Punjabi

ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ
GETTING HEALTHCARE WHEN YOU ARE SICK

ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ (ਸਿਸਟਮ) ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਘਰ ਬੁਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾ ਕੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਥੇ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿਚ ਅਲੱਗ ਢੰਗ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲੋੜ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪ ਇਹ ਹਨ:

1. ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ
2. ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਉ ਜਾਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾਉ
3. ਕਿਸੇ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਜਾਉ
4. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਜਾਉ

ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਸੇਵਾ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ?
(What is Health Link Alberta and how do I use this service?)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ‘ਤੇ 24-ਘੰਟੇ ਨਰਸ ਦੀ ਸਲਾਹ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਂਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਦਾ ਨੰਬਰ ਮਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ‘ਤੇ ਨੰਬਰ 1 ਦੱਬੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਜਾਣਕਾਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ (ਏਰੀਏ) ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਂਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨੰਬਰ 2 ਦੱਬੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰਕੇ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਇਕ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਸਾਰੇ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਮੈਂ ਫੋਨ ‘ਤੇ ਗੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ ਜੇ ਮੈਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ?
(How do I communicate on the phone if I don’t speak English very well?)

ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਅਤੇ ਫੋਨ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ (ਇੰਟਰਪਰੇਟਰ) ਬੋਲਚਾਲ ਦੀ ਇਸ ਰੁਕਾਵਟ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਇਕ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸੁਨੇਹਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫੋਨ ਨੂੰ ਕੱਟੋ ਨਾ, ਬਲਕਿ ਨੰਬਰ 2 ਦੱਬੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰ ਸਕੋ। ਨੰਬਰ 2 ਦੱਬਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫੋਨ ਨੂੰ ਕੱਟੋ ਨਾ – ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ, ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਹੀ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਨਰਸ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹੋ – ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, “ਆਈ ਸਪੀਕ ਪੰਜਾਬੀ” (ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦਾ ਹਾਂ)। ਫੋਨ ਨੂੰ ਕੱਟੋ ਨਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਫੇਰ ਇਕ ਫੋਨ ਇੰਟਰਪਰੇਟਰ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕੋ। ਇੰਟਰਪ੍ਰੈਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਨਰਸ ਨੂੰ ਸਮਝਾਏਗਾ ਅਤੇ ਨਰਸ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਦਿਤੀ ਗਈ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਦਸੇਗਾ – ਇਸ ਵਿਚ ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣਗੀਆਂ ਜੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕੋਗੇ ਜਾਂ ਫੇਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਰੈਫਰ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਗਲੀ ਸਵੇਰ ਮਿਲ ਲਵੇਗਾ।

ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਕੀ ਹੈ? (What is the phone number for Health Link Alberta?)

ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ 1-866-408-LINK (5465) ‘ਤੇ ਟੋਲ ਫਰੀ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਐਡਮਿੰਟਨ ਵਿਚ 780-408-LINK (5465) ਜਾਂ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿਚ 403-943-LINK (5465) ‘ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਦੀ ਨਰਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਫੋਨ ਇੰਟਰਪਰੇਟਰ ਦੁਆਰਾ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਥੇ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿਚ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
(What does a family doctor do here in Alberta and how do I find one?)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਹੋਵੇ। ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਸੇਵਾਂਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਲਾਨਾ ਚੈਕ-ਅੱਪ,

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣੀ, ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦੇਣੀ, ਅਤੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਮੋਗਰਾਮ, ਪੈਪ ਟੈਸਟ, ਬੋਨ ਡੈਨਸਿਟੀ ਟੈਸਟ, ਐਕਸ-ਰੇ, ਖੂਨ-ਟੈਸਟ ਆਦਿ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਕੋਲ ਰੈਫਰਲ ਦੇ (ਭੇਜ) ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਕੋਲ ਜਾ ਕੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਕਰੇ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਹਿਸਟਰੀ ਇਕੋ ਜਗ੍ਹਾ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਹੋਣਾ ਇਕ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿਚ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦਫਤਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ 1-866-408-LINK (5465) 'ਤੇ ਟੋਲ ਫਰੀ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਐਡਮਿੰਟਨ ਵਿਚ 780-408-LINK (5465) ਜਾਂ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿਚ 403-943-LINK (5465) 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ **www.albertahealthservices.ca** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
(What is a Walk-In Clinic and how do I find one close to my home?)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਾਕ-ਇਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਾਇਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਐਲਬਰਟਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾਉ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਹਿਸਟਰੀ ਬਾਰੇ ਇਕ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਦੁਆਰਾ ਦੇਖੇ ਜਾਣ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋਗੇ। ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਵਾਰੀ ਆਉਣ 'ਤੇ ਦੇਖੇਗਾ। ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਕਰੇ। ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਲੱਭਣ ਲਈ ਟੈਲੀਫੋਨ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਵਿਚ *ਯੈਲੋ ਪੇਜਿਜ਼* ਵਿਚ "ਕਲੀਨਿਕ" 'ਤੇ ਦੇਖੋ।

ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
(What is an Urgent Care Centre and how do I find one close to my home?)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਕ ਮੈਡੀਕਲ ਸੈਂਟਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਂਵਾਂ ਅਣਿਆਈਆਂ ਪਰ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਦਿਨ ਹੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਿਨ ਉਹ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹੱਡੀਆਂ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿਚ ਤਣਾਅ, ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਦਰਦ ਅਤੇ ਛੂਤ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ। ਸਾਰੇ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਕੈਲਗਰੀ ਵਿਚ, ਸ਼ੈਲਡਨ ਐਮ. ਸ਼ੂਮਰ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ 1-866-408-LINK (5465) 'ਤੇ ਟੋਲ ਫਰੀ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਐਡਮਿੰਟਨ ਵਿਚ 780-408-LINK (5465) ਜਾਂ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿਚ 403-943-LINK (5465) 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ **www.albertahealthservices.ca** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਸੈਂਟਰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਕੀ ਰੋਲ ਹੈ?(What is the role of the Emergency Department?)

ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਜਾਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਹਾਲਤਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ **ਨਹੀਂ** ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਬੁਲਾਉਣ ਲਈ 911 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ 24 ਘੰਟੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖ ਰੇਖ ਦੇਣ ਲਈ ਖੁਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਂਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਲਬਰਟਾ ਚਿਲਡਰਨ ਹਸਪਤਾਲ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿਚ ਜਨਮ ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਐਲਬਰਟਾ ਵਿਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਰੇ ਦਿਹਾਤੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਹਨ ਵੀ ਤਾਂ ਦਿਹਾਤ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ 24 ਘੰਟੇ ਖੁਲ੍ਹੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਇਹ ਇਕ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕ ਵਾਲੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਦਿਤੀ ਗਈ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਦੇਖ ਭਾਲ ਦਾ ਖਰਚਾ ਐਲਬਰਟਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਉਠਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਦੇਖੇ ਜਾਣ ਦੀ ਕੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ?
(What is the process of being seen in an Emergency Department?

ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਂਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਐਲਬਰਟਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ। ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਟ੍ਰੀਆਜ ਨਰਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੈਡੀਕਲ ਜ਼ਰੂਰਤ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਮਰੀਜ਼ ਜੋ ਘੱਟ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੇਟਿੰਗ ਏਰੀਏ

ਵਿਚ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰੀ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਏਰੀਏ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗੀ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੁੱਝ ਟੈਸਟ ਵੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ। ਜਦੋਂ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਆਉਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੇਰ ਉਹੀ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ। ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਸਵਾਲ ਇਸ ਲਈ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕਿ ਤਹਾਡੇ ਰੋਗ ਦੀ ਸਹੀ ਪਹਿਚਾਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਰੁਕਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ।

ਮੈਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ ਜੇ ਮੈਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦਾ?
(How do I communicate in the Emergency Department if I do not speak English very well?)
ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਏਰੀਏ ਵਿਚ ਇਹ ਸੇਵਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੰਟਰਪ੍ਰੈਟਰ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਜਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਇੰਟਰਪਰੇਟਰ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗਲਤਫਹਿਮੀਆਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੰਟਰਪਰੇਟਰ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਮਚਾਰੀ ਵਾਂਗ ਗੁਪਤ ਰੱਖੇਗਾ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਲੋੜ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪ ਇਹ ਹਨ:

1. ਹੈੱਲਥ ਲਿੰਕ ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ
2. ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਉ ਜਾਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾਉ
3. ਕਿਸੇ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਜਾਉ
4. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਜਾਉ

ਸਰੋਤ: "Getting Healthcare when you are sick" ਡੀ ਵੀ ਡੀ, ਐਲਬਰਟਾ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

ਅਗਰ ਤੁਸੀਂ "ਰੋਡ ਟੂ ਹੈਲਥੀ ਲਿਵਿੰਗ" ਸੀਰੀਜ਼ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਲੇਖ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।