



জি পির সেবাব্যবস্থার পরিপূরক অন্যান্য সেবা ব্যবস্থা

Services to complement GP services

ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্ট(National Health Service Direct) এবংন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্টঅন-লাইন(National Health Service Direct online)

ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্টের (National Health Service Direct) - 0845 46 47 নম্বর হচ্ছে স্বাস্থ্যের তথ্য এবং উপদেশের জন্য 24 ঘণ্টার জাতীয় টেলিফোন লাইন। এই লাইনে নার্সরা এবং পেশাদারী উপদেশদাতারা পরামর্শ প্রদান করেন এবং সবরকম গোপনীয়তা রক্ষা করা হয়।

- যদি আপনি বা আপনার পরিবারের কোন সদস্য অসুস্থ হয়ে পড়েন তাহলে আপনি ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্ট লাইনে উপদেশের জন্য ফোন করতে পারেন। আপনাকে একজন নার্সের সঙ্গে কথা বলতে দেওয়া হবে যিনি আপনাকে অনেকগুলি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন। প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করবার পর তারা তাদের দক্ষতা, অভিজ্ঞতা এবং কমপিউটারের থেকে ব্যাপক তথ্য ব্যবহার করে, এর জন্য কোন পথ অবলম্বন করা যায় সে বিষয়ে উপদেশ দিতে পারবেন। এর ফলে আপনি হযত ফার্মেসী থেকে ঔষধ এনে নিজেই নিজের চিকিৎসা করতে পারবেন। যদি অসুস্থতা এর থেকে বেশী কঠিন হয় তাহলে আপনাকে হযত ডাক্তারের কাছে অথবা হাসপাতালে যেতে হতে পারে। ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্ট লাইন আপনাকে এম্বুলেন্স সার্ভিসের সঙ্গে যোগাযোগ করিয়ে দিতে পারে।
- ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্ট (National Health Service Direct) আপনাকে আপনার স্থানীয় ডাক্তারদের সার্জারীর বিস্তারিত তালিকা, ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিসের দাঁতের ডাক্তারদের তালিকা, জরুরী দাঁতের ডাক্তার, ওয়াক-ইন-সেন্টারগুলি, চোখের ডাক্তাররা এবং ফার্মেসীগুলি, যেগুলি দেবী করে খোলা থাকে সেগুলির তালিকাও তারা আপনাকে দিতে পারবে। তারা আপনার এলাকা কোন প্রাইমারি কেয়ার ট্রাস্ট {Primary Care Trust (PCT)} অথবা স্ট্রেটেজিক হেল্থ অথরিটির {Strategic Health Authority (SHA)} এলাকার ভিতর পড়ে সেটাও তারা আপনাকে বলতে পারবে

ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্টের (National Health Service Direct), বিশেষ বিশেষ স্বাস্থ্যের অবস্থা, স্বয়ংসেবী দলগুলি এবং সাহায্যকারী দলগুলির ব্যাপারে তথ্য প্রদান করে থাকে।

ইংরাজী যদি আপনার মাতৃভাষা না হয়, তাহলে ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্টের (National Health Service Direct), গোপনীয় অনুবাদের ট্রান্সলেশনের ব্যবস্থা আছে। আপনি 0845 46 47 নম্বরে ফোন করে আপনি কোন ভাষায় কথা বলতে চান, সেই ভাষার ইংরাজী নাম বলুন। তখন আপনাকে একজন অনুবাদক/ইন্টারপ্রেটারের সঙ্গে যোগাযোগ করিয়ে দেওয়া হবে। এই অনুবাদক/ইন্টারপ্রেটার কর্মী আপনার যে সাহায্য অথবা উপদেশের প্রয়োজন সেটা দিতে সাহায্য করবেন। অন্যথায় আপনি আপনার একজন বন্ধুকে ফোন করতে বলুন। যখন অনুবাদক/ইন্টারপ্রেটার ফোনে আসবেন তখন আপনার বন্ধু ফোনে আপনাকে কথা বলতে দিতে পারেন।

0845 606 46 47 নম্বরে টেকস্টফোনের ব্যবস্থাও আছে। টেকস্টফোনেও একই রকমের ব্যবস্থা - আপনি যদি

