राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (NHS)

इस परचे में यह बताया गया है कि यू. के. में राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (NHS) किस प्रकार काम करती है।

राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा यू. के. में स्वास्थ्य की देखभाल का काम करती है तथा इसके लिए पैसा करों द्वारा प्राप्त होता है। शरण-प्रार्थी इस सेवा का तब तक मुफ्त लाभ उठा सकते हैं जब उनका दावा अथवा अपील विचाराधीन है। दवा, दांतों की देखभाल, आंखों की जांच तथा कुछ प्रकार के चश्में मुफ्त पाने के लिए आपको HC2 फार्म की आवश्यकता पड़ेगी जो आपको 'राष्ट्रीय शरण सहायता सेवा' (National Asylum Support Service) (NASS) अथवा किसी फार्मेसी से मिल सकता है।

NHS में काम करने वाला कोई भी व्यक्ति, जिनमें डाक्टर, नर्से तथा अनुवादक (दुभाषिए) भी शामिल हैं, आपकी सहमति के बिना आपसे संबंधित कोई भी जानकारी किसी अन्य व्यक्ति या संस्था को नहीं देगा। सारी डाक्टरी देखभाल गुप्त रखी जाती है तथा इसका शरण संबंथी आपके किसी दावे के फैसले पर कोई असर नहीं पड़ता।

मुझे स्वास्थ्य संबंधी सहायता कैसे मिलेगी?

यदि आप बीमार हैं अथवा यदि आपको अपने या परिवार के किसी सदस्य के स्वास्थ्य के बारे में कोई चिंता है तो आपको अपने स्थानीय डाक्टर, जिसे 'जनरल प्रैक्टीशनर' (जीपी) कहा जाता है, के पास जाना चाहिए। जीपी के क्लिनिक को 'सर्जरी' अथवा 'हैल्थ सैंटर' कहते हैं।

आपको जल्दी से जल्दी जीपी के पास अपना नाम दर्ज करवा लेना चाहिए ताकि ज़रूरत पड़ने पर आपको डाक्टरी सहायता मिल सके। नाम दर्ज करवाने के लिए आपको अपना नाम, जन्म तिथि, पता तथा टेलीफोन नंबर (यदि है) बताना पड़ेगा। जिस सहायता कर्मी ने आपको मौजूदा निवास स्थान पर ले जाने में मदद की थी उसे नाम दर्ज करवाने के स्थानीय प्रबन्धों के बारे जानकारी होगी।

कुछ जीपी सभी नये रोगियों को स्वास्थ्य जांच के लिए कहते हैं। यह जांच आम तौर पर एक नर्स द्वारा की जाती है। यदि आप स्वस्थ हैं तब भी आपको इस मुलाकात के लिए अवश्य जाना चाहिए।

यदि कोई 'प्रैक्टिस' (क्लिनिक) आपका नाम दर्ज नहीं करता है तो आप स्थानीय 'प्राइमरी केयर ट्रस्ट' को आपके लिए कोई 'प्रैक्टिस' नियुक्त करने के लिए कह सकते हैं।

मैं मुलाकात का समय कैसे लूं?

अपने डाक्टर या सर्जरी की किसी नर्स से मिलने से पहले साधारणतया आपको स्वयं जाकर या फोन द्वारा मिलने का समय तय करना होगा। आप किसी पुरुष अथवा महिला डाक्टर अथवा नर्स से मिलने का अनुरोध कर सकते हैं, हालांकि यह हमेशा संभव नहीं होता।

यदि मामला बहुत जल्दी वाला नहीं है तो आपको मुलाकात के लिए कुछ दिन प्रतीक्षा करनी पड़ सकती है। यदि आप सोचते हैं कि आपको शीघ्र ही डाक्टर को मिलने की ज़रूरत है तो मुलाकात का समय तय करते समय रिसेप्शनिस्ट से यह बात कहें और यदि ज़रूरी होगा तो आपसे उसी दिन मुलाकात की जाएगी। यदि डाक्टर की नज़र में आप बीमारी के कारण सर्जरी में आने की स्थिति में नहीं हैं तो वह आपके घर आ सकता/सकती है।

डाक्टर के साथ मुलाकात 5 या 10 मिनट के लिए होगी। परिवार का जो भी सदस्य डाक्टर से मिलना चाहता है प्रत्येक के लिए मुलाकात का समय अलग से तय करना ज़रूरी है।

कृपया मुलाकात के लिए सही समय पर पहुंचें और यदि आप नहीं आ सकते हैं तो कृपया मुलाकात रद्द करवा दें।

यदि मुझे अंग्रेज़ी बोलनी नहीं आती तो मैं क्या करूं?

यदि आपको अनुवादक (दुभाषिए) की आवश्यकता है तो मुलाकात का समय तय करते समय यह बात रिसेप्शनिस्ट को अवश्य बताएं। आप स्टाफ को यह बताएं कि आप कौनसी भाषा बोलते हैं और वे लोग आपके लिए दुभाषिए को बुक कर लेंगे अथवा उसे टेलीफोन पर बुला लेंगे। यह अत्यंत आवश्यक है कि आप और डाक्टर एक दूसरे को अच्छी तरह से समझें ताकि डाक्टर आपकी समस्या का सही निदान कर सके।

मेरे डाक्टर के साथ और कौन काम करता है?

- यू.के. में नर्सों को ऊंचे स्तर की ट्रेनिंग मिली होती है। स्वास्थ्य संबंधी कई आवश्यकताओं का वे ध्यान रखती हैं, जैसे टीके, गर्भ निरोध संबंधी सलाह, शक्कर रोग जैसी लंबे समय तक चलने वाली बीमारियां, आदि। वे स्वास्थ्य संबंधी आम सलाह भी दे सकती हैं।
- दाईयां गर्भवती स्त्रियों तथा नवजात शिशुओं की देखभाल करती हैं। बच्चे के जन्म से पहले की देखभाल को 'एन्टि-नेटल' तथा जन्म के बाद की देखभाल को 'पोस्ट-नेटल' कहते हैं।
- हैल्थ विज़िटर वे नर्सें हैं जिन्होंने बच्चों और उनके परिवारों की देखभाल करने तथा लोगों को स्वस्थ रहने में मदद करने में निपुणता प्राप्त की होती है। वे आप से मिलने आपके घर आ सकती हैं।

यदि मुझे विशेषज्ञ डाक्टर से मिलना हो तो मैं क्या करूं?

आपके स्वास्थ्य की अधिकतर देखभाल आपका जीपी करेगा और वही यह फैसला करेगा कि आपको किसी विशेषज्ञ डाक्टर (सलाहकार) को मिलने की ज़रूरत है या अस्पताल जाने की। यू.के. में इन विशेषज्ञ डाक्टरों को मिलने के लिए सभी को प्रतीक्षा करनी पड़ती है।

आपके साथ मुलाकात का ब्यौरा देते हुए अस्पताल आपको चिट्ठी लिखेगा। यदि आपको अपनी मुलाकात के समय दुभाषिए की आवश्यकता है तो आप अस्पताल को अवश्य संपर्क करें।

जिन अस्पतालों में आपको मिलने के लिए जाना पड़ेगा वे कई बार आपके घर से काफी दूर हो सकते हैं हालांकि यदि आपके पास HC2 है तो आपको सफर के खर्चे में सहायता मिल सकती है।

रोगी के पास मौजूद रिकार्ड

यदि आपको "रोगी के पास मौजूद रिकार्ड" (नीली पुस्तिका) दी गई है तो जब भी आप किसी डाक्टर या नर्स से मिलने जाएं इस पुस्तिका को अवश्य अपने साथ लेकर जाएं। इस पुस्तिका में दी गई जानकारी आपके तथा NHS स्टाफ के लिए है। किसी अन्य व्यक्ति को यह पुस्तिका पढ़ने का अधिकार नहीं है।

मेरी सहायता और कौन कर सकता है?

<u>दवाएं</u>

यदि डाक्टर चाहता/चाहती है कि आप दवा लें तो वह आपको पर्ची लिखकर देगा/देगी। यह पर्ची लेकर आप किसी फार्मेसी अथवा दवा विक्रेता के पास जाएं। पर्ची वाली दवा मुफ्त पाने के लिए आपको HC2 फार्म की आवश्यकता पड़ेगी। स्वास्थ्य संबंधी छोटी-मोटी तकलीफों के इलाज के लिए आपको दवा विक्रेता सलाह दे सकता है। कई दवाईयां, जैसे कई पीड़ा नाशक तथा खांसी की दवा, डाक्टर की पर्ची के बिना फार्मेसी में खरीदी जा सकती हैं।

<u>दांतों की देखभाल</u>

यदि आपके दांतों में कोई तकलीफ है तो आपको किसी दंत-चिकित्सक से मिलना चाहिए। NHS से दांतों का इलाज करवाने के लिए आपको किसी दंत-चिकित्सक के पास अपना नाम दर्ज करवाना पड़ेगा। यदि आपको किसी दंत-चिकित्सक के पास नाम दर्ज करवाने में कठिनाई होती है तो आप सीधे NHS अथवा स्थानीय 'प्राइमरी केयर ट्रस्ट' को संपर्क कर सकते हैं।

<u>आंखों की देखभाल</u>

यदि आपको अपनी आंखों की जांच करवाने या नए चश्मे की ज़रूरत है तो किसी चश्मा-विक्रेता से मिलने का समय लें। शहर के अधिकतर केन्द्रों में ऐसी दुकाने मौजूद हैं। HC2 फार्म में आंखों की जांच तथा कुछ प्रकार के चश्मों का खर्चा सम्मिलित है। ब्यौरे के लिए चश्मा-विक्रेता से बात करें।

यदि आपकी जीपी सर्जरी बन्द हो

जीपी सर्जरियां साधारणतया सोमवार से शुक्रवार प्रातः 8:30 से सायं 6:30 तक खुली रहती हैं। बाकी समय - अर्थात रात को, शनिवार, रविवार तथा सार्वजनिक छुट्टियों के दिन - स्वास्थ्य संबंधी ऐसी तकलीफों के लिए डाक्टरी सहायता मिल सकती है जिनके लिए जीपी सर्जरी के खुलने की प्रतीक्षा नहीं की जा सकती।

सहायता के लिए आप स्थानीय 'कार्यकाल के बाहर' सेवा को नीचे दिए नंबर पर फोन कर सकते हैं तथा टेलीफोन पर मशवरा ले सकते हैं। आपको किसी जीपी सर्जरी जाने के लिए कहा जा सकता है अथवा कोई डाक्टरी पेशावर व्यक्ति आपके घर आ सकता है।

स्वास्थ्य संबधी सलाह लेने के लिए अथवा <u>जब आपकी सर्जरी बंद हो तो डाक्टरी सहायता के लिए</u> आप 'सीधा NHS' को 0845 46 47 नंबर पर भी फोन कर सकते हैं। मोबाइल फोन के स्थान पर लैंडलाइन द्वारा (जैसे, किसी टेलीफोन बूथ से) फोन का खर्चा काफी कम आएगा।

यदि आप अंग्रेज़ी नहीं बोल पाते हें तो 'सीधा NHS' तथा 'कार्यकाल के बाहर' सेवा आपके लिए दुभाषिए को बुला सकते हैं। कॉल के शुरू में ही अंग्रेजी में आपको केवल यही बताना है कि आप कौनसी भाषा बोलना पसंद करेंगे। यदि आपको अंग्रेज़ी बोलनी बिल्कुल नहीं आती तो आप अपने किसी मित्र, संबंधी अथवा सहायता कर्मी को आपकी ओर से फोन करने को कहें तथा अपनी समस्या समझाने से पहले दुभाषिए के लाइन पर आने की प्रतीक्षा करें। आपसे कुछ बातें, जैसे आपका नाम और पता, पूछी जाएंगीः यह जानकारी महत्त्वपूर्ण है तथा वह किसी अन्य व्यक्ति को नहीं दी जाएगी।

'सीधा NHS' को संपर्क करने के लिए फोन करें: 0845 46 47
जब आपकी जीपी सर्जरी बन्द हो तो डाक्टरी सहायता के लिए स्थानीय 'कार्यकाल के बाहर' सेवा को संपर्क करने के लिए फोन करें:

आपात स्थिति में क्या करें?

आपात स्थिति में, जब आप या आपका कोई व्यक्ति गंभीर रूप से बीमार हो तथा जीपी सर्जरी के खुलने की प्रतीक्षा करना संभव न हो, आप ऐम्बुलेंस बुलाने के लिए अथवा स्थानीय अस्पताल के 'दुर्घटना तथा आपातकालीन विभाग' में जाने के लिए 999 (मुफ्त) नंबर पर टेलीफोन कर सकते हैं। किन्तु यह सेवा केवल आपात स्थिति के लिए है। इस लिए 'दुर्घटना तथा आपातकालीन विभाग' का प्रयोग साधारण डाक्टरी समस्याओं के लिए न करें।

जीपी अथवा स्थानीय 'शरणार्थी स्वास्थ्य टीम' (asylum health team) को संपर्क करने के लिए ब्यौरा :

ABOUT THE NHS
HINDI
OCTOBER 2005

HEALTH & HOUSING RESOURCES. UNIT 39 CONCOURSE HOUSE
DEWSBURY ROAD LEEDS LS11 7DF
T. 0113 2770999 F. 0113 2704753
email <**1kelvin@healthandhousing.org**>