குயின்ஸ்லாந்தில் சுகாதாரப் பராமரிப்பு

புதிய குயின்ஸ்லாந்து வருகையாளர்களுக்கான வழிகாட்டி

தமிழ் - Tamil - A guide for new Queensland arrivals

Queensland Government

2025

எமெல் டுயினோனாவின் கலைப்படைப்பு.

இந்த வளங்கள், **Queensland Health** (குயின்ஸ்லாந்து சுகாதாரத் துறை) உடன் கலந்தாலோசித்து, **Refugee Health Network Queensland** வழியாக பன்முக கலாச்சார சமூகங்கள் மற்றும் மருத்துவர்களின் மதிப்புரைகளுடன் **Mater Refugee Health** ஆல் உருவாக்கப்பட்டது. இது பொதுவான சுகாதாரத் தகவல்களை மட்டுமே கொண்டுள்ளது. மேலும் வழிகாட்டுதல் அல்லது குறிப்பிட்ட ஆலோசனைக்கு உங்கள் சுகாதார நிபுணரைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

இந்தப் பணி **ஆஸ்திரேலிய அரசாங்கத்திடமிருந்து பிரிஸ்பேன் சவுத் PHN** மூலம் நிதியுதவி பெறுகிறது. இந்த ஆவண உருவாக்கலுக்கு ஆஸ்திரேலிய அரசாங்கம் நிதியுதவி அளித்திருந்தாலும், உள்ளடக்கத்தை அது மதிப்பாய்வு செய்யவில்லை, மேலும் இங்கு வழங்கப்பட்டுள்ள தகவல்களைப் பயன்படுத்துவதிலிருந்தோ அல்லது நம்புவதிலிருந்தோ ஏற்படும் எந்தவொரு காயம், இழப்பு அல்லது சேதத்திற்கும் அது பொறுப்பல்ல.

மேலும் ஏதேனும் விசாரணைகளுக்கு, engagement@health.qld.gov.au என்ற மின்னஞ்சல் முகவரி மூலம் சுகாதாரத் துறையின் மூலோபாய தொடர்பு கிளையின் கூட்டாண்மை குழுவைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

REFUGEE HEALTH
NETWORK QUEENSLAND

SC2400939 10/25

உள்ளடக்கம்

- மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர்கள்
- மருத்துவமனைகள்
- சுகாதார அட்டைகள்
- மகப்பேறு பராமரிப்பு
- மருத்துவர்கள் மற்றும் மருத்துவப் பராமரிப்பு
- மருந்துகள்
- நிபுணர்கள்
- மன நலம்
- அவசர சிகிச்சை
- சுகாதார பரிசோதனைகள்
- அவசரம்
- தடுப்பூசிகள்

அடிக்கோடிட்ட சொற்களுக்கு பக்கம் 19 இல் உள்ள **சொற்களஞ்சியத்தை** (வரையறைகளின் பட்டியல்) சரிபார்க்க நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர்கள்

இந்த சின்னத்தை நீங்கள் காணும்போது, ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர்கள் சேவை உங்களுக்குக் கிடைக்கிறது.

பொது மருத்துவமனைகள் போன்றவற்றில் சுகாதாரப் பராமரிப்பைப் பெறுவதற்கு, வாரத்தில் 7 நாட்களும், 24 மணிநேரமும் இலவச மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர்கள் சேவைகள் கிடைக்கின்றன.

மொழிப்பெயர்த்துரைப்பாளர்களுடனான உங்கள் உரையாடல் இரகசியமானது. இதன் பொருள் அவர்கள் உங்கள் தகவல்களைத் தனிப்பட்டதாக வைத்திருக்க வேண்டும்.

உங்களுக்கு ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் தேவைப்பட்டால், உங்களுக்காக ஒருவரை ஏற்பாடு செய்ய சுகாதார சேவையிடம் கோருங்கள். நீங்கள் பேசும் மொழியை (எ.கா. தமிழ்) கோர நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

சுகாதார அட்டைகள்

மெடிகேர் அட்டை என்ன செய்கிறது?

