Language**	
যাতে অ্যালার্জি আছে **Allergies**	
স্বাস্থ্যগত সমস্যা **Medical Conditions**	
বর্তমানে যে ওষুধগুলি চলছে **Current Medication**	
নিকটতম আত্মীয়স্বজন **Next of Kin**	
তথ্যগুলি পূরণ করার তারিখ: **Date Information Completed:**	

ক্লিনিশিয়ানদের এটি স্মরণ করিয়ে দেওয়া হচ্ছে, যদি উপলব্ধ থাকে তাহলে এই তথ্যের পাশাপাশি যেন ইলেকট্রনিক রোগী পরিচর্যার রেকর্ড ব্যবহার করা হয়

সংযোজিত তথ্য

এই জায়গাটি আপনাকে দেওয়া হয়েছে সেই সমস্ত তথ্য যোগ করার জন্য যেগুলি উপরে উল্লেখ করা হয়নি। উদাহরণস্বরূপ: সমাজকর্মীর বিবরণ, আবাসনে যোগাযোগ করার বিবরণ, অতিরিক্ত স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্য।

এই লিফলেটে রোগীর গোপন তথ্য রয়েছে এবং এটি শুধুমাত্র স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারদের সাথে শেয়ার করা উচিত।

আপনার স্থানীয় পরিষেবা – এমন অনেক ভিন্ন ভিন্ন পরিষেবা রয়েছে যেগুলি স্বাস্থ্যসেবা সংক্রান্ত সহায়তা এবং পরামর্শ প্রদান করে, কিন্তু এটি গুরুত্বপূর্ণ যে নির্দিষ্ট ধরনের অসুস্থতা এবং আঘাত নিরাময়ের জন্য যথাযথ পরিষেবা ব্যবহার করা হোক। প্রত্যেকটি পরিষেবা এবং সেগুলি কীভাবে সর্বোত্তম উপায়ে আপনার সাহায্য করতে পারে সেই সম্বন্ধে কিছু তথ্য এখানে দেওয়া হলো।

জরুরি বিভাগ / দুর্ঘটনা এবং জরুরি অবস্থা (A&E)

A&E হলো যেকোনো গুরুতর আঘাত এবং প্রাণঘাতীর আশঙ্কা রয়েছে এমন জরুরি অবস্থার জন্য

আপনার যদি নিম্নলিখিত লক্ষণগুলির মধ্যে কোনো একটি দেখা দেয়, তাহলে আপনাকে অবশ্যই A&E-তে যেতে হবে তবে যদি আপনি শারীরিকভাবে সক্ষম হন, অথবা আপনাকে 999 নম্বরে কল করতে হবে:

- বুকে ব্যথা
- মুখাবয়বের একপাশে ঝুলে যাওয়া, দুই হাত উপরদিকে তুলতে না পারা, কথা বলতে সমস্যা হওয়া
- হঠাৎ বিভ্রান্তি বোধ
- আত্মহত্যার চেষ্টা (কিছু গ্রহণ করে বা নিজের অনিষ্ট করার মাধ্যমে)
- শ্বাসপ্রশ্বাসে তীব্র অসুবিধা
- শ্বাসরুদ্ধ হওয়া
- প্রচণ্ড রক্তপাত (রক্ত যখন ফিনকি দিয়ে বেরিয়ে আসে বা ঝরঝর করে পড়ে)
- হঠাৎ এবং দ্রুত মুখাবয়বের ফুলে যাওয়া
- খিঁচুনি বা মৃগী (ফিট)
- অজ্ঞান হয়ে যাওয়া বা সাড়া না দেওয়া
- কোনো গুরুতর আঘাত বা ট্রমা (মানসিক আঘাত বা দুঃসহ অভিজ্ঞতা), উদাহরণস্বরূপ, হাড় ভেঙে আপনার চামড়া ভেদ করে বেরিয়ে আসা, আপনার গোটা শরীর পুড়ে যাওয়া।

