परिवारको डाक्टर (जि पी)

जनरल प्राक्टिसनर (जि पी) एउटा डाक्टर हो जसले सम्पूर्ण परिवारको स्वास्थ्यको हेरविचार गर्दछ। तपाईको स्वास्थ्यको लागि न्यूजिल्याण्डमा उहाँ एकदमै महत्वपूर्ण व्यक्ती हुनुहुन्छ।

यदि तपाई आफ्नो स्वास्थ्यको बारेमा चिन्तित हुनुहुन्छ भने प्रथमत: तपाईले तपाईको जि पी लाई भेट्नु पर्नेछ।

तपाइंको समुदायमा जि पी स्वास्थ्य चौकीहरुमा पाउन सक्नुहुनेछ। अभ्यस्त नर्श र अन्य स्वस्थ्य पेशेवारहरु पनि त्यहाँ काम गर्दछन्।

जि पी ले अस्पताल र अन्य स्वास्थ्य सेवाहरुमा विषेशज्ञहरु पत्ता लगाउन मद्दत गर्दछ।

जि पी संग दर्ता हुनुहोला – यसले तपाईको भेटाईलाई सस्तो बनाउनेछ, जि पी को कारिन्दा संग कुरा गर्नुहोला। यदि तपाईलाई दोभाषेको आवशयक पर्ने भए तपाईको जि पी लाई भन्नुहोला।

एउटा सामुदायिक सेवा कार्ड (Community Services Card) ले स्वास्थ्य खर्चमा सहयोग पुर्याउनेछ। तहो

आकस्मिक तर त्यस्तो गम्भिर बिरामी हैन

यदि तपाई बिरामी पर्नु भएमा तपाईको **जि पी** लाई भेट्नुहोला। यदि बन्द भएको खण्डमा निजी दुर्घटना र मेडिकल क्लिनिकमा जानुहोला – पैसा लाग्न सक्नेछ।

औषधीहरु

रसायनशास्त्री/औषधी पसले

डाक्टले औषधीकोलागि तपाईलाई एउटा फारम दिन सक्नेछ; यो प्रिस्क्रिप्सन (prescription) हो। यो औषधी पसलमा लानुहोस। औषधी पसले ले तपाईको औषधी कसरी र कहिले प्रयोग गर्ने उल्लेख गरिदिनेछ।

अन्य स्वास्थ्य सेवाहरु

दाँतको डाक्टर

१८ बर्ष मुनिका बालबालिकाहरु जो विद्यालय जान्छन् वा काम गर्दैनन् भने दाँचको उपचार नि:शुल्क हुनेछ। दर्ता गर्नकोलागि विद्यालयमा सोध्नुहोला।

बयस्कहरुको लागि दाँतको उपचार नि:शुल्क **छैन**। केही अस्पतालहरुले आकस्मिक दुखाई कम गर्नकोलागि नदुख्ने औषधी दिन्छन्।

प्रसुति

तपाई गर्भवती हुनुहुँदा तपाईलाई कसले हेरबिचार गर्ने भनेर रोज्न सक्नुहुनेछ।

यो मिड वाईफ (धाईआमा) वा अब्सेस्ट्रिसियन (प्रसुति बिसेसग्य) हुन सक्दछ। अस्पतालहरुमा पनि प्रसुति सेवाहरु हुन्छन्।

बच्चा जन्मेपछी स्वस्थबच्चा (Wellchild) प्रबन्धक जस्तै उदारहणको लागि प्लङकेट (Plunket) ले तपाई र तपाईको बच्चाको हेरबिचार गर्दछ।

सार्वजनिक अस्पतालहरु

Auckland City Hospital

न्युजिल्याण्डमा सम्पूर्ण प्रमुख सहरहरुमा अस्पतालहरु छन्। तपाईको जि पी ले विषेशज्ञसंग भेट्ने समय मिलाई दिनेछ। आकस्मिक नभए सम्म यसको लागि तपाईले प्रतिक्षा गर्नु पर्ने हुन सक्दछ।

तपाईले भेट्ने मिती र समयका साथको चिठ्ठी पाउनु हुनेछ। तपाईले भेट्ने समयको पक्का गर्नु अत्तिनै महत्वपूर्ण छ।

अस्पतालहरु संग निशुल्क: दोभाषेहरु हुनेछन्। तपाईले भेट्ने समयको पक्का गर्दा दोभाषेको लागि भन्नुहोला।

सम्पूर्ण सेवाहरु सार्वजनिक अस्पतालले उपलब्ध नगाराउन पनि सक्दछ र निजी अस्पतालहरुको पनि प्रयोग गर्नुपर्ने हुन सक्दछ – त्यसको भने पैसा लाग्दछ। तपाईको जि पी ले यि कुराहरु उल्लेख गरिदिनेछ।

आकस्मिक

आकस्मिक (ईमरजेन्सी) विभाग

यदि तपाई गम्भिर रुपमा बिरामी पर्नु भएमा वा घाईते हुनु भएमा तपाईले तुरन्त छानबिन वा उपचारको लागि ईमरजेन्सी विभाग (ED) मा जानु पर्ने हुन सक्दछ।

एम्बुलेन्सको लागि १११ डायल गर्नुहोला – ईमरजेन्सिको लागि मात्र

एम्बुलेन्स ईमरजेन्सिको लागि मात्र हो।

उदारहणको लागि:

ईमरजेन्सिको लागि मात्र

- एकदमै पिडा दुखाई भएमा
- कोहि बेहोस भएमा
- ह्रदयघात भएमा
- राम्रो संग स्वास नफेरेमा
- एकदमै बिरामी परेमा
- एउटा प्रमुख दुर्घटना चोटपटक भएमा

ईमरजेन्सि विभागले निम्न उपचारहरु पनि गर्दछ:

- ठूलो घाउहरु चोटपटक
- हड्डी भाचिएको वा जोर्नि खुस्केको
- झुककिएर खाएको बिष वा औषधिहरु को मात्रा बढी परेमा
- अन्य दुर्घटनाहरु

निजी दुर्घटना र मेडिकल क्लिनिक

यि क्लिनिकहरुले न्यून खतराका बिरामी र दुर्घटनाहरुको उपचार गर्दछ।

तिनिहरुले यदि तपाईको बिरामी वा दुर्घटनाको उपचार गर्न नसकेको खण्डमा, छानबिन गर्दछन् र तपाईलाई अस्पताल को आकस्मिक (ईमरजेन्सी) विभाग कोलगि सिफारिस गरिदिनेछन।

यि क्लिनिकहरु प्रायजसो जि पी नखुलेको समयमा खुल्दछन। साधारणतया यी क्लिनिकमा उपचारको लागि पैसा लाग्नेछ।

अत्तालिनु भयो?

मेडिकल उपचार पत्तालगाउन ढिलासुस्ती नगर्नुहोला।

अन्य सेवाहरु र लाग्ने खर्चहरु

जनरल प्राक्टिसनर (जि पी)/परिवारको डाक्टर	दर्तावाल बयस्कहरु: पैसा लाग्नेछ ६ बर्ष मुनिका बालबालिका: निशुल्क: वा कम पैसा
सार्वजनिक अस्पताल वा विषेशज्ञ (ईमरजेन्सि विभाग समेत) अस्पतालका दोभषेहरु (भेट्ने मिती पहिला नै अनुरोध गर्नुहोला)	निशुल्क: निशुल्क:
दुर्घटना र मेडिकल क्लिनिक	पैसा लाग्नेछ
प्रिस्क्रिप्सनहरु (prescriptions)	बयस्कहरु र ६ बर्ष माथिका बालबालिकाहरु: $५.०० ६ बर्ष मुनिका बालबालिका: निशुल्क: पैसा लाग्दैन
प्रसुति सेवा (मिडवाईफ, सार्वजनिक अस्पताल)	निशुल्क:
जाँच • स्क्यान (जस्तै अल्ट्रासाउण्ड), रगत परिक्षण, सर्भिकल स्क्रनिङ्ग • स्तन स्क्रनिङ्ग	 पैसा लाग्न सक्दछ – तपाईको जि पी लाई सोध्नुहोला निशुल्क:
एम्बुलेन्स *ACC—Accident Compensation Corporation* *(ए सि सि – दुर्घटना क्षतिपूर्ती निगम)*	ए सि सि ले गम्भिर दुर्घटनालाई ओगेट्दछ: निशुल्क: यातायात वा ए सि सि बाहेकको ईमरजेन्सी: $७५-८५
दाँतको डाक्डर	विद्यालयका बालबालिका (आधारभूत सेवा): निशुल्क: बयस्क: पैसा लाग्नेछ
निजी डाक्टरहरु र अस्पतालहरु	पैसा लाग्नेछ

टेलीफोनमा परामर्श

यदि तपाईले हेल्थलाईनलाई निशुल्क: स्वास्थ्य परामर्शको लागि फोन गर्नु भएमा, अनुरोध गरेको खण्डमा हेल्थलाईन संग टेलिफोन दोभाषे उपलब्ध गराईनेछ।

हेल्थलाईन ०८०० ६११ ११६

भाषिक सहयोग

सम्पूर्ण **अस्पतालहरुमा** दोभाषेहरु **निशुल्क:** उपलब्ध छन्। भेट्ने समयकोलागि जानु भन्दा पहिलेनै दोभाषेको लागि भन्नुहोला.

यदि तपाईलाई भाषिक सहयताको खाँचो परेमा भेट्ने समय भन्दा अगाडीनै जि पी लाई भन्नुहोला।

उजुरीहरु

तपाईको स्वास्थ्य प्रबन्धकहरु द्वारा राम्रो संग व्यवहार गरिनुपर्ने अधिकार छ। यदि तपाईलाई कुनै सरोकार भएमा वा उ जुरी गर्न चाहानु भएमा तपाईलाई स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने संस्थालाई वा हेल्थ एण्ड डिसाबिलिटि कमिसन (Health & Disability Commission) मा सम्पर्क गर्नुहोला।

वेभसाईट: www.hdc.org.nz/complaints

राष्ट्रिय निशुल्क: फोन: ०८०० ११२२३३

योग्यता

यस प्रचाको सुझाव **न्यूजिल्याण्डको नागरिक** र **स्थाई बासिन्दाहरुको** लागि मात्र हो। यो प्रकाशनमा दिएको मिती सम्मको लागि मात्र ठिकहुनेछ।

थप जानकारीको लागि: : www.moh.govt.nz/eligibility

Nepali
नेपाली

न्यूजिल्याण्डको स्वास्थ्य प्रणाली

June 2013

Auckland Regional Public Health Service

Rātonga Haurora ā Iwi o Tamaki Makaurau

AUCKLAND DISTRICT HEALTH BOARD Te Toka Tumai

Waitemata District Health Board Te Wai Awhina

COUNTIES MANUKAU HEALTH

Working with the people of Auckland, Waitemata and Counties Manukau