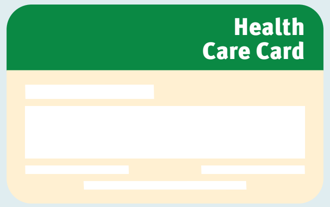
ஒரு மெடிகேர் அட்டை, சுகாதார சேவைகள் நீங்கள் யார் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளவும், உங்கள் மருத்துவ சந்திப்புகளுக்கான செலவுகளைச் சமாளிக்கவும் உதவும்.

மெடிகேருக்கு விண்ணப்பிப்பது பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, சர்வீசஸ் ஆஸ்திரேலியா மெடிகேர் திட்டத்தை **132 011** என்ற எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

மெடிகேர் (Medicare) அட்டை

ஒரு ஹெல்த் கேர் (Health Care) அட்டை என்ன செய்கிறது?

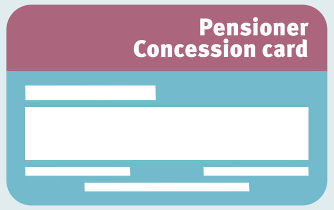
ஹெல்த் கேர் அட்டை குறைந்த வருமானம் உள்ளவர்களுக்கானது. மேலும் இது சில சுகாதார சேவைகளை அணுகவும், சில பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளை மலிவான விலையில் பெறவும் உங்களுக்கு உதவும். வழக்கமாக வைட்டமின்கள் மற்றும் சப்ளிமென்ட் சார்ந்த செலவுகளில் இந்த அட்டை உதவாது. நீங்கள் தகுதியுடையவரா என்பதை Centrelink உடன் சரிபார்க்கவும்.



ஹெல்த் கேர் அட்டை

Pensioner Concession (ஓய்வூதியதாரர் சலுகை) அட்டை என்ன செய்கிறது?

ஓய்வூதியச் சலுகை அட்டை என்பது 60 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு மெடிகேர் அட்டையுடன் கூடியது, மேலும் இது மலிவான சுகாதாரப் பராமரிப்பு, பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகள் மற்றும் சில தள்ளுபடிகளைப் பெற உதவுகிறது. நீங்கள் தகுதியுடையவரா என்பதை Centrelink உடன் சரிபார்க்கவும்.



ஓய்வூதியதாரர் சலுகை அட்டை

இந்த அட்டைகள் இருந்தாலும் கூட சில பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளுக்கு நீங்கள் முழு விலையையும் செலுத்த வேண்டியிருக்கலாம். உங்களுடைய அனைத்து சுகாதார சந்திப்புகளுக்கும் மருந்தகத்திற்கும் இந்த அட்டைகளை நீங்கள் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.

உங்களிடம் இந்த அட்டைகள் இல்லையென்றால், மருந்தகத்திலும் சில சுகாதார சேவைகளிலும் மருந்துக்கான முழு செலவையும் நீங்கள் செலுத்த வேண்டியிருக்கும். உங்களுக்கு உறுதியாக தெரியவில்லை என்றால் எப்போதும் கேளுங்கள்.

தற்காலிக தொழிலாளர்கள் அல்லது PALM திட்ட ஊழியர்களுக்கான சுகாதார காப்பீடு

நீங்கள் தற்காலிக வேலை விசாவில் இருந்தால் மற்றும்/அல்லது மெடிகேர் அட்டையை வைத்திருக்கவில்லை என்றால், உங்கள் சர்வதேச சுகாதார காப்பீட்டுத் தொகை உங்கள் விசா நிபந்தனைகளுக்கு ஏற்ப பராமரிக்கப்படுவதை உறுதிசெய்து, சில சூழ்நிலைகளில் உங்கள் பாலிசி எவ்வாறு பதிலளிக்கிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ள உங்கள் சுகாதார காப்பீட்டு வழங்குநரைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

SCAN

புகலிடம் தேடுபவர்கள்

ஆஸ்திரேலியாவில் புகலிடம் கோரும் நபர்கள், பாதுகாப்பு விசாவிற்கு விண்ணப்பித்து, மெடிகேர் இல்லாதவர்கள், குயின்ஸ்லாந்தில் உள்ள பொது மருத்துவமனைகளை இலவசமாக அணுகலாம்.

