اچھی طرح انتخاب کریں

اگر آپ بیمار پڑجاتے ہیں یا زخمی ہوجاتے ہیں تو
درست NHS Service (این ایچ ایس خدمت) منتخب کرنے کیلئے آپ کا رہنما

ایمرجنسی ڈپارٹمنٹ (A&E یا 999)
مائنر انجریز یونٹ
GP، اضافی اوقات کی خدمات یا ڈینٹل سروس
فارماسسٹ
NHS Direct Wales
خود سے دیکھ بھال

اچھی طرح انتخاب کیوں کریں؟

یہ پرچہ اس بات کا فیصلہ کرنے میں آپ کی مدد کیلئے ایک عمومی رہنما ہے کہ NHS کی کس خدمت کا استعمال کیا جائے۔

براہ راست ایمرجنسی ڈپارٹمنٹ (A&E)
میں جانے سے قبل بغور سوچیں

اچھی طرح انتخاب کریں تاکہ:

- مصروف ہنگامی خدمات ان لوگوں کی مدد کرسکیں جنہیں ا ن کی فوری طور پر ضرورت ہے
- لازمی معالجہ مختصر ترین ممکنہ وقت میں دیا جائے
- آپ کو صحیح جگہ میں صحیح علاج موصول ہو

بچوں سے محفوظ الماری میں لازمی دوائیں دستیاب رکھ کر تیار رہیں، یعنی

- دردکُش دوائیں جیسے پیراسیٹامول
- دافع اسہال دوا
- باز آبیدگی کا آمیزہ
- بدہضمی کا سدباب
- پلاسٹرز
- تھرما میٹر

حبس دم۔ سینے کا درد۔ بے حواس ہوجانا۔ خون کا ضائع ہونا۔ شدید زخم۔	**ایمرجنسی ڈپارٹمنٹ (A&E) یا 999** ایمرجنسی ڈپارٹمنٹ (A&E) ایسے لوگوں کا علاج کرسکتا ہے جو کافی بیمار یا بری طرح سے زخمی ہیں۔ کسی جان لیوا ہنگامی صورتحال میں آپ کو ہمیشہ 999 پر کال کرنا چاہیے - اگر کوئی شخص شدید بیمار یا زخمی ہے یا ان کی زندگی کو خطرہ لاحق ہے۔	999 پر آپ کے ڈائل کرنے پر آپ کو ہنگامی ایمبولنس سے کوئی جواب نہیں بھی مل سکتا ہے۔ Welsh Ambulance Service کے پاس وسیع پیمانے پر عملہ اور رضاکاران موجود ہیں جو صورتحال کی نزاکت کے لحاظ سے، آپ کے پاس آکر آپ کا علاج کریں گے۔
کٹ جانا۔ ڈنک لگنا۔ موچ آنا۔	مائنر انجریز یونٹ مائنر انجریز یونٹس پورے ویلز میں واقع ہیں۔ وہ چھوٹے موٹے زخموں کا علاج کرسکتے اور صحت سے متعلق مشورہ دے سکتے ہیں۔	اپنی قریب ترین مائنر انجریز یونٹ کی تفصیلات کیلئے، براہ کرم NHS Direct Wales سے **0845 46 47** پر یا انٹرانیٹ کی معرفت **www.nhsdirect.wales.nhs.uk** پر رابطہ کریں
الٹی۔ کان کی تکلیف۔ درد انگیز کھانسی۔ دانت کا درد۔	**GP** اور اضافی اوقات کی خدمت دفتری اوقات کے دوران طبی صلاح و مشورہ اور بیشتر بیماریوں کے علاج کیلئے براہ کرم اپنے GP سے رابطہ کریں۔ GP کا صلاح مشورہ دفتر کے ماسوا اوقات کے دوران آپ کے مقامی اضافی اوقات کی خدمت سے دستیاب ہے۔ اضافی اوقات کی خدمات سے رابطہ کرنے کیلئے، اپنے معمول کے GP نمبر پر یا NHS Direct Wales کو **0845 46 47** پر ٹیلیفون کریں۔	ڈینٹل سروسز طبی صلاح کیلئے اپنے رجسٹرڈ معالج دندان سے رابطہ کریں۔ اگر آپ معالج دندان کے پاس رجسٹرڈ نہیں ہیں اور آپ کو ہنگامی علاج درکار ہے تو، ہنگامی ڈینٹل کلینکس کا پتہ لگانے کیلئے آپ NHS Direct Wales کو **0845 46 47** پر کال کرسکتے ہیں۔ اگر آپ اس علاقے میں گھومنے پھرنے آئے ہیں تو، براہ کرم **NHS Direct Wales** کو **0845 46 47** پر فون کریں جو آپ کو مناسب خدمت کے بارے میں بتائے گا۔
اسہال۔ ناک بہنا۔ پیٹ کی گڑبڑی۔ سر درد۔	فارماسسٹ جب آپ صحت کی ایسی عمومی دشواریوں میں مبتلا ہوں جن کیلئے ڈاکٹر یا نرس کو دکھانے کی ضرورت نہیں ہوتی ہے تو فارمیسی میں جائیں۔ آپ کا مقامی فارماسسٹ آپ کو مشورہ دے سکتا ہے	ان عمومی بیماریوں اور دواؤں کے سلسلے میں جو آپ کو ان کے علاج کیلئے درکار ہوں گی۔ اگر آپ کے پاس اپنی معمول کی نسخہ والی اعادی دوا ختم ہوگئی ہے تو وہ مدد کرسکتے ہیں۔ وہ ہنگامی مانع حمل دوا بھی فراہم کرسکتے ہیں۔
فلو نما علامات؟ طبیعت ناساز ہے؟ یقینی طور پر معلوم نہیں ہے؟ مدد درکار ہے؟	**NHS Direct Wales** NHS Direct Wales صحت سے متعلق خفیہ صلاح و مشورہ اور معلومات روزانہ 24 گھنٹے **0845 46 47** پر کال کر نے پر یا **www.nhsdirect.wales.nhs.uk** پر بذریعہ انٹرانیٹ پیش کرتا ہے	اگر آپ بیمار ہیں اور صحت کے بارے میں سوالات درپیش ہیں تو NHS Direct Wales سے رابطہ کریں۔ یہ خدمت آپ کے مقامی علاقے میں خدمات صحت کا پتہ لگانے میں آپ کی مدد بھی کرسکتی ہے۔

خمار۔ خراشیدہ گھٹنا۔ گلے کی خراش۔ کھانسی۔	خود سے دیکھ بھال بہت ساری بیماریوں کا علاج آپ کے گھر پر بغیر نسخہ کے ملنے والی دوا کا استعمال کرکے،	کافی مقدار میں مائعات لے کر اور کافی زیادہ آرام کرکے ہوسکتا ہے۔ چھوٹی موٹی بیماریوں اور زخموں کا علاج کرنے کیلئے خود سے دیکھ بھال بہترین راستہ ہے۔

اچھی طرح انتخاب کریں

اگر آپ کو معلوم نہیں ہے کہ کون سا اختیار منتخب کیا جائے تو، براہ کرم رابطہ کریں:

NHS Direct Wales
0 8 4 5 4 6 4 7

مریض کے تحفظ کے مدنظر، NHS Direct Wales کے نام کالوں کو ریکارڈ کیا جاتا ہے۔