NHS
Oxfordshire
Clinical Commissioning Group

আপনার স্বাস্থ্য
ন্যাশনাল হেল্‌থ সার্ভিস
[The National Health Service (NHS)]

ইউনাইটেড কিংডমে কিভাবে National Health Service (NHS) কাজ করে তা এই পত্রিকায় জানানো হয়েছে

National Health Service ইউ কে-তে স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদান করে।
সব চিকিৎসা পরিচর্যা গোপন রাখা হয়।

আমি কিভাবে আমার স্বাস্থ্যের ব্যাপারে সাহায্য পাব ?

যদি আপনি অসুস্থ হন বা আপনার নিজের কিংবা আপনার পরিবারের কারুর স্বাস্থ্যের বিষয়ে চিন্তিত হন তাহলে আপনার স্থানীয় ডাক্তারকে, যাকে জেনেরাল প্র্যাক্টিশনার [General Practitioner (GP)] বলা হয়, দেখিয়ে নেওয়া উচিত। GP-র ক্লিনিককে সার্জারি বা স্বাস্থ্য কেন্দ্র বলা হয়। আপনার যত শীঘ্র সম্ভব আপনার এলাকার GP-র কাছে রেজিস্টার করিয়ে নেওয়া উচিত, যাতে প্রয়োজন হলে আপনি চিকিৎসা পরিচর্যা পেতে পারেন। রেজিস্টার করানোর জন্য আপনার নাম, জন্মতারিখ, ঠিকানা এবং ফোন নম্বর যদি থাকে, জানাতে হবে।

আমি কিভাবে অ্যাপয়েন্টমেন্ট নেব ?

আপনি সার্জারিতে আপনার GP বা কোনো নার্সের সঙ্গে দেখা করার আগে আপনার অবশ্যই ব্যক্তিগতভাবে দেখা করে বা ফোন করে একটা অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিয়ে নিতে হবে। আপনি পুরুষ বা মহিলা ডাক্তার বা নার্সের সঙ্গে দেখা করার অনুরোধ করতে পারেন, তবে সবসময় তা সম্ভব নাও হতে পারে।

যদি আমি ইংরেজিতে কথা না বলি তাহলে কি হবে ?

যদি আপনার অনুবাদকের প্রয়োজন হয় তাহলে অ্যাপয়েন্টমেন্ট নেওয়ার সময় রিসেপসনিস্টকে অবশ্যই জানিয়ে দেবেন আপনি কোন্ ভাষায় কথা বলেন এবং তিনি আপনার জন্য, সামনাসামনি বা ফোনে, একজন অনুবাদকের ব্যবস্থা করে দেবেন। আপনার ডাক্তার যাতে আপনার সমস্যার সঠিক নির্ণয় করতে পারেন সেইজন্য আপনার এবং ডাক্তারের একে অপরের কথাবার্তা বুঝতে পারা একান্ত জরুরী।

আমার GP-র সঙ্গে আর কে কাজ করে ?

- নার্সরা স্বাস্থ্যের বেশ কয়েকটি প্রয়োজন পূরণ করেন যেমন টীকাদান, গর্ভরোধের পরামর্শ, ডায়বেটিজের মত দীর্ঘস্থায়ী রোগ এবং স্বাস্থ্যের বিষয়ে সাধারণ পরামর্শ দিতে পারেন।
- দাই বা ধাত্রীরা গর্ভবতী মহিলা এবং তাদের নবজাতকদের দেখাশোনা করেন। প্রসবের আগেকার পরিচর্যাকে 'প্রসূতি-পূর্ব' এবং প্রসবের পরের পরিচর্যাকে 'প্রসবোত্তর' পরিচর্যা বলা হয়।
- যেসব নার্স শিশুদের এবং তাদের পরিবারদের পরিচর্যায় বিশেষজ্ঞ হন এবং সুস্থ সবল থাকায় লোকেদের সাহায্য করেন তাদের হেল্‌থ ভিজিটার বলা হয়। এরা আপনার বাড়িতে গিয়ে আপনার সঙ্গে দেখা করতে পারেন।

আপনার GP-সার্জারি কখন বন্ধ থাকে

সাধারণত সোমবার - শুক্রবার, সকাল 8 টা থেকে বিকাল 6.30 টা পর্যন্ত GP সার্জারি খোলা থাকে। অন্যান্য সময়ে 111-এ ফোন করুন।

অসময়ে (আউট-অফ-আওয়ার) সময়সীমা হল সারা সপ্তাহে বিকাল 6.30 টা থেকে সকাল 8 টা এবং সপ্তাহান্তে এবং ব্যাঙ্কের ছুটির দিনগুলিতে সারা দিন।

গুরুতর সঙ্কটাবস্থা না হলে 111-এ কল করুন।
সারা দিনে 24 ঘন্টা, সারা সপ্তাহে সাত দিনই 111 পাওয়া যাবে। এখানে চিকিৎসা পরামর্শ ছাড়াও যে স্থানীয় পরিষেবাটি সবচেয়ে সেরা পরিচর্যা দিতে পারে তার বিবরণ পাওয়া যায়। অসময়ে সবরকম পরিচর্যার এক গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ হল ফোনের মাধ্যমে পরামর্শ এবং ট্রিয়াজ (আপনার চিকিৎসা সমস্যা কতটা জরুরী তার মূল্যায়ন করা)।

