क्या आप चिंतित हैं? चिकित्सीय देखभाल खोजने में देरी न करें

हेल्थलाइन पूरे परिवार के लिए उपलब्ध एक नि:शुल्क, गोपनीय 24-घंटे की टेलीफोन स्वास्थ्य परामर्श सेवा है। **0800 611 116 पर कॉल करें**

आप जिन लक्षणों, स्थिति या बीमारी के बारे में कॉल कर रहे/रही हैं, उनके बारे में हेल्थलाइन की पंजीकृत नर्सें आपसे सवाल पूछेंगी। वे सबसे बेहतर कार्य करने की सलाह देंगी।

वे एक दुभाषिये की व्यवस्था कर सकते हैं।

सामुदायिक सेवाएँ कार्ड

सामुदायिक सेवाएँ कार्ड जीपी के पास जाने, नुस्खों, कार्यकाल की अवधि के बाद निजी चिकित्सकों के पास जाने, 15 वर्ष और इससे कम आयु के बच्चों के लिए चश्मों, और अस्पताल तथा कुछ दंत क्लीनिकों में आपातकालीन दंत देखभाल के शुल्कों में कुछ सहायता देता है।

भाषा समर्थन

सभी अस्पतालों में नि:शुल्क दुभाषिये उपलब्ध होते हैं। आपको अपने एपॉइंटमेंट से पहले दुभाषिये का आरक्षण किए जाने के लिए पूछना चाहिए।

अगर आपको भाषा समर्थन की ज़रूरत हो, तो अपने जीपी को अपने एपॉइंटमेंट से पहले बताएँ।

शिकायतें

आपको स्वास्थ्य प्रदाताओं द्वारा अपने साथ सम्मानपूर्वक व्यवहार किए जाने का अधिकार प्राप्त है। यदि आपको कोई चिंताएँ हैं या आप कोई शिकायत करना चाहते/चाहती हैं, तो उस संगठन से संपर्क करें जिसने आपको देखभाल प्रदान की थी या स्वास्थ्य और विकलांगता आयोग (Health & Disability Commission) से संपर्क करें।

राष्ट्रीय फ्रीफोन: 0800 112 233

स्वास्थ्य-संबंधी वेबसाइटें

भरोसेमंद स्वास्थ्य जानकारी प्राप्त करने के लिए **www.healthnavigator.org.nz** पर जाएँ।

अन्य भाषाओं में स्वास्थ्य जानकारी प्राप्त करने के लिए **www.healthed.govt.nz** पर जाएँ।

एक स्वास्थ्य प्रदाता की खोज करने के लिए **www.healthpoint.co.nz** पर जाएँ।

शुल्क और अन्य समर्थन

सामान्य व्यावसायिक (जीपी) /पारिवारिक डॉक्टर	नामाँकित वयस्क: कम शुल्क लागू होते हैं पंजीकृत वयस्क: अधिक शुल्क लागू होते हैं 14 वर्ष से कम आयु के बच्चे: नि:शुल्क या कम शुल्क – पात्रता की जाँच करें: www.tewhatuora.govt.nz/public-health-service-eligibility-guide
सार्वजनिक अस्पताल या विशेषज्ञ *(आपातकालीन विभाग सहित)*	नि:शुल्क – पात्रता की जाँच करें: www.tewhatuora.govt.nz/public-health-service-eligibility-guide
अस्पताल का दुभाषिया *(अपने एपॉइंटमेंट की तिथि से पहले निवेदन करें)*	नि:शुल्क – पात्रता की जाँच करें: www.tewhatuora.govt.nz/public-health-service-eligibility-guide
दुर्घटना और चिकित्सा क्लीनिक	शुल्क लागू होते हैं
नुस्खा	वयस्क और 14 वर्ष या इससे अधिक आयु के बच्चे: प्रत्येक मद के लिए $5.00 14 वर्ष से कम आयु के बच्चे: नि:शुल्क कुछ दवाइयों के लिए अधिक खर्चा आ सकता है - पात्रता की जाँच करें: www.tewhatuora.govt.nz/public-health-service-eligibility-guide
मातृत्व देखभाल *(दाई, सार्वजनिक अस्पताल)*	नि:शुल्क – पात्रता की जाँच करें: www.tewhatuora.govt.nz/public-health-service-eligibility-guide
परीक्षण • स्कैन *(जैसे अल्ट्रासाउंड)*, रक्त परीक्षण, गर्भाशय ग्रीवा (सर्विकल) परीक्षण • स्तन परीक्षण *(मैमोग्राम)*	शुल्क लग सकता है - अपने जीपी से पूछें ब्रेस्टस्क्रीन एओटियारोआ (BreastScreen Aotearoa) 45 और 69 वर्ष के बीच की आयु की महिलाओं के लिए एक नि:शुल्क राष्ट्रीय स्तन परीक्षण कार्यक्रम है
एंबुलेंस • दुर्घटना • चिकित्सीय आपातस्थिति	अगर दुर्घटना क्षतिपूर्ति निगम (एसीसी) [Accident Compensation Corporation (ACC)] द्वारा कवर किया जाता है, तो यह नि:शुल्क होगा - यदि आप मानदंडों को पूरा करें शुल्क लागू होता है, वेबसाइट www.stjohn.org.nz पर जाएँ या 0800 785 646 पर कॉल करें
दंत चिकित्सक	18 वर्ष से कम आयु के व्यक्ति: नि:शुल्क – पात्रता की जाँच करें: www.tewhatuora.govt.nz/public-health-service-eligibility-guide वयस्क: शुल्क लागू होता है
विशेषज्ञ चिकित्सक और निजी अस्पताल	शुल्क लागू होता हैं। पहली बार परामर्श के लिए विशेषज्ञ का शुल्क $150 से शुरू होता है

