ਵੇਲਜ਼ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵੇਲਜ਼ ਵਿਚ ਹੁਣੇ ਜਿਹੇ ਆਏ ਹੋ, ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਕੀ ਹੈ?
ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ (ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸ ਜਾਂ ਕੌਮੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ) ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਯੂ ਕੇ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ (ਜੀ ਪੀ) / ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ
ਜੀ ਪੀ ਸਥਾਨਕ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਹਨ ਜੋ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 'ਜੀ ਪੀ ਸਰਜਰੀਆਂ' (ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ) ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸਾਂ, ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਜਾਂ ਮਿਡਵਾਈਫ਼ਾਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਯੂ ਕੇ ਦੇ ਸਭ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ। ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਲੈਣ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੀ ਪੀ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਜੀ ਪੀ ਖ਼ੁਦ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜ਼ ਨੂੰ ਨਾ ਸੰਭਾਲ ਸਕੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਭੇਜਦਾ/ਭੇਜਦੀ ਹੈ। ਜੀ ਪੀ ਪ੍ਰੈਕਿਟਸਾਂ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਖੁੱਲ੍ਹਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਉੱਥੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਅੰਸਰਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਸਰਜਰੀ ਬੰਦ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਜੀ ਪੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿਚ ਖ਼ੁਦ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਨੂੰ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਜੀ ਪੀ ਡਾਕਟਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਫ਼ੋਨ ਬੁਕ ਵਿਚੋਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ 0845 46 47), ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੀ ਪੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਹਦੀ ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੀ ਉਹਦੇ ਕੋਲ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ ਰੱਖਣ ਲਈ ਥਾਂਵਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਪੁੱਛ ਲਓ ਕਿ ਕੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।

ਕਈ ਜੀ ਪੀ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਦੇ ਪੈਸੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉੱਥੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁੱਛ ਲਓ।

ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਵੇਲਜ਼
ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਵੇਲਜ਼ ਤੋਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ 24 ਘੰਟੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਖ਼ਰਾਬ ਜਾਪੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਵੇਲਜ਼ ਨੂੰ ਨੰਬਰ 0845 46 47 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਫ਼ੋਨ ਕੱਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਖ਼ਰਚ ਲੋਕ ਰੇਟ 4 ਪੈਂਸ ਫ਼ੀ ਮਿੰਟ ਹੈ।

ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਵੇਲਜ਼ ਕੋਲ ਪੰਜਾਬੀ ਸਮੇਤ ਕਈ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸਮਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇੰਟਰਪ੍ਰੈਟਰ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਨੰਬਰ 0845 46 47 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਜਦ ਤੁਹਾਡੇ ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਮਿਲੇ, ਤਾਂ "Punjabi" (ਪੰਜਾਬੀ) ਲਫ਼ਜ਼ ਬੋਲੋ। ਫਿਰ ਤਦ ਤਕ ਉਡੀਕ

ਕਰੋ ਜਦ ਤਕ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਇੰਟਰਪ੍ਰੈਟਰ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਆ ਜਾਂਦਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਿਚ ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਵੇਲਜ਼ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਫ਼ਾਰਮੇਸਿਸਟ

ਫ਼ਾਰਮੇਸਿਸਟ (ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਕੈਮਿਸਟ ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਖੰਘ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਦਰਦਾਂ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟ ਛੱਡਣ ਵਰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੋਰ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਲਿਖੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਹ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਫ਼ਾਰਮੇਸਿਸਟ ਮੁਫ਼ਤ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ - ਇਹ ਗੱਲ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ/ਦੱਸੇਗੀ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀਆਂ ਦਾ ਡੇਟਾਬੇਸ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਸਤਪਾਲ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀ ਪੀ ਡਾਕਟਰ ਇਲਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਭੇਜੇ, ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਨਸਲਟੈਂਟ (ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ) ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਭੇਜੀ ਜਾਏਗੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਇਨ-ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜਿਹਦੇ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਾਰਡ ਵਿਚ ਦਾਖ਼ਿਲ ਕਰਕੇ ਉੱਥੇ ਇਕ ਰਾਤ ਜਾਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਏਗਾ), ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਆਊਟ-ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਏਗਾ (ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓਗੇ)। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੀ ਪੀ ਕੋਲ ਜਾਓ ਅਤੇ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਖ਼ਾਸ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਭੇਜੇ।

ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲ ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਲਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਕਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਹਸਪਤਾਲ ਵੀ ਹਨ ਜੋ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਦੇ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਏ ਐਂਡ ਈ) ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ

ਕੁਝ ਹਸਤਪਤਾਲਾਂ ਵਿਚ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਐਂਡ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਪਰ ਸਭਨਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ)। ਇਹ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੰਗਾਮੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਹੰਗਾਮੀ) ਸੇਵਾਵਾਂ: ਨੰਬਰ 999 ਘੁਮਾਓ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੁਰਘਟਨਾ ਹੋ ਜਾਏ), ਤਾਂ ਨੰਬਰ 999 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨਾਂ ਤੋਂ ਵੀ। ਓਪ੍ਰੇਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਹੰਗਾਮੀ ਸੇਵਾ (ਫ਼ਾਇਰ, ਪੁਲਿਸ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ) ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸਰਵਿਸ ਮੰਗੋ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਹੋ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਡਿਸਪੈਚਰ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ, ਜਾਂ ਜਿਹਦੇ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਬੁਲਾਈ ਹੈ ਉਹਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗਾ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੇ ਆਉਣ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋ।

ਡੈਂਟਿਸਟ

ਡੈਂਟਿਸਟ ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀ ਆਮ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਡੈਂਟਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਵਿਚ ਪੀੜ ਹੋਣ ਤਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਅਸਲ ਵਿਚ, ਦੰਦਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਖ਼ਰਾਬੀ ਪੈਦਾ ਹੋਣੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਡੈਂਟਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ ਵਿਚ ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਦੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਰਲੇ ਮਿਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਐਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਕੋਲ ਰਜਿਸਟਰ ਵੀ ਹੋਏ ਹੋ, ਤਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕੁਝ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੋਟ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੋਈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕੁਝ ਖ਼ਾਸ ਬੈਨੀਫ਼ਿਟ ਮਿਲਣ ਕਾਰਣ)। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਕੋਈ ਡੈਂਟਿਸਟ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਡੈਂਟਲ ਡੇਟਾਬੇਸ ਪੜ੍ਹੋ।

ਔਪਟੀਸ਼ੀਅਨ

ਔਪਟੀਸ਼ੀਅਨ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਹਾਈ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸ਼ੌਪਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਨਜ਼ਰ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਉਹ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਐਨਕਾਂ ਵੀ ਬਣਾ ਕੇ ਫ਼ਿਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਟੈਸਟ ਮੁਫ਼ਤ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਹੱਕ ਨਹੀਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਹੋਣ, ਗਲੂਕੋਮਾ ਜਾਂ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਖ਼ਾਸ ਬੈਨੀਫ਼ਿਟ ਮਿਲਣ ਕਾਰਣ) ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਣਗੇ।

ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋ

ਸਾਰੀਆਂ ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਤਕੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਕੰਪਲੇਂਟਸ ਮੈਨੇਜਰ (ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੈਨੇਜਰ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੰਪਲੇਂਟਸ ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਵਿਚ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਯਾਦ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ:

- ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਹੈ
- ਇਹ ਗੱਲ ਕਦ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ ਵਾਪਰੀ
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹਦੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਕੀਤਾ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੰਸਥਾ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗੇ ਜਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਢੰਗਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲੇ।

ਕਿਸੇ ਘਟਨਾ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਮਗਰੋਂ ਉਹਦੇ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲਿਖਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਕੰਮ ਕਾਜ ਦੇ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਵਾਬ ਮਿਲੇਗਾ ਕਿ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਕੋਲ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇ ਬਾਰੇ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ, ਅਤੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਓਗੇ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾ ਲਿਖਤੀ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਕਾਜ ਦੇ ਵੀਹ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਕਾਉਂਸਿਲ (ਸੀ ਐਚ ਸੀ) ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਲ ਬਾਤ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਇੰਟਰਪ੍ਰੇਟਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲੇ ਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ ਨਹੀਂ?

