ਯੂਨੀਵਰਸਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮਦਦ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ 999 ਅਤੇ 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਸੇਵਾ	ਕਿਵੇਂ ਕਾਲ ਕਰੀਏ
999	ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ **999** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਾਂਗੇ ਕਿ ਕੀ ਕਾਲ ਤੁਰੰਤ ਜਾਨਲੇਵਾ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਹੈ: • ਅਸੀਂ ਜਾਂਚ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਮਰੀਜ਼ ਹੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ • ਅਸੀਂ ਪੁੱਛਾਂਗੇ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ • ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਮਦਦ ਭੇਜ ਸਕੀਏ
NHS 111	ਜੇ ਤੁਸੀਂ 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਲਵਾਂਗੇ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਕੁਝ ਸੁਰੱਖਿਆ–ਸੰਬੰਧੀ ਸਵਾਲ ਪੁਛਾਂਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਡੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਾਂਗੇ।

999 ਜਾਂ 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਲੇ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਘੱਟ ਆਮ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਲਈ ਅਨੁਵਾਦਕ ਲੱਭਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੋਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਨਾਲ ਜੋੜ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ ਖਮੋਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਾਲ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ।
ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਰੁਕੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਪੂਰਾ ਭਰੋ!

ਸੇਵਾ The Service	ਨਾਮ ਅਤੇ ਸਥਾਨ Name & Location	ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦਾ ਸਮਾਂ Opening Times
ਵਾਕ-ਇਨ-ਸੈਂਟਰ / ਤਤਕਾਲੀ ਇਲਾਜ ਕੇਂਦਰ **Walk-in-centre / Urgent Treatment Centre**		
ਫਾਰਮੇਸੀ **Pharmacy**		
ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ / ਦੁਰਘਟਨਾ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ (A&E) **Emergency Department / Accident & Emergency (A&E)**		ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਰਾਤ, ਹਰ ਰੋਜ਼ ਖੁੱਲ੍ਹਾ। Open all day and all night, everyday.
ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ (ਜੀ.ਪੀ.) ਸਰਜਰੀ **General Practice (GP) Surgery**		

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਗੁਪਤ ਮਰੀਜ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵਰਜ਼ਨ 1.0 ਨਵੰਬਰ 2025

Punjabi – ਪੰਜਾਬੀ

NHS
London Ambulance Service
NHS Trust

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਹ ਜਗ੍ਹਾ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰਨ ਲਈ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਪੂਰਾ ਭਰੋ!

ਨਾਮ **Name**	
ਜਨਮ ਤਾਰੀਖ **Date of Birth**	
ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ **Languages Spoken**	
ਤਰਜੀਹੀ ਭਾਸ਼ਾ **Preferred Language**	
ਅਲਰਜੀਆਂ **Allergies**	
ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ **Medical Conditions**	
ਮੌਜੂਦਾ ਦਵਾਈ **Current Medication**	
ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ **Next of Kin**	
ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ:Date Information Completed:	

ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਰੀਜ਼ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਉੱਪਰ ਨਹੀਂ ਦੱਸੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ ਦੇ ਵੇਰਵੇ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ, ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਇਸ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਗੁਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ - ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸੱਟਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇੱਥੇ ਹਰੇਕ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ / ਦੁਰਘਟਨਾ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ (A&E)

A&E ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਅਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ A&E ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ 999 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ:

- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਚਿਹਰਾ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਢਿਲਕਣਾ, ਦੋਵੇਂ ਬਾਹਾਂ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦੇ, ਬੋਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- ਅਚਾਨਕ ਉਲਝਣ
- ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ (ਕੁਝ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਕੇ)
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ
- ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋਣਾ
- ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਹਿਣਾ (ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਤਤੀਰੀਆਂ ਵਗਣੀਆਂ)
- ਅਚਾਨਕ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਸੋਜ
- ਦੌਰਾ
- ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਜਾਂ ਜਵਾਬ ਨਾ ਦੇਣਾ
- ਕੋਈ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਜਾਂ ਸਦਮਾ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਹੱਡੀ ਦਾ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ, ਤੁਹਾਡਾ ਪੂਰਾ ਸਰੀਰ ਸੜ ਜਾਣਾ

999

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਗਏ ਲੱਛਣਾਂ (ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਬੁਲੇਟ ਪੁਆਇੰਟ) ਲਈ 999 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ 999 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 999 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਗੇ ਕਿ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ,
- ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਾਉਣੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ,
- ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ 111, ਲਈ ਰੈਫਰਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

111

NHS 111 ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਗੇ ਅਤੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ
- ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੋਂ ਸਲਾਹ
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਕਾਤ
- ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ A&E ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਐਂਬੂਲੈਂਸ (999 ਰਾਹੀਂ) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਫਾਰਮੇਸੀ

ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੰਘ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਆਮ ਦਰਦ/ਪੀੜ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਕੰਨ ਦਰਦ
- ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜੇ ਲੜਨੇ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਕਬਜ਼
- ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਲਾਹ

ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁਕਵੀਂ ਸਲਾਹ ਦੇਣਗੇ।

ਵਾਕ-ਇਨ ਸੈਂਟਰ / ਤਤਕਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ

ਵਾਕ-ਇਨ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਤਤਕਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਇਹ ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਉਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਮੋਚ ਅਤੇ ਖਿੱਚ
- ਹੱਡੀਆਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਸ਼ੱਕ
- ਸੱਟਾਂ, ਕੱਟ, ਜਾਂ ਰਗੜਾਂ
- ਪੇਟ ਦਰਦ
- ਚਮੜੀ ਦੀ ਲਾਗ ਅਤੇ ਧੱਫੜ
- ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ (ਬੁਖ਼ਾਰ)

ਜੇਕਰ ਉਹ ਇਸ ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਨਜਿੱਠ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਣਗੇ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਵਾਕ-ਇਨ ਸੈਂਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਲਾਹ ਲਈ 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣਗੇ।

ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ (ਜੀ.ਪੀ.) ਸਰਜਰੀ

ਇੱਕ ਜੀ.ਪੀ. ਸਰਜਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰੀ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ, ਨਾਲ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਜੀ.ਪੀ. ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ, ਟੀਕਾਕਰਨ, ਜਾਂਚਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜ, ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਪਰਚੀ, ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਰੈਫਰਲ, ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸੇਵਾਵਾਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਲਗਾਤਾਰ ਕੋਈ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਮਾ, ਸ਼ੂਗਰ, ਜਾਂ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀ.ਪੀ. ਸਰਜਰੀ ਬੰਦ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਜੀ.ਪੀ. ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕੋ। www.nhs.uk 'ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਖੁਦ ਜਾ ਕੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੂ.ਕੇ. ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਂ ਤਤਕਾਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ (A&E, 111 ਜਾਂ 999)। ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਅਸਫਲ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸਾ ਖਰਚ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।