

این ایچ ایس 24

په سم ځای کې
د سمې پاملرنې
ترلاسه کولو کې
ستاسو سره مرسته

په سم ځای کې سمه پاملرنه ترلاسه کړئ

این ایچ ایس (NHS 24) 24

این ایچ ایس خبرتیا (NHS inform) کې د ډیرو عام
شرایطو لپاره د ځانې-ملا تر لارښودونه شامل دي:
NHSinform.scot/self-help-guides

که تاسو فکر کوئ چې تاسو د حادثې او اضطرابي کیفیت ځانګڼ
(A&E) ته اړتیا لرئ، مګر دا ژوند-ګواښونکی نه وي یا په هماغه
ورځ طبي پاملرنه او دا چې تاسو د عمومي متخصص (GP) د
کلینک د بیا خلاصیدو انتظار نشئ کولې، نو این ایچ ایس 24
(NHS 24) ته په 111 زنگ ووهئ.



درمل جوړونکي/ درملتون

- زکام
- د چاود زخمونه
- د ستوني درد
- اسهال یا قبض
- بدهضمی
- دردونه
- مرسته که چیرې ستاسو
تکراري نسخه خلاصه شي



رواني هوساینه

این ایچ ایس 24 (NHS) ته زنگ ووهئ، 24 ساعته/7 ورځې، د کال
365 ورځې
د سکون ځای (Breathing Space): 0800 83 85 87
کاری ورځې: دوشنبه - زیارت، ماښام 6 بجو نه تر شپې 2 بجې
پورې
د اونډې پایې کې: د جمعي ماښام 6 بجو نه تر دوشنبې د سهار
6 بجو پورې



د غاښونو ډاکټر

- د غاښ درد
- د خولې پړسوب
- ستاسو د خولې زخم
- د یوريو (د غاښونو جړې)
درد یا وینه بهیدل
- د شفاهي حفظ الصحې په
اړه مشوره



د سترگو متخصص

- سره یا نوجنه سترګه
- د سترګې یا د دې شاو خواه درد • په لید کې پرکا او کلان
- تټ یا کم شوې لید



د عمومي متخصص (GP) کلینک

تاسو سره په رواني او فزیکي دواړو روغتيايي مسئلو کې مرستې
لپاره کلینکي مسلکيان، په شمول د ډاکټرانو، نرسانو او ځینې
وختونه درمل جوړونکي او فزیوتراپیسټان هم.



د معمولي زخمونو/ ټپونو څانګه

- زخمونه او معمولي د سوزیدني زخمونه
- د رګونو/اندامونو اوریدل او فشارونه
- د هډوکو شکمنه ماتیدنه



د حادثې او اضطرابي کیفیت څانګه (A&E) یا 999

- د زړه احتمالي حمله یا بندیدنه
- د تنفس ستونزې
- شدیدې وینه بهیدنه



اینسلی (Ainsley) او
میډو (Meadow)
ناروغان

nhs24.scot

nhs24.scot

این ایچ ایس 24 (NHS 24) د این ایچ ایس
(NHS) سکاټلینډ برخه ده، په سم ځای
کې، د سمې پاملرنې ترلاسه کولو کې،
مرسته او ملاتړ کوي.



مونږ این ایچ ایس 24 (NHS 24) یو – په سکاټلینډ کې د تلیفوني او ډیجیټل روغتیا او پاملرنې د خدماتو ملي چمتو کونکی. دا زمونږ خدماتو ته یو ګټور لارښود دی، چې په سم ځای کې، سمې پاملرنې ته لاسرسۍ کې تاسو سره مرسته کوي.

کله چې د این ایچ ایس 24 شمیره مصروفه وي

د شمیرې په مصروف کیفیت کې، به مونږ تاسو ته بیرته زنگ ووهو. دا په دې غرض چې مونږ لمړې د جدي او عاجله مسئلو په اړه مرسته وکړې شو. تاسو ته به د هغه وخت نشاندهي اوکړې شي چې مونږ به پرې تاسو ته بیرته زنگ ووهو.