যদি আপনার প্রাথমিক ভাষা ইংরেজি না হয় তাহলে আপনি যে ভাষায় কথা বলেন তা অনুগ্রহ করে ফোনের অন্য প্রান্তের ব্যক্তিকে জানিয়ে দেবেন।

দাঁতের পরিচর্যা

আপনার দাঁত নিয়ে সমস্যা হলে দাঁতের ডাক্তার অর্থাৎ ডেন্টিস্টকে দেখানো উচিত। NHS-এর দাঁতের চিকিৎসা পেতে হলে আপনার একজন NHS ডেন্টিস্টের কাছে নাম রেজিস্টার করিয়ে নিতে হবে। আপনার যদি ডেন্টিস্টের কাছে নাম রেজিস্টার করাতে অসুবিধা হয় তাহলে আপনি অক্সফর্ডশায়ার ডেন্টাল হেল্পলাইন (Oxfordshire Dental Helpline) 01865 337267-এ যোগাযোগ করতে পারেন। দাঁতের পরিচর্যা বাবদ হয়ত দাম দিতে হবে।

দৃষ্টিশক্তি

যদি আপনার চোখের দৃষ্টিশক্তি পরীক্ষা করাতে হয় বা নতুন চশমা নেওয়ার দরকার হয় তাহলে একজন চোখের ডাক্তার (অপ্টিশিয়ান)-কে দেখানোর জন্য অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিয়ে নিন। অধিকাংশ শহরের কেন্দ্রবিন্দুতে তাদের দোকান আছে। চোখের পরিচর্যা বাবদ হয়ত দাম দিতে হবে।

ফার্মাসি

ফার্মাসি বা কেমিস্ট (ওষুধ বিক্রেতা) বহুবিধ রোগ নিরাময় করতে পারে যা সর্দি, কাশি, গলা ব্যথা এবং পেটের গোলমালের মত নানা রকম মামুলী সমস্যার জন্য কিনে নেওয়া যায়। এখন বেশ কয়েকটা বড় সুপারমার্কেটে ফার্মাসি বিভাগ থাকে। ফার্মাসিস্টরা অল্পস্বল্প অসুখবিসুখে আপনাকে পরামর্শ দিতে পারবেন এবং আপনার রোগ আঘাতের চিকিৎসার জন্য আপনার GP আপনাকে যেসব ওষুধ দেবেন তার প্রেসক্রিপশনও সামলাতে পারবেন। সাধারণত এর জন্য দাম দিতে হয়, তবে কয়েকজন, যেমন 60 বছরের বেশী বয়সের মানুষ, গর্ভবতী মহিলা এবং যারা সুবিধাদি (বেনিফিট পাচ্ছেন) তারা বিনামূল্যে প্রেসক্রিপশন পেতে পারেন।

দরকারী যোগাযোগ

NHS 111 — 111

আপনার যদি সত্ত্বর চিকিৎসা সাহায্যের প্রয়োজন হয় তাহলে NHS 111 আপনাকে সরাসরি স্থানীয় পরিষেবার সঙ্গে যোগাযোগ করিয়ে দিতে পারে, যারা আপনাকে সবচেয়ে ভালোভাবে সাহায্য করতে পারবে।

NHS ইংল্যান্ড রাষ্ট্রব্যাপী যোগাযোগ কেন্দ্র — 0300 3112233

কিভাবে একজন GP বা ডেন্টিস্টের কাছে রেজিস্টার করাতে হয়
সে বিষয়ে পরামর্শ আপনার GP বা ডেন্টিস্টের সঙ্গে সমস্যা

NHS অক্সফর্ডশায়ার ডেন্টাল হেল্পলাইন — 01865 337267

ডেন্টিস্টের সন্ধান করায় সাহায্য

অসময়ে দাঁতের পরিষেবা — 111

যখন আপনার ডেন্টিস্ট ক্লিনিক বন্ধ রাখবেন, তখন দাঁতের সঙ্কটকালীন পরামর্শ বা চিকিৎসা

NHS চয়েসেস ওয়েবসাইট — www.nhs.uk/Pages/HomePage.aspx

আপনার নিকটতম পরিষেবাগুলির বিষয়ে অন-লাইন তথ্য

গুরুতর সঙ্কটকালীন পরিষেবা: — 999

অ্যাম্বুলেন্স, পুলিশ বা অগ্নি পরিষেবা

রোগী পরিষেবা — 0800 0526088

NHS-এর নানাবিধ বিষয়ে একটি গোপন হেল্পলাইন

আপনি যদি ইংরেজিতে কথা না বলেন তাহলে আপনার স্বাস্থ্য পরিষেবা একজন অনুবাদক ব্যবহার করতে পারে

NHS
Oxfordshire
Clinical Commissioning Group

LanguageLine Solutions℠

My preferred language is

But I also speak .... and need an interpreter to help me communicate with you.

Please call LanguageLine on:

0845 603 7915

© Oxford Clinical Commissioning Group. March 2015
Designed by NHS Creative – CS36907.