ਤੁਸੀਂ ਦੋ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜੇ ਤੁਸੀ 1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2006 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇ ਬਾਰੇ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਰਿਵਿਊ (ਸੁਤੰਤਰ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ) ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਹਦੇ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਕੰਪਲੇਂਟਸ ਸੈਕ੍ਰੇਟੇਰੀਅਟ (Independent Complaints Secretariat) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। (ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ)। ਜੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਮਗਰੋਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਬਲਿਕ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਓਮਬਡਜ਼ਮਨ ਫ਼ੌਰ ਵੇਲਜ਼ (Public Services Ombudsman for Wales) ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਜੇ ਤੁਸੀ 1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2006 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਿਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇ ਬਾਰੇ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਰਿਵਿਊ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਸਿੱਧੇ ਪਬਲਿਸ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਓਮਬਡਜ਼ਮਨ ਫ਼ੌਰ ਵੇਲਜ਼ ਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ। (ਪਤਾ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ)।

ਕੰਮ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੰਪਰਕ

ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਕੰਪਲੇਂਟਸ ਸੈਕ੍ਰੇਟੇਰੀਅਟ

ਕੋਈ ਸੁਤੰਤਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਸਥਾਨਕ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸੁਤੰਤਰ ਪੈਨਲ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਸੈਕ੍ਰੇਟੇਰੀਅਟ ਦਾ ਪਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿਚ ਭੇਜੇ ਗਏ ਖ਼ਤ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੋਏਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

Independent Complaints Secretariat
Mid and West Wales
PO Box 2
Brecon
Powys LD3 OXR
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01874 712748
ਫ਼ੈਕਸ: 01874 712756

Independent Complaints Secretariat
South Wales
PO Box 21
Cardiff
CF10 2ZR
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 029 2037 6840
ਫ਼ੈਕਸ: 029 20376826

Independent Complaints Secretariat
North Wales
PO Box 125
Mold
CH7 1WH
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01352 700227
ਫ਼ੈਕਸ: 01352 754649

ਪਬਲਿਕ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਓਮਬਡਜ਼ਮਨ ਫ਼ੌਰ ਵੇਲਜ਼
ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਨਿਆਂਪੂਰਣ ਵਤੀਰਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾੜੀ ਸੇਵਾ ਮਿਲੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਓਮਬਡਜ਼ਮਨ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਸਹੀ ਮੰਨ ਲਈ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਉਹ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹੇਗਾ ਕਿ ਉਹਦੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਓਮਬਡਜ਼ਮਨ ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਤੇ ’ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

Public Services Ombudsman for Wales
1 Ffordd yr Hen Gae
Pencoed
CF35 5LJ

ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01656 641150
ਈਮੇਲ: ask@ombudsman-wales.org.uk

ਓਮਬਡਜ਼ਮਨ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਫ਼ਾਰਮ ਉਹਦੀ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਕੇ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ (ਇੰਟਰਨੈੱਟ ’ਤੇ) ਵੀ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ -
www.ombudsman-wales.org.uk

ਬੋਰਡ ਆੱਫ਼ ਸੀ ਐਚ ਸੀਜ਼ ਇਨ ਵੇਲਜ਼

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਕਾਉਂਸਿਲ (ਸੀ ਐਚ ਸੀ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਲਈ ਕੰਪਲੇਂਟ ਐਡਵੋਕੇਸੀ (ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ) ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਸੀ ਐਚ ਸੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬੋਰਡ ਆੱਫ਼ ਸੀ ਐਚ ਸੀਜ਼ ਤੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 0845 644 7814
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.patienthelp.wales.nhs.uk