மருத்துவர்கள் & மருத்துவ பராமரிப்பு

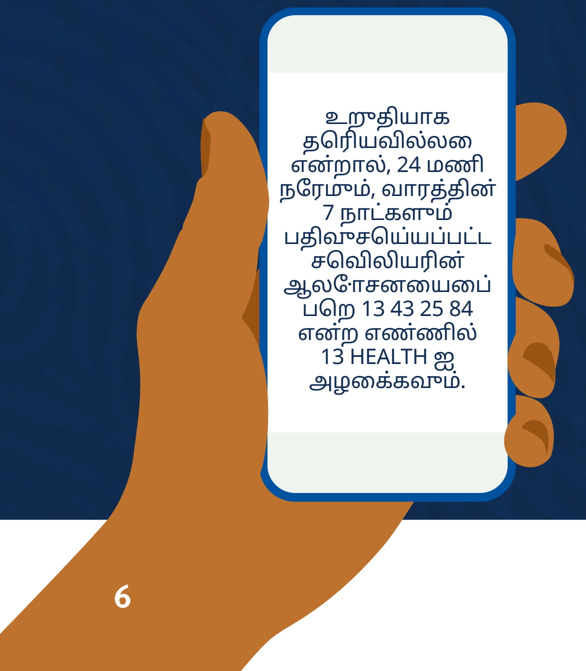
நீங்கள் ஒரு பொது மருத்துவர், மருந்தாளுநர் அல்லது 13 HEALTH ஐ அழைக்கும்போது ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள்

எனக்கு உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தால் எப்படி உதவி பெறுவது?

ஒரு பொது மருத்துவரைப் பாருங்கள்

ஆலோசனைக்காக மருந்தகத்திற்குச் செல்லுங்கள்

ஒரு அவசர நிலையில் டிரிபிள் ஜீரோவை '000' அழையுங்கள்.



ஒரு பொது மருத்துவர் (GP) என்பவர் யார்?

ஒரு பொது மருத்துவர் பெரும்பாலும் 'GP' அல்லது 'குடும்ப மருத்துவர்' என்று அழைக்கப்படுகிறார், மேலும் பெரும்பாலும் நீங்கள் ஒரு உடல்நலப் பிரச்சினையுடன் முதலில் செல்வது அவரிடம்தான். நீங்கள் வழக்கமாக ஒரு பொது மருத்துவரைப் பார்க்க ஒரு சந்திப்பு முன்பதிவு செய்ய வேண்டியிருக்கும்.

உங்களுக்கு ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் தேவைப்பட்டால், உங்கள் சந்திப்பு முன்பதிவை மேற்கொள்ளும்போது வரவேற்பாளரிடம் சொல்லுங்கள்.

ஒரு பொது மருத்துவர் என்ன செய்ய முடியும்?

- உங்கள் உடல்நலம் குறித்து ஆலோசனை வழங்குதல், உங்கள் நோய்கள் மற்றும் காயங்களுக்கு சிகிச்சை அளித்தல் மற்றும் தொடர்ந்து மருத்துவ சேவை வழங்குதல்
- தேவைப்பட்டால் கூட்டு சுகாதார அல்லது நிபுணர்கள் போன்ற பிற வல்லுனர்களிடம், உங்களைப் பரிந்துரைத்தல். இது 'பரிந்துரை' என்று அழைக்கப்படுகிறது
- மருத்துவச் சான்றிதழ்கள் போன்ற சட்டப்பூர்வ ஆவணங்களை வழங்குதல்
- நீண்டகால சுகாதார நிலைமைகள் மற்றும் தடுப்பு சுகாதார பரிசோதனைகளில் உங்களுக்கு உதவுதல் (புற்றுநோய் பரிசோதனைகள் மற்றும் இரத்த அழுத்தம் போன்றவை)
- கர்ப்ப காலத்தில் கவனிப்பை வழங்குதல்

ஒரு GP-க்கு எவ்வளவு செலவாகும்?