999

বিস্তারিতভাবে বর্ণনা করা লক্ষণগুলির (বামদিকে দেওয়া বুলেট পয়েন্ট) মধ্যে প্রাণঘাতীর আশঙ্কা রয়েছে এমন কোনো জরুরি অবস্থার ক্ষেত্রে আপনাকে 999 নম্বরে কল করতে হবে

যদি আপনার বা সেই ব্যক্তির যার জন্য আপনি কল করছেন তার এই লক্ষণগুলির মধ্যে কোনোটিই না থাকে কিন্তু আপনার বিশ্বাস যে তাদের প্রাণঘাতীর আশঙ্কা রয়েছে এমন জরুরি অবস্থা তৈরি হয়েছে, তাহলেও 999 নম্বরে কল করুন।

আপনি যখন নম্বরে 999 কল করবেন, তারা আপনার লক্ষণগুলির উপর ভিত্তি করে সিদ্ধান্ত নেবেন যে:

- আপনার অ্যাম্বুলেন্সের প্রয়োজন আছে কিনা
- কোনো ক্লিনিশিয়ানের সাথে টেলিফোনে যোগাযোগ করাবেন কিনা
- কিংবা 111 নম্বরের মতো অন্য কোনো পরিষেবায় রেফার করা হবে কিনা।

111

আপনার যখন চিকিৎসা সংক্রান্ত সহায়তা বা পরামর্শের প্রয়োজন হয় তখন NHS 111 আপনাকে সাহায্য করবে, তবে এটি জরুরি অবস্থার জন্য প্রযোজ্য নয়

আপনি যখন 111 নম্বরে কল করবেন তারা আপনাকে কিছু প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন এবং সেগুলির উপর ভিত্তি করে সিদ্ধান্ত নেবেন যে তারা সর্বোত্তম উপায়ে কীভাবে সাহায্য করতে পারেন, এর ফলস্বরূপ নিম্নলিখিত সম্ভাবনাগুলি রয়েছে:

- আপনার উপসর্গগুলি কীভাবে সামাল দেবেন সেই সম্বন্ধিত পরামর্শ এবং নির্দেশনা
- একজন ক্লিনিশিয়ান যেমন ধরুন কোনো চিকিৎসকের কাছ থেকে টেলিফোনে পরামর্শ
- আপনার স্থানীয় হাসপাতালে একটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা
- প্রয়োজন পড়লে তারা আপনার জন্য A&E-তে যাওয়ার অথবা আপনার জন্য অ্যাম্বুলেন্সের ব্যবস্থা (999 নম্বরে কল করার মাধ্যমে) করার সিদ্ধান্তও নিতে পারেন।

ওষুধের দোকান

ওষুধের দোকানে তারা আপনাকে সাধারণ কিছু সমস্যা, উদাহরণস্বরূপ: কাশি, সর্দি, সাধারণ ব্যথা/বেদনা ইত্যাদি নিয়ে সাহায্য করতে পারেন, এবং আপনাকে পরামর্শ দিতে পারেন

তারা আপনার লক্ষণগুলির ব্যাপারে পরামর্শ দিতে পারেন কিংবা প্রয়োজন হলে ওষুধ দিতে পারেন, তারা মূলত নিম্নলিখিত বিষয়ে সাহায্য করতে পারেন:

- কানে ব্যথা
- গলা ব্যথা
- ত্বকের সমস্যা
- পোকামাকড়ের কামড়
- প্রস্রাবের কোনো লক্ষণ বা সমস্যা
- কোষ্ঠকাঠিন্য
- সাধারণ ওষুধ সংক্রান্ত পরামর্শ

যদি তারা মনে করেন যে আপনার অন্য কোনো পরিষেবা থেকে সাহায্য গ্রহণের প্রয়োজন আছে, তাহলে তারা আপনার জন্য সর্বাধিক উপযুক্ত পরিষেবাটি সম্পর্কে পরামর্শ দেবেন।

