

# زیرون پاملرنی باندي ستاسی حقوق



## یو گام په گام لارښود

NHS Great Glasgow & Clyde

ژمن دی چې د لوړ کیفیت زیرون پاملرنې چمتو کړي او دا باوري کړي چې هر هغه څوک چې مور ته راځي، په عادلانه او درناوي ورسره چلند وشي

زموږ د خدماتو څخه د کار اخیستنې په مهال تاسو حقوق لرئ

د مثال په توګه، تاسو حق لرئ چې د نژاد پرستۍ یا بل ډول تبعیض چلند تجربه نه کړئ

تاسو همدارنګه د خپلواک ملاتړ اخیستلو حق هم لرئ، لکه د خیریه موسسې څخه یو څوک، ستاسو د پاملرنې په جریان کې ستاسو سرهمرسته وکړي

زموږ گام په گام لارښود د امیندواری-پرمهال او تر امیندواری وروسته ستاسو د پاملرنې مختلف مرحلې تشریح کوي. پدې کې زموږ د خدماتو کارولو په وخت کې ستاسو د ژباړې ملاتړ حق شامل دی، د تلیفون مهم شمیرې او دا چې زموږ د تلیفون ژباړونکي خدمت څه ډول کارول کيږي.

1

## ګام 1

### د زیرون پاملرنې لپاره ثبت نامو کړئ .

کله چې تاسو پوه شئ چې تاسو امیندواره یاست د ثبت د دفتر سره د تماس په واسطه د قابلې سره لیدنه وکړئ

مور له ټولو میندو څخه غوښتنه کوو حتی هغه چې دمخه ماشومان لري، چې ستاسو د امیندواری د ۱۶ او ۱۰ اونيو تر مینځ د محلي امیندواری خدماتو ته ثبت نام وکړئ

ستاسو او ستاسو د ماشوم روغتیاپی معاینات او سکینونه د امیندواری په لومړیو مرحلو کې ترسره کړئ تر څو معلومه سي چې هرڅه سم دي، نو دا مهمه ده چې په پیل کې ثبت نام وکړئ او ډاډ ترلاسه کړئ چې تاسو په خپلو ټولو غونډو کې ګډون وکړئ. ستاسو قابله به هم له تاسو سره کار وکړي ترڅو تاسو سره ستاسو د وضعیت په پوهیدو کې مرسته وکړي او د اضافي مرستې او پاملرنې په اړه بحث وکړي چې تاسو ورته د امیندواری پرمهال اړتیا لرئ.



د ثبت نام دفتر شمیره ده - ۰۱۴۱۳۳۷۸۴۲۲



تاسو کولی شئ د دې تلیفون زنگ وهلو لپاره زموږ د تلیفون ژباړونکي خدمت وکاروئ . تاسو حق لرئ چې د کارمندانو څخه د ژباړني د ملاتړ او ټولو راتلونکو ملاقاتونو په اړه پوښتنه وکړئ .

2

## ګام 2

### په ملاقاتونو کې ګډون کول

تاسو به د زیرون څخه مخکې د پاملرنې په جریان کې یوازې ۱ یا ۲ مختلفې قابله ګانې وګورئ، ترڅو تاسو سره د باور او مرستندویه اړیکو په جوړولو کې مرسته وکړي. تاسو حق لرئ چې پوښتنې وکړئ او د نوروضاحت غوښتنه وکړئ که تاسو د هغه څه په اړه چې درته ویل شوي پوه شوي نه یاست

ستاسو د لومړۍ لیدنې په جریان کې، قابله به له هرملګري یا مرستندویه شخص څخه وغواړي چې د خودقیقو لپاره بهر ته ولاړ شي ترڅو تاسو ته د پوښتنو لپاره یو څه شخصي وخت درکړي. دا د ټولو میندو لپاره معیاري کړنلاره ده

ستاسو پاملرنه ستاسو کور ته نږدې په ترتیب سره ترسره کیدی شي. که تاسو د ټولنيزې امنیت ګټې څخه برخمن یاست، تاسو کولی شئ د خپل سفر لګښتونه د بیرته اخیستلو لپاره ادعا وکړئ. تاسو ممکن د غوره پیل وړیا مرستې، غوره پیل خواره او د سکاتلینډي ماشوم تادیاتو لپاره هم وړ یاست. یوازې د دې په اړه کارمندان وپوښتنئ. مهرباني وکړئ خپلې قابلې سره خبرې وکړئ که تاسو خپلو ملاقاتونو ته پهرسیدو کې ستونزه لرئ

تاسو حق لرئ چې ټول معلومات په خپله خوښه ژبه ترلاسه کړئ. پدې کې د امیندواری په جریان کې د خپل ځان او ماشوم پاملرنې څرنګوالی، د هغو ازموینو په اړه معلومات چې تاسو ته وړاندې کيږي او د زیرون لپاره ځان چمتو کول شامل دي. پدې کې ستاسو د ماشوم پاملرنې او د تغذیوي اختیارونو لپاره پلان جوړونه هم شامل دي. د زیرون دمخه دوره کې ستاسو قابله به ستاسو سره پدې اړه بحث وکړي. که تاسو احساس کوئ چې تاسو دا معلومات نه دي ترلاسه کړي، مهرباني وکړئ د کارمندانو له غړي څخه وغواړئ چې تاسو سره پدې اړه خبرې وکړي.

3

### ګام 3

## د زیرون دمخه ټولګي

د زیرون دمخه ټولګي مهم مسایل راجاپیره کوي لکه څه ډول باید د زیرون لپاره چمتو شو، تاسو څه ته اړتیا لرئ، تاسو څنګه خپل ماشوم ته تغذیه کولی شئ او څنګه د خپل ځان ساتنه وکړئ



تاسو کولی شئ د ژباړونکي غوښتنه وکړئ چه په دې ټولګيو کې حاضر وي. ترجمان به ستاسو څنګ ته ناست وي او په خاموشۍ سره به د هغه څه ترجماني کوي کوم چې ویل کيږي او کومې پوښتنې چې تاسو یې لرئ

ستاسو ملګری/ د ملاتړ ملګری هم کولی شي د زیرون دمخه ټولګيو کې ګډون وکړي. دوی به معلومات او مشوره ترلاسه کړي چې څنګه د امیندواری په اوردو کې، د زیرون پرمهال او د ماشوم له زیرون وروسته ستاسو ملاتړ وکړي. دوی به دا مهارتونه هم

زده کړي چې څنګه ستاسو د ماشوم ساتنه وکړي د ماشوم د زیرون وروسته د کورنۍ پلان کولو په اړه معلومات هم شتون لري.

4

### ګام 4

## د زیرون پلان جوړول

تاسو باید د خپل زیرون پلان په اړه له خپلې قابلې سره بحث وکړئ. پدې کې شامل کیدی شي چې ځینې مسایل لکه څوک د ځان سره غواړي کله چې تاسو د زیرون په حالت کې یاست او همدارنګه د شیانو لپاره

ستاسو غوره

توبونه لکه د

اوبو زیرون، په

کور کې زیرون، د درد کمول،

خواړه او د ژباړې ملاتړ



کله چې تاسو د زیرون په حالت کې یاست، کارمندان ممکن د طبی مسلو له کبله تل ستاسو غوره توبونه تعقیب نه کړي، مګر دا باید تاسو ته تشریح شي. تاسو ممکن خپل کار ته اړتیا ولرئ (طبی پیل شوی). ځینې ښځې ممکن د سیزرین زیرون ته اړتیا ولري. ستاسو قابله کولی شي تاسو ته دا پروسې تشریح کړي او کومې پوښتنې چې تاسو یې لرئ ځواب ورکړئ.

5

## ګام 5

### د ماشوم زيږول

ډيري ميرمنې غواړي خپل ماشوم په روغتون کې وزيږوي. که تاسو فکر کوئ چې تاسو د زيږون درد په حالت کې ياست، مهرباني وکړئ هغه روغتون ته زنگ ووهئ چېرې چې تاسو په کې ثبت شوي ياست

د شهزادګۍ شاهي زيږون روغتون  
۳۴۵۴/۰۱۴۱۲۰۱۳۴۵۳

د ملکې اليزابيت زيږون روغتون  
۰۱۴۱۲۳۳۴۳۴۳

د شاهي اليګزانډرا ټولنې د زيږون څانګه  
۰۱۴۱۳۱۴۷۰۳۳

د رائل اليګزانډرا زيږون څانګه د کارګرو وارډ  
۰۱۴۱۳۱۴۶۰۶۷

د ويل اف ليون ټولنه د زيږون څانګه د سهار له ۸ بجو  
\* څخه د ماښام تر ۸ بجو پورې  
۰۱۳۸۹۸۱۷۳۳۳