உங்களிடம் மெடிகேர் அட்டை இருந்தால் அல்லது உங்கள் மெடிகேர் எண் தெரிந்திருந்தால் இது சிலவற்றிற்கு உதவும் அல்லது பொது மருத்துவரைப் பார்ப்பதற்கான அனைத்து செலவுகளுக்கு உதவும். உங்களிடம் மெடிகேர் அட்டை இல்லையென்றால், செலவுகளைப் பற்றி கேளுங்கள் அல்லது உங்கள் உடல்நலக் காப்பீடு சில செலவுகளை ஈடுசெய்கிறதா என்று சரிபார்க்கவும்.

உங்கள் பொது மருத்துவர் சிகிச்சையகத்தில் 'bulk bills (மொத்த பட்டியலிடல்)' உள்ளதா என்று கேளுங்கள். அவர்கள் இல்லையென்றால், உங்களிடம் மெடிகேர் அட்டை இருந்தாலும் கூட, ஒரு பொது மருத்துவரைப் பார்க்க 'இடைவெளி கட்டணம் (gap fee)' செலுத்த வேண்டியிருக்கும்.

உங்கள் சந்திப்பிற்கு நீங்கள் செல்ல முடியாவிட்டால், தயவுசெய்து சிகிச்சையகத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும். உங்கள் சந்திப்பிற்கு, நீங்கள் வரவில்லை என்றால் கட்டணம் வசூலிக்கப்படலாம்.

நீங்கள் ஒரு தொலைதூர சுகாதாரச் (telehealth) சந்திப்பை மேற்கொள்ளலாம், அதாவது நேரில் சந்திப்பதற்குப் பதிலாக தொலைபேசியில் மருத்துவரிடம் பேசலாம். இந்த சேவையை நீங்கள் அணுக முடியுமா என்று உங்கள் பொது மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

நிபுணர்கள்

நீங்கள் ஒரு நிபுணரைச் சந்திக்கும்போது ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள். உங்கள் சந்திப்பை முன்பதிவு செய்யும் நேரத்தில் ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரை நீங்கள் கேட்கலாம்.

ஒரு நிபுணரை நான் எப்படிப் பார்ப்பது?

1. உங்கள் மருத்துவர் ஆரம்ப பரிசோதனைகளைச் செய்து, நீங்கள் ஒரு நிபுணரைப் பார்க்க வேண்டுமா என்று தீர்மானிப்பார்.
2. பொது மருத்துவர் உங்களை ஒரு நிபுணரிடம் பரிந்துரைக்க ஒரு கடிதம் (பரிந்துரை) எழுதுவார் (பொதுவில் இலவசமாகவும், தனியார் கட்டணம் செலுத்தியும்).
3. எந்த நிபுணரிடம் பரிந்துரைக்கப்பட வேண்டும் என்பதை நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம், உங்கள் பரிந்துரை எவ்வாறு செயல்படுத்தப்படும் என்பது பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு உங்கள் பொது மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

நீங்கள் நிபுணரைப் பார்க்கக் காத்திருக்கும்போது, உங்கள் நிலை மாறினால் பொது மருத்துவரிடம் தெரிவிப்பது முக்கியம், இதனால் அவர்கள் உங்களைக் கவனித்துக் கொள்ளவும், தேவைப்பட்டால் நிபுணரிடம் புதுப்பிக்கவும் முடியும்.

உங்களிடம் மெடிகேர் அட்டை இருந்தால் அல்லது புகலிடம் தேடினால் , பொது அமைப்பில் ஒரு நிபுணரை இலவசமாகப் பார்க்கலாம், ஆனால் காத்திருக்க வேண்டியிருக்கலாம். உங்களிடம் மெடிகேர் இல்லை, ஆனால் உங்களிடம் சுகாதார காப்பீடு இருந்தால், என்ன காப்பீடு செய்யப்பட்டுள்ளது என்று கேட்க உங்கள் சுகாதார காப்பீட்டைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

அவசர சிகிச்சை

மெடிகேர் அவசர சிகிச்சை கிளினிக்குகள் வாரத்தில் 7 நாட்களும் நீட்டிக்கப்பட்ட மணிநேரங்களுக்கு திறந்திருக்கும், சிறு நோய்கள் மற்றும் காயங்களுக்கான சிகிச்சை மற்றும் பராமரிப்புக்காக. தகுதிவாய்ந்த மருத்துவர்கள் மற்றும் செவிலியர்கள் வாக்-இன், மொத்தமாக கட்டணம் வசூலிக்கப்படும் அவசர சிகிச்சைக்காக இங்கு பணிபுரிகின்றனர்.

அவர்களால் அவசரமான ஆனால் உயிருக்கு ஆபத்து இல்லாதது நோய்கள் மற்றும் காயங்களுக்கு சிகிச்சையளிக்க முடியும், மேலும் வழக்கமான GP சந்திப்புக்காக காத்திருக்க முடியாத ஆனால் அவசரநிலைக்கு பயணம் தேவையில்லாத நிலைமைகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்க முடியும், அதாவது சிறு தொற்றுகள், சுளுக்குகள், சிறுநீர் பாதை தொற்றுகள் மற்றும் சிறு தீக்காயங்கள் என.

மெடிகேர் அவசர சிகிச்சை சிகிச்சையகங்கள் மெடிகேர் இல்லாதவர்களை இலவசமாகப் பார்க்கலாம், ஆனால் நீங்கள் செல்வதற்கு முன் செலவுகளைச் சரிபார்க்கவும்.

அவசர சிகிச்சை சிகிச்சையகங்கள் தகவல்

SCAN

அவசரம்

ஆம்புலன்ஸை அழைக்கும்போது அல்லது அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்லும்போது ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள்.

பின்வரும் அறிகுறிகள் ஏதேனும் இருந்தால் நீங்கள் ஆம்புலன்ஸை அழைக்க வேண்டும்:

- மோசமான நெஞ்சு வலி
- முகம், கைகள் அல்லது கால்களில் திடீர் பலவீனம் அல்லது உணர்வின்மை
- கட்டுப்படுத்த முடியாத இரத்தப்போக்கு
- சுவாசிப்பதில் சிரமம்
- திடீர் சரிவு அல்லது வீழ்ச்சி
- கடுமையான தீக்காயங்கள்.

ஆம்புலன்ஸ் சேவை சிறிய காயங்கள் அல்லது நோய்களுக்கானது அல்ல. உங்கள் மருத்துவ நிலை அல்லது காயம் அவசரநிலையா என்று உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், **13 43 25 84** என்ற எண்ணில் 13 HEALTH ஐ அழைக்கவும்.

நீங்கள் குயின்ஸ்லாந்தில் வசிக்கிறீர்கள் என்றால் ஆம்புலன்ஸ் ஒரு இலவச சேவையாகும்.

நீங்கள் உங்கள் உள்ளூர் மருத்துவமனை அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்கும் (ED) செல்லலாம். இது ஒரு இலவச சேவை. **ED-கள் 24 மணி நேரமும், வாரத்தில் 7 நாட்களும் திறந்திருக்கும்.**

நான் கடுமையாக நோய்வாய்ப்பட்டாலோ அல்லது