সরাসরি প্রবেশযোগ্য কেন্দ্র / জরুরি চিকিৎসা বা পরিচর্যা কেন্দ্র

সরাসরি প্রবেশযোগ্য কেন্দ্র এবং জরুরি পরিচর্যা কেন্দ্রগুলি সেই জরুরি অবস্থায় সহায়তা প্রদান করে যখন প্রাণঘাতীর আশঙ্কা নেই

তারা বিভিন্ন সমস্যার ক্ষেত্রে সহযোগিতা করতে পারে, উদাহরণস্বরূপ:

- মচকে যাওয়া এবং টান লাগা
- হাড় ভেঙে গেছে এমন সন্দেহ হলে
- আঘাত / কাটা / চোটের ক্ষেত্রে
- পেটে ব্যথা হলে
- ত্বকের সংক্রমণ এবং র‍্যাশ (ফুসকুড়ি বা লালচেভাব) হলে
- উচ্চ তাপমাত্রার (জ্বর) ক্ষেত্রে

তারা যদি এই পরিষেবাতে আপনার লক্ষণগুলি সামাল দিতে না পারেন, তাহলে আপনার পরবর্তীতে কী করা উচিত সেই সম্বন্ধে তারা পরামর্শ দেবেন।

যদি আপনি এই ব্যাপারে নিশ্চিত না হতে পারেন যে সরাসরি প্রবেশযোগ্য কেন্দ্রগুলি আপনাকে সাহায্য করতে পারবে কিনা, তাহলে পরামর্শের জন্য আপনি 111 নম্বরে কল করুন এবং তারা আপনাকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা দেবেন।

সাধারণ চিকিৎসার (GP) ক্লিনিক

একটি GP ক্লিনিক সাধারণত সোমবার-শুক্রবার খোলা থাকে। কোনও মেডিকেল পেশাদারের সাথে অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য জিপির সাথে যোগাযোগ করুন, যেমন ধরুন একজন চিকিৎসক

তারা চিকিৎসার ব্যাপারে পরামর্শ, টিকা বা ভ্যাকসিন, পরীক্ষানিরীক্ষা ও চিকিৎসা, ওষুধের জন্য প্রেসক্রিপশন, অন্যান্য পরিষেবা ও সামাজিক পরিষেবাগুলিতে রেফার করা সহ বিস্তৃত স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদান করেন। যদি আপনার দীর্ঘমেয়াদি কোনো স্বাস্থ্যগত চাহিদা, যেমন: হাঁপানি, ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ ইত্যাদি থেকে থাকে, তাহলেও তারা আপনাকে সহায়তা করবেন।

যদি আপনার GP ক্লিনিক বন্ধ থাকে, তাহলে আপনার স্বাস্থ্যগত চাহিদাগুলি সম্বন্ধে কারও সাথে কথা বলতে আপনি 111 নম্বরে কল করতে পারেন।

গুরুত্বপূর্ণ – আপনার স্থানীয় জিপি সার্জারির পরিষেবা গ্রহণের আগে আপনাকে অবশ্যই তাদের সাথে নিবন্ধন করতে হবে। www.nhs.uk ওয়েবসাইটে অনলাইনে অথবা সশরীরে নিবন্ধন করুন।

UK-তে যদি আপনার কোনো জরুরি অবস্থা এসে পড়ে বা অত্যন্ত প্রয়োজনীয় ভিত্তিতে চিকিৎসা সংক্রান্ত সহায়তার প্রয়োজন হয় তাহলে এটি বিনামূল্যে (A&E, 111 অথবা 999) পাওয়া যাবে। বাইরের দেশ থেকে আগত ব্যক্তি এবং প্রত্যাখ্যাত আশ্রয়প্রার্থীদের (unsuccessful asylum applicants) থেকে অর্থ নেওয়া হতে পারে তবে জরুরি মুহূর্তে তাদের চিকিৎসা থেকে বঞ্চিত করা হবে না।