د انورسايلک ټولنه د زيږون څانګه د سهار له ۸ بجو  
\* څخه د ماښام تر ۸ بجو پورې  
۰۱۴۷۵۵۰۴۶۱۹

د ساعتونو څخه اضافه وخت کې د رائل اليګزانډرا \*  
روغتون لير وارډ ته په ۰۱۴۱۲۱۴۷۰۳۳ زنگ ووهئ  
يوه قابله به د هغه څه په اړه چې تاسې ته پيښيږي



خبرې  
وکړې  
او تاسو  
ته به

مشوره درکړي چې بايد بل څه وکړئ تاسو د دې کار  
کولو لپاره کولی شئ زموږ د تليفون ژباړونکي خدمت  
وکاروئ -

کله چې تاسو د زيږون درد په حالت کې ياست، تاسو  
حق لرئ چې په ټولو پريکړو کې دخپل واوسئ په  
شمول د



درد  
کمول. که تاسو احساس کوئ  
چې تاسو چې په هغه کچه مو د درد کمولو خدمات نه  
دي ترلاسه کوئ کوم چې تاسو ورته اړتيا لرئ،  
مهرباني وکړئ د کارمندانو يو حاضرغږي ته ووايست يا  
که تاسو غوره گڼئ د کارمندانو بل غږي سره د خبرو  
کولو غوښتنه وکړئ.  
کې

6

## ګام 6

### د زيږون وروسته پاملرنه

که تاسو د خپل ماشوم له زيږون وروسته په روغتون  
کې ياست



تاسو د  
ژباړني  
ملاټر

ترلاسه کولو حق لرئ کله چې تاسو د قابله گانو او  
ډاکټرانو سره ستاسو د پاملرنې اصلي مسلو په اړه  
خبرې کوئ -

د خپل ماشوم په تغذيه کولو کې به تل تاسو سره  
ملاټر وشي او په هغه طريقه چې تاسو غوره کړې د  
ځان ساتنه به مو وشي -

کله چې تاسو په کور کې ياست، تاسو به د ماشوم  
زيږون څخه تر ۱۰ ورځو پورې يو څو ځله د قابله لخوا  
وليدل شئ. يو روغتيايي ليدونکی بايد تاسو او  
ستاسو د ماشوم سره د ۱۱ څخه تر ۱۴ ورځو پورې  
ليدنه وکړي. دوی به وروسته ستاسو د اميندواری په  
جريان کې هم ليدنه وکړي ترڅو باوري کړي چې هر  
څه سم



روان دي

ستاسو صحي ساتونکی به تاسو ته د ځينو شيانو په  
هکله لکه د خوندي درملني په اړه ووايي. دوی د دې  
ليدني پر مهال د ژباړني خدمات هم برابرولی شي  
تاسو پيژنئ او ډاډ ترلاسه کړئ چې هرڅه سم دي.  
ستاسو روغتيايي ليدونکی به تاسو ته د شيانو په اړه  
ووايي لکه د ماشوم د واکسين کولو کلينیکونه. دوی  
کولی شي په دې ليدنو کې د ژباړې ملاټر هم تنظيم  
کړي -



## خدمت وکاروڼګ وهلو لپاره زموږ د تلیفون ژباړونکي NHS د

تیلیفون 01413196117

له تاسو څخه به ستاسو د ناروغ د پښ نمبر غوښتنه وشي. چې دا ۱۸۲۹۸۷ دی. بیا به تاسو په ۱۵ ثانیو کې د ژباړونکي سره وصل شئ. ژباړونکي ته هغه شمیره وواياست چې تاسو غواړئ تلیفون ورته وکړئ، د بیلګې (مورنی ثبت) په توګه ۰۱۴۱۳۴۷۸۴۲۲

تاسو کولی شئ چې د دې خدمت په کارولو سره زموږ ټولو خدماتو ته زڼګ ووهئ، په شمول د (۱۱۱) NHS ۲۴ او بیړني خدماتو (۹۹۹).  
You can use this service to call any of our services, including NHS24 (111) (and Emergency Services (999).



## تاسو د خپلو ټولو ګمارنو لپاره و یو ژباړونکي ته د لاسرسی حق لرئ.

اجازه راکړئ د کارمندانو په شمیر باندې خبر سو که تاسو په خپلو ګمارنو کې د ژباړونکي ملاتړ غواړئ. دا کیدای شي د مخامخ ژباړونکي یا زموږ د تلیفون ژباړونکي خدمت وي.