অসুস্থ বোধ করেন অথবা কোন বিশেষ স্বাস্থ্যের অবস্থার জন্য তথ্যের প্রয়োজন অথবা সাহায্যকারী দলগুলির খবর জানতে চান - সেগুলিও টেকস্টফোনের দ্বারা পেতে পারবেন।

ইনটারনেটে বা অন-লাইনে, www.nhsdirect.nhs.uk ওয়েব সাইটেও এই ব্যবস্থ্যা পাওয়া যায়। এই অন-লাইন সার্ভিস আপনাকে স্বাস্থ্যের অবস্থা, চিকিৎসার পদ্ধতি এবং অপারেশন সম্বন্ধে ব্যাপক তথ্য দিতে পারবে। স্বাস্থ্য সন্মত ভাবে জীবন নির্বাহ করার তথ্য এখানে পাওয়া যায় এবং অন্যান্য সাহায্যকারী ওয়েব সাইটের সংঙ্গে যোগাযোগ করিয়ে দিতে পারে। এই ওয়েব সাইটের একটা বিশেষ অংশে ডায়াবেটিস, স্ট্রোক এবং ব্রেস্ট ক্যান্সার সম্বন্ধে গভীর এবং বিভিন্ন রকমের তথ্য পাওয়া যায়। সাধারণ অসুস্থতাগুলি কি ভাবে নিজেই বাডীতে চিকিৎসা করতে পারবেন সে সম্বন্ধে সাহায্য করার জন্য বিশেষ অংশ আছে।

ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিসের(National Health Service)ওয়াক-ইন সেন্টার

বর্তমানে 40টি ওয়াক-ইন সেন্টার আছে যেগুলি সপ্তাহে 7 দিনই সকাল থেকে রাত পর্যন্ত খোলা থাকে। আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন এবং তার জন্য উপদেশের প্রয়োজন হয় তাহলে এই সেন্টারগুলি আপনাকে দ্রুত এবং উপযোগী সাহায্য পাওয়ার ব্যবস্থা করতে পারবে। প্রায়শই এই সেন্টারগুলি শহরের কেন্দ্রস্থলে অথবা হাসপাতালের জমিতে স্থাপিত। সেখানে কয়েকরকমের নার্স থাকেন এবং তারা নানারকমের ছোটখাটো অসুস্থতা এবং অল্প সল্প আঘাত - যেমন, কাটাছেড়া অথবা চাপের মধ্যে থাকার ব্যপারে চিকিৎসা। তারা স্বাস্থ্যের ব্যপারেও তথ্য এবং উপদেশ দিতে পারবেন। আপনার কাছাকাছি কোথায় এই সেন্টারগুলি আছে সেটা জানবার জন্য ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিস ডাইরেক্ট লাইনে (National Health Service Direct) ফোন করুন।

ন্যাশনাল হেল্থ সার্ভিসের(NHS) ছোটখাটো আঘাতগুলির চিকিৎসার সেন্টার

এই সেন্টারগুলি ছোটখাটো আঘাতের চিকিৎসা করার জন্য সপ্তাহে 7 দিনই খোলা থাকে।

সামাজিক ফার্মাসীগুলি(community pharmacists)

সাধারণ অসুস্থতাগুলি যেমন, গলায় ব্যথা বা সোর থ্রোট, ঠান্ডা লাগা এবং নানা রকমের ব্যথা বেদনা ইত্যাদির বিষয়ে ফার্মাসিস্টদের উপদেশ দেবার যোগ্যতা আছে। আপনার লক্ষ্যগুলি বিচার করে, আপনার ডাক্তার দেখানোর প্রয়োজন আছে কি না সেটা তারা ঠিক করতে পারবেন। আপনার প্রেশক্রিপশন এবং যে সকল ঔষধ আপনি প্রেশক্রিপশন ছাড়াই কিনতে পারবেন সে সম্বন্ধে প্রশ্নের উত্তর দিতে পারেন। ছোটখাটো অসুস্থতা, যেগুলির জন্য প্রেশক্রিপশন ছাড়াই ঔষধ কিনতে পারা যায়, সেগুলির কার্যকারীতা সম্বন্ধেও তারা উপদেশ দিতে পারেন।

www.multikulti.org.uk