زمونږ تر ټولو مصروفه وختونه دي:

- د اونۍ په کارۍ ورځو کې د ماښام د 6 بجو نه د شپې تر 8 بجو
- د شنبې په ورځ د سهار د 9 بجو نه تر غرمې پورې

په یاد ولرئ، که تاسو لاهم انډینمن یاست یا که ستاسو علامات/نښې په خرابیدو وي نو تاسو مونږ ته هر وخت زنگ ووهلې شئ.

که تاسو د عاجله مسئلې، خو چې ژوند-ګواښونکي نه وي، لپاره 111 ته زنگ ووهئ، نو تاسو څه نمه کولی شئ؟

لمړنې شې چې تاسو به یې واورئ، ستاسو لپاره سم انتخاب غوره کولو لپاره د اختیارونو سره یو پیغام دې. په دقت سره یې واورئ چې ستاسو اړتیاو لپاره ستاسو زنگ سم سړي ته ورسیري.

له تاسو څخه به وغوښتل شي چې د خپل ځان یا هغه شخص چې تاسو یې استازیتوب کوئ، په اړه لاندې توضیحات وړاندې کړئ:

- نوم
- د څیریدلو نېټه
- کور ادرس یا د هغه ځای ادرس چې تاسو ترینه زنگ ووهئ
- د تېلفون هغه شمیره چې تاسو زنگ ووهلې دې او یوه داسې شمیره چې مونږ پرې تاسو ته بیرته زنگ ووهلې شو، که ورته اړتیا ولرو
- د عمومي متخصص (GP) او د هغه د کلینک نوم

بیا به تاسو څخه د زنگ وهلو د سبب په اړه ځینې پوښتنې وشي. دا د دې ډاډ ترلاسه کولو لپاره دی چې تاسو تر ټولو غوره کس/مسلمکی ته وسپارل شئ. که تاسو له یو کلینکې مسلمکې سره خبرې کولو ته اړتیا ولرئ، د تلیفون اداره کوونکی به ستاسو تېلفون/زنگ انتقال کړي.

این ایچ ایس خبرتیا (NHS inform) 111

زمونږ 111 خدمت د روغتیا او پاملرنې اړتیاو لپاره 24/7 (24 ساعته او 7 ورځې) تېلفوني ملاتړ چمتو کوي. پدې کې شامل دي:

- د کارۍ ساعتونو څخه بهر پاملرنه، کله چې ستاسو د عمومي متخصص (GP) یا د غاښونو د ډاکټر کلینک بند وي
- عاجله پاملرنه، که تاسو فکر کوئ چې تاسو د حادثې او اضطرابې کیفیت ځانګې (A&E) ته اړتیا لرئ مګر ژوند ګواښونکی نه وي
- د روانې روغتیا ملاتړ

که تاسو د خپلې روغتیا په اړه پوښتنه لرئ یا تاسو د نښو په اړه انډینمن یاست او ډاډه نه یاست چې باید څه وکړئ، نو این ایچ ایس خبرتیا (NHS inform) د پیل لپاره ښه ځای دی. www.nhsinform.scot ته ولاړ شئ او تاسو به د خپل ملاتړ په اړه د معلوماتو یوه پراخه لړۍ او د ځانې-مرستې لارښودونه ومومئ. دا اکثرا د نښو درک کولو او د هغو د اداره کولو د څرنګوالي لپاره ترټولو ګړندی لار ده. که تاسو بیا هم احساس کوئ چې خپلې روغتیا یې مسلکې کې مرستې ته اړتیا لرئ، نو تاسو 111 ته زنگ ووهلې شئ.

که تاسو فکر کوئ چې د یو چا ژوند په خطر کې دی او تاسو امبولانس ته اړتیا لرئ، 999 ته زنگ ووهئ.

په ژوند-ګواښونکي بیړني حالتونو کې په احتمالي د زره حمله یا بندیدنه، د تنفس شدیدې ستونزې، شدیدې وینه بهیدنه یا شدید ټپي کیدنه شامل دي.

د بل چا لپاره زنگ وهل؟

تاسو د بل چا د استازۍ په حیث این ایچ ایس 24 (NHS 24) ته زنگ ووهلې شئ - د مثال په توګه، که تاسو د ماشوم، د بوډا خپلوان یا د ګاونډي ساتونکې/پاملرونکې یاست.