که چیرې تاسې مخامخ ژباړونکي غواړئ، تاسو کولی شئ په ځانګړې توګه د بنځینه یانارینه ژباړونکي غوښتنه وکړئ، مګر دوی ممکن تل شتون ونلري نو که تاسو بیا هم ددې زیاته غوښتنه لرئ، نو تاسو باید چې اوږد انتظار وکړئ. مهرباني وکړئ په یاد ولرئ چې دا د NHSGGC پالیسي ده چې د مسلکي ژباړونکو څخه کار واخلي ترڅو ستاسو سره ستاسو په پاملرنې کې مرسته وکړي، نه د کورنۍ غړي یا ملګري.

## که تاسو غواړئ د خپل پاملرنې په اړه شکایت ولرئ باید څه وکړئ

د ناروغ مشوره او ملاتړ خدمت کولی شي تاسو سره د NHS څخه د ترلاسه شویدرملنې په اړه نظر یا نظر ورکولو، انډیبنې راپورته کولو یا شکایت کولو کې مرسته وکړي.



له موږ سره په

۰۸۰۰۹۱۷۲۱۲۷ اړیکه ونیسئ

تاسو کولی شئ د دې تلیفون لپاره زموږ د تلیفون ژباړونکي خدمت وکاروئ.



په بیرني حالت کې څه وکړئ.

که تاسو د اندام نه وینه یا درد ولرئ او ستاسو په ټیټ معدې کې درد وي، دا د دې معنی نلري چې تاسو د جنین سقط لرئ؛ معمولا د امیندواری په لومړي ۱۲ په اونیو کې ځینې وخت د اندامونو لږ لږ خونریزي وي. دې ته گواښ شوی سقط ویل کیږي. ډیری میرمنې صحي امیندواری ته ځي. مگر ځینې میرمنې بیا کیدای شي وروسته سقط هم وکړي که تاسو د ۱۲ اونیو څخه کم امیندوار یاست او د معدې درد یا وینه بهیدنه لرئ، خپل نږدې حادثې او بیرني خدماتو څانگې ته لارښی همدارنگه باید خپل نږدې عاجل څانگې ته لاره پیدا کړئ یا امبولانس ( ۹۹۹ ته زنگ ووهئ که چیري تاسو

- د معدې ډیر شدید درد رامینځته شي دا ممکن یوازې په یوه اړخ کې وي
- اوږو د درد ولرئ
- د پخوا په پرتله ډیره زیاته وینه بهیدل ولرئ د ټوټه ویني راوتل یا په ۳۰ دقیقو کې د پیدمکمل لنډیدل
- د هر ډول بې هوښۍ پېښې یا سقوط سره مخ شی -

په بیرني حالت کې، تاسو کولی شئ د ټیلیفوني ژباړې په کارولو سره د کارمندانو سره اړیکه ونیسئ، کوم چې دوی ستاسو لپاره لاسرسی کولی شي -  
که تاسو د ۱۲ اونیو څخه د ډیر وخت امیندواره یاست او وینه یا درد تجربه کوئ، یا پورته ذکر شوي نښې نښانې تجربه کوئ، تاسو باید په روغتون کې د زیرون ارزونې څانگې ته ټلیفون وکړئ چیرې چې تاسو د نورو مشورې لپاره خپل امیندواری ثبت کړئ.

- د ملکې الیزابیت پوهنتون روغتون  
د شهزادگی شاهي زیرون روغتون پرنسس رائل میټرنټی بسپتال  
شاهي الکساندرا روغتون  
\* د ویل اف لیون روغتون د سهار له ۸ بجو څخه د ماښام تر ۸ بجو پورې  
\* انورسایکل روپل روغتون د سهار له ۸ بجو څخه د ماښام تر ۸ بجو پورې  
د ټاکلي ساعتونو څخه بهر ټلیفون د روپل الکساندرا روغتون په \*
- ۰۱۴۱۲۳۳۴۳۶۳  
۰۱۴۱۲۱۱۳۴۵۳/۳۴۵۴  
۰۱۴۱۳۱۴۶۰۶۷  
۰۱۳۸۹۸۱۷۴۱۱  
۰۱۴۷۵۵۰۴۶۱۹  
۰۱۴۱۳۱۴۶۰۶۷



تاسو کولی شئ د ټلیفون ژباړونکي خدمت وکاروئ او لدې شمېرو څخه هرې یوې ته چې مو خوښه وي زنگ ووهئ -