



شمال مشرقی لندن وچ اپنی صحت دے لئی مدد کیویں حاصل کریئے



اس گائیڈ دے بارے وچ

Stop
Hello Eat
Words
Person Day Open

اس گائیڈ وچ اسی کش الفاظ استعمال کیتے نیں جو ہر کوئی نہیں سمجھ سکے گا۔ اسی ایہ الفاظ جلی حروف (بولڈ) وچ لکھے نیں تے اسی دساں گے کہ اناں دا کی مطلب اے۔



NHS CARE

نیشنل ہیلتھ سروس (NHS) برطانیہ وچ رین والے ہر فرد نوں مفت صحت دی خدمات فراہم کردی اے۔



ایس وچ اوہ وی شامل اے جو برطانیہ وچ رین دے لئی دوچے ملک توں آیا اے۔



ایہ معلومات توانوں دے گی کہ جے تواڈی طبیعت ٹھیک نہیں اے تے تسی کتھوں مدد حاصل کر سکدے او۔

NHS دا استعمال کینوے کریئے

Please fill in this easy read form

easy read

Your name

Address

Phone

NHS خدمات نوں بہتر طریقے نال استعمال کرن دے
لئی توانوں اپنے مقامی ڈاکٹر دی سرجری دے کول
اندراج کروانا ہوئے گا۔

اندراج دا مطلب اک فارم تے اپنے بارے وچ
معلومات دینا تے فہرست وچ شامل ہونا اے۔



اندراج کروانا مفت اے تے توانوں پتے (ایڈریس) دی
ضرورت نہیں اے۔



توانوں صرف اوس صورت وچ اندراج کروان دی
ضرورت اے جدوں توانوں ڈاکٹر (GP) نال ملن دی
ضرورت ہووے۔



اندراج کروان دے طریقے دے بارے وچ مزید مدد دے
لئی ملاحظہ کرو: www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

ڈاکٹر دی سرجری



اگر تسی اپنی صحت یا اپنے بچے دی صحت دے بارے وچ فکر مند او تے تو اڈا ڈاکٹر (GP) عام طور تے پہلا مقام ہوندا اے۔



تسی اپنے فون یا ٹیبلیٹ تے اناں دی ویب سائٹ یا NHS ایپ تے ملاقات دا وقت بک کر سکتے او، یا انہاں نوں فون کر سکتے او۔ ملاقاتاں ذاتی طور تے یا فون تے ہوسکتیاں نیں۔

Monday	✓
Tuesday	✓
Wednesday	✓
Thursday	✓
Friday	✓
Saturday	✓
Sunday	✓

اوہ شام نوں، ہفتے دے آخر وچ یا بینک دی چھٹی والے دن تے توانوں تقرری (اپائنٹمنٹ) دے سکتے او۔



جے تسی انگریزی نہیں بولدے، بہرے او، یا توانوں سمجھنا مشکل لگدا اے، تے تسی اپنی ملاقات وچ کوئی ایسا شخص شامل کر سکتے او جو توانوں سمجھن وچ مدد کرے گا۔ تو اڈے ڈاکٹر دی سرجری تو اڈے لئی اودا انتظام کر سکتی اے۔

فارمیسی



فارماسسٹ اوہ لوگ نیں جو توانوں دوائی تے مشورہ دیندے نیں جے تسی یا تواڈا بچہ ٹھیک نہیں اے۔



اوہ صحت دی پریشانیاں جیویں کھانسی، نزلہ، پیٹ دی پریشانیاں، درد تے تکلیف وچ تواڈی مدد کر سکدے نیں۔



بہت ساری فارمیسیاں دیر تک تے اختتام ہفتہ تک کھلیاں رہدیاں نیں۔ توانوں کسی تقرری (اپائنٹمنٹ) دی ضرورت نہیں اے۔



تسی اپنی قریبی فارمیسی ایتھے جا کے تلاش کر سکدے او: www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

شام نوں تے ہفتے دے آخر وچ ڈاکٹر نوں ملنا

Monday	✓
Tuesday	✓
Wednesday	✓
Thursday	✓
Friday	✓
Saturday	✓
Sunday	✓



زیادہ تر GP شام دے اوقات وچ تے اختتام ہفتہ تے بند ہوندے نیں لیکن تسی، یا تو اڈا بچہ، اناں اوقات وچ ڈاکٹر نال ملن دے لئی تقرری (اپوائنٹمنٹ) لے سکدے او۔



جے تسی ہیکنی، سٹی آف لندن، نیوہیم، ٹاور ہیملیٹس یا والتھیم فاریسٹ وچ رہندے او تے تسی شام یا اختتام ہفتہ تے تقرری (اپوائنٹمنٹ) حاصل کر سکدے او:

- اوس دن اپنے ڈاکٹر دی سرجری نوں کال کر کے
- یا 111 تے کال کر کے



اگر تسی بارکنگ تے ڈیگنہیم یا ہیورنگ وچ رہندے او تے تسی روزانہ صبح 8 بجے توں شامی 8 بجے تک 02037701888 تے کال کر کے شام یا ہفتے دے آخر وچ ملاقات دا وقت حاصل کر سکدے او۔ ریڈ برج وچ 02036494499 تے کال کرو۔



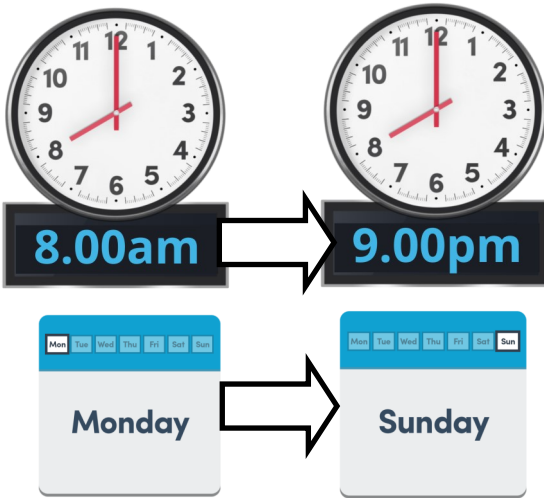
8.00am

8.00pm

شام تے ہفتے دے آخر وچ ڈاکٹر نوں ملنا



بارکنگ تے ڈیگنہیم، ہیورنگ تے ریڈ برج وچ
توانوں معمولی چوٹاں تے بیماریاں وچ وی مدد
مل سکدی اے، بارکنگ کمیونٹی ہسپتال تے
پیرالڈ ووڈ پولی کلینک وچ ساڈے فوری علاج دے
مراکز (ارجنٹ ٹریٹمنٹ سینٹرز) توں۔



ایہ ہفتے دے ست دن صبح 8 وچے توں رات 9
وچے تک کھلے رہندے نیں۔



تسی ملاقات دا وقت بُک کرن دے لئی NHS 111
تے کال کر سکدے او یا اندر جا کے ملاقات دا
انتظار کر سکدے او۔ توانوں GP دے نال اندراج
شدہ ہون دی ضرورت نہیں اے۔

NHS 111



جے تسی یا توڈے بچے نوں صحت دی دیکھ بہال
دے فوری مشورے دی ضرورت اے تے تسی
www.111.nhs.uk تے جا سکدے او یا 111 تے
کال کر سکدے او۔

فوری (ارجنٹ) دا مطلب اے کہ توانوں جلدی
نال ویکھے جان دی ضرورت اے۔



NHS 111 درج ذیل کر سکدا اے:

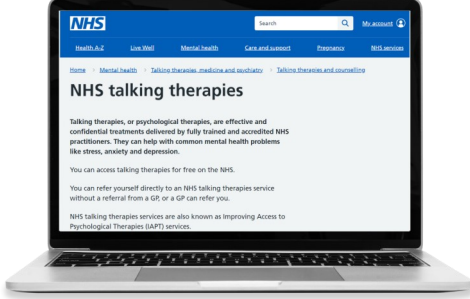
- توانوں دس سکدا اے کہ مدد کتھوں حاصل
کیتی جائے۔
- مزید معلومات حاصل کرن وچ توڈی مدد
کر سکدا اے۔
- دس سکدا اے دوائی کتھوں لیاؤ؟
- توانوں مشورہ دے سکدا اے۔
- توڈے لئی ڈاکٹر یا ایمرجنسی ڈینٹسٹ نال
ملاقات دا وقت بک کروا سکدا اے۔
- توانوں واک ان سنٹر یا ہسپتال بھیج سکدا
اے۔



بہتر اے کہ www.111.nhs.uk ملاحظہ کرو یا
ہسپتال جان توں پہلاں 111 تے کال کرو جے توڈی
بیماری جان لیوا نہیں اے۔

جان لیوا ہون دا مطلب اے کہ جے توانوں مدد
نہیں ملدی اے تے تسی مر سکدے او۔

دماغی صحت



اپنی ذہنی صحت دے بارے وچ کسی نال گل کرن
دے لئی تسی اپنے ڈاکٹر نوں کال کر سکرے او یا ایتھے

ملاحظہ کر سکرے او: www.nhs.uk/

talkingtherapies

ذہنی صحت دی ہنگامی صورت حال وچ اناں
وچوں کسی اک نمبر تے کال کرو:



بارکنگ اینڈ ڈیگنہیم - 0800 995 1000

سٹی اینڈ ہیکنی - 0800 073 0006

ہیورنگ - 0800 995 1000

نیوہیم - 0800 073 0066

ریڈ برج - 0800 995 1000

ٹاور ہیملیٹس - 0800 073 0003

والتھیم فاریسٹ - 0800 995 1000

999 تے ہسپتال دیاں ایمرجنسیاں



توانوں صرف 999 تے کال کرنا چاہیے یا ہسپتال
جانا چاہیے جے کوئی شدید بیمار یا زخمی ہووے تے
اودی جان نوں خطرہ ہو سکدا ہووے۔



جے توانوں یا کسی ہور نوں دل دا دورہ یا فالج دا
دورہ پیندا اے، یا کوئی سنگین حادثہ پیش آندا اے
تے توانوں فوری طور تے 999 تے کال کرنا چاہیے۔

