NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ (NHS Minor Ailment Service)

ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ

ਸਲਾਹ

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਜੋ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

SCC Scottish Consumer Council

ਸਾਰੇ ਉਪਭੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਅਹਿਮੀਅਤ ਦੇਣ ਵਾਲੀ

ਇਹ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਸਕਾਟਿਸ਼ ਐਗਜ਼ੈਕਟਿਵ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ (Scottish Executive Health Department) ਵਲੋਂ, ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰ ਸੂਚਨਾ ਸਕਾਟਲੈਂਡ (Health Rights Information Scotland), ਜੋ ਸਕਾਟਿਸ਼ ਉਪਭੋਗੀ ਕੌਂਸਲ (Scottish Consumer Council) ਦਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਹੈ, ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ
ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੇਵਾ, ਜੋ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਇਹ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਭਰਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੈ।

NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ (NHS Minor Ailment Service) ਕੀ ਹੈ?

- ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਛੋਟੀ ਮੋਟੀ ਬੀਮਾਰੀ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਖ਼ਰੀਦਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਪਰ ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ NHS ਦੀ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਹੈ, ਜੋ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਭਰਦੇ।
- ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਛੋਟੀ ਮੋਟੀ ਬੀਮਾਰੀ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਕਿਸੇ ਅਦਾਇਗੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਮੋਟੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਨੁਸਖ਼ਾ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਕੋਲੋਂ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਚ ਜਾਉਗੇ।

ਇਹ ਸੇਵਾ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਜੀ.ਪੀ. ਸਰਜਰੀ ਕੋਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੋ,
- ਤੁਸੀਂ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਭਰਦੇ, ਅਤੇ
- ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ।

ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ?

- NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸੇਵਾ ਲਈ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਪੈਂਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਹੋਵੇ, ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਏ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਦੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਜੇਕਰ :

- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਦੇ ਨੁਸਖ਼ੇ ’ਤੇ ਹੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਕਿਵੇਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ?

- ਤੁਸੀਂ NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਲੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਕੁਝ ਵੇਰਵੇ ਪੁੱਛੇਗਾ – ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂਅ, ਜਨਮ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼, ਅਤੇ ਪੋਸਟਕੋਡ। ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਚੈੱਕ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇਸ ਸੇਵਾ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂਅ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰੇਗਾ, ਜਿਸ ’ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਾਰਮ ’ਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ, ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਕਿਉਂ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਬੂਤ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਣੇਪੇ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਆਧਾਰ ’ਤੇ ਛੋਟ ਦਾ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ, ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਲਈ, ਸਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ, ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰੇਗਾ।
- ਤੁਸੀਂ NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ’ਤੇ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਕੋਲ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਂ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਕੋਲ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਕੋਲ ਨਾਂਅ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂਅ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ।

ਇਹ ਸੇਵਾ ਕੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ?

- ਤੁਸੀਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਕੋਲੋਂ ਸਲਾਹ ਲੈ, ਅਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, (ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ) ਉਹ ਹਨ :

ਕਿੱਲ	ਸਿਰ ਦਰਦ
ਕਰਾਹੀ	ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ
ਪਿੱਠ ਦਰਦ	ਬਦਹਜ਼ਮੀ
ਕੋਲਡ ਸੋਰ	ਮੂੰਹ ਦੇ ਅਲਸਰ
ਕਬਜ਼	ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣਾ
ਖ਼ਾਂਸੀ	ਦਰਦ
ਦਸਤ ਲਗਣੇ	ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਦਰਦ
ਕੰਨ ਪੀੜ	ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਮੋਤੀ ਰੰਗੇ ਛਾਲੇ (ਥ੍ਰਸ਼)
ਐਗਜ਼ੀਮਾ ਅਤੇ ਅਲਰਜੀਆਂ	ਗਲਾ ਦੁੱਖਣਾ
ਬਵਾਸੀਰ (ਪਾਇਲਸ)	ਚਲੂਣੇ
ਪਰਾਗ–ਤਾਪ (ਹੇਅ ਫ਼ੀਵਰ)	ਮੱਸੇ (ਵਾੱਟ) ਅਤੇ ਮਹੁਕੇ (ਵੈਰੂਕੇ)

- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ, ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵਾਂਗ, ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ ਨਾ ਮਿਲੇ, ਜੋ ਸਾਧਾਰਨ ਤੌਰ ’ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਰੀਦਦੇ ਹੋ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਵਾਸਤੇ ਜੀ.ਪੀ. ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੋਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਸਿੱਧਿਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਫ਼ਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨਾਲ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਫਿਰ ਵੀ ਜੀ.ਪੀ. ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ?

- ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨਾਲ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝੋ।

ਕੀ ਮੈਂ ਫਿਰ ਵੀ ਹੋਰ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ?

- ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖ਼ਰੀਦਣ ਜਾਂ ਨੁਸਖ਼ੇ ਲੈਣ ਲਈ ਹੋਰ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਪਰ ਯਾਦ ਰਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ NHS ਦੀ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਇਸ ਤੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਨਾ ਹੋਵਾਂ ?

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। NHS ਸੰਬੰਧੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ (Making a complaint about the NHS) ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੇ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਵਿੱਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ NHS ਦੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਂ www.hris.org.uk ਤੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ

ਇਸ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਵਿੱਚਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ :

- ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ
- ਤੁਹਾਡਾ ਜੀ.ਪੀ. ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ NHS ਸਟਾਫ਼ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ
- NHS ਹੈਲਪਲਾਈਨ, ਜਿਸਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ 0800 22 44 88 (ਕਾੱਲਾਂ ਫ਼੍ਰੀ ਹਨ), ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਨਾਗਰਿਕ ਸਲਾਹ ਬਿਊਰੋ (ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਬਿਊਰੋ ਦਾ ਪਤਾ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ www.cas.org.uk ਤੋਂ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ 'ਚੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ)।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ, ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਆਡੀਓ ਕੈਸਟ ਅਤੇ ਮੋਟੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ :

ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 0131 244 2631

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਕਾਟਿਸ਼ ਐਗਜ਼ੈਕਟਿਵ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.scotland.gov.uk** ਅਤੇ NHS 24 ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.nhs24.com** 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਰੂਪਾਂਤਰ 1 ਜਨਵਰੀ 2007 ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