Classification number: HE3504 Review date: May 2025
This resource is available from healthed.govt.nz or your local Authorised Provider

Te Whatu Ora
Health New Zealand

न्यू ज़ीलैंड स्वास्थ्य प्रणाली

पारिवारिक डॉक्टर (जीपी)

पारिवारिक चिकित्सक या सामान्य व्यावसायिक 'जीपी' वह चिकित्सक होता है जो पूरे परिवार की स्वास्थ्य देखभाल करता है। अगर आप अपने स्वास्थ्य या अपने परिवार के स्वास्थ्य के बारे में चिंतित हैं, तो आपको सबसे पहले अपने जीपी के पास जाना चाहिए है।

जीपी चिकित्सा केन्द्रों में उपलब्ध होते हैं। प्रैक्टिस नर्सें और अन्य स्वास्थ्य पेशेवर भी वहाँ काम करते हैं। जीपी आपको अस्पतालों और समुदाय में अन्य स्वास्थ्य सेवाओं में विशेषज्ञ सेवाओं की खोज करने में मदद करेंगे।

अपने जीपी के पास **नामाँकन** (enrol) करना महत्वपूर्ण होता है। अगर आप नामाँकन कराते/कराती हैं, तो कम शुल्क लगेगा। अगर आपको दुभाषिये की ज़रूरत हो, तो रिसेप्शनिस्ट को बताएँ।

अगर सप्ताहाँतों में या कार्यकाल की अवधि के बाद चिकित्सा केंद्र बंद हो, तो कार्यकाल की अवधि के बाद कार्यरत किसी निजी दुर्घटना और चिकित्सा (ए एंड एम) क्लिनिक [Accident & Medical (A&M) Clinic] में जाएँ। इस सेवा के लिए शुल्क ज़्यादा होगा। अगर वे आपकी बीमारी या चोट का इलाज करने में असमर्थ होते हैं, तो वे आपको किसी अस्पताल के आपातकालीन विभाग (ईडी) [Emergency Department (ED)] के लिए निर्दिष्ट करेंगे।

पात्रता की जाँच करने के लिए वेबसाइट
www.health.govt.nz/eligibility *पर जाएँ।*

नामाँकन के बारे में और अधिक जानकारी के लिए वेबसाइट
www.yourlocaldoctor.co.nz *पर जाएँ।*

फार्मासिस्ट/केमिस्ट

जब आप अपने चिकित्सक के पास जाते/जाती हैं, तो आपको किसी दवाई के लिए एक पर्चा दिया जा सकता है। इसे नुस्खा (प्रिस्क्रिप्शन) कहा जाता है। इसे किसी फार्मेसी में ले जाएँ। फार्मासिस्ट यह समझाएगा कि दवाई का उपयोग कब और कैसे करना है। इसके लिए एक शुल्क लगेगा।

एक सामुदायिक फार्मासिस्ट की खोज करने के लिए वेबसाइट
www.yourlocaldoctor.co.nz *पर जाएँ।*

अन्य स्वास्थ्य सेवाएँ

दंत-चिकित्सक

बच्चों के लिए जन्म से लेकर उनके 18वें जन्मदिन तक नि:शुल्क बुनियादी दंत सेवा उपलब्ध होती है। इसकी व्यवस्था स्कूलों में की जाती है। अपने बच्चे का नामाँकन कराने के लिए अपने स्कूल में पूछें। वयस्कों के लिए दंत सेवाएँ नि:शुल्क नहीं होती हैं। कार्य और आय न्यू ज़ीलैंड (Work and Income New Zealand) के कर्मी कुछ दंत सेवाओं के लिए वित्तीय सहायता प्राप्त करने के बारे में जानकारी देंगे। कुछ अस्पताल एक शुल्क अदा करने पर दर्द से राहत के लिए आपातकालीन दंत उपचार प्रदान करते हैं।

नेत्र-चिकित्सा

कुछ ऑप्टोमेट्रिस्ट और ऑप्टिशियन पूर्व शरणार्थियों के लिए नि:शुल्क नेत्र जाँच और चश्मे दे सकते हैं। इन सेवाओं के लिए वित्तीय सहायता प्राप्त करने हेतु कार्य और आय न्यू ज़ीलैंड (Work and Income New Zealand) के कर्मियों से बात करें।

मातृत्व

अगर आप गर्भवती हों, तो आपकी गर्भावस्था के दौरान और आपके बच्चे के जन्म के बाद छह सप्ताहों के लिए आप नि:शुल्क देखभाल के लिए पात्र होती हैं। अपने जीपी के पास जाएँ और वे एक लीड मातृत्व देखभालकर्ता (एलएमसी) [Lead Maternity Carer (LMC)] का चयन करने में आपकी सहायता करेंगे। यह एक दाई (midwife) या ऑब्स्टेट्रिशियन हो सकती है।

आपके बच्चे के जन्म के बाद एक वेल चाइल्ड (Well Child) प्रदाता आपको और आपके बच्चे को पहले पाँच वर्षों के लिए समर्थन देगा।

सार्वजनिक अस्पताल

न्यू ज़ीलैंड के सभी प्रमुख शहरों में एक अस्पताल होता है। अगर आपको नियमित रूप से किसी अस्पताल में एक विशेषज्ञ को दिखाने की ज़रूरत हो, तो आपका नियमित जीपी एक एपॉइंटमेंट की व्यवस्था करेगा। इसे 'निर्दिष्टिकरण' ('referral') कहा जाता है। अगर आपातस्थिति न हो, तो कुछ प्रतीक्षा-अवधि लागू होगी।

आपको एपॉइंटमेंट की तिथि और समय दर्शाने वाला एक पत्र मिलेगा। अधिकाँश अस्पताल यह उम्मीद करते हैं कि आप उनको कॉल करके अपने एपॉइंटमेंट की पुष्टि करेंगे/करेंगी।

अस्पतालों में नि:शुल्क दुभाषिया सेवाएँ होती हैं। अगर आपको दुभाषिये की ज़रूरत हो, तो अपने एपॉइंटमेंट की पुष्टि करते समय इस बात की जाँच कर लें कि एक दुभाषिये को आरक्षित कर दिया गया है।

आपातस्थितियाँ

आपातकालीन विभाग

अगर आप गंभीर रूप से बीमार हों या आपको चोट लगी हो, तो आपको अपने सबसे नज़दीक के अस्पताल के आपातकालीन विभाग (ईडी) [Emergency Department (ED)] में जाने की ज़रूरत पड़ सकती है।

सेंट जॉन्स एंबुलेंस के लिए **111** डायल करें। एंबुलेंस का उपयोग केवल आपातस्थितियों के लिए ही किया जा सकता है, आपको शुल्क देना पड़ सकता है।

आपातस्थिति के उदाहरणों में निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं, अगर:

- आप बहुत बीमार हैं
- आपके सीने में गंभीर दर्द हो रहा है
- आपको गंभीर चोट लगी है
- आप ठीक से साँस नहीं ले पा रहे/रही हैं
- आप अपने बच्चे के स्वास्थ्य के बारे में बहुत चिंतित हैं
- आपको गंभीर पेट दर्द हो रहा है
- आप किसी कार दुर्घटना में घायल हो गए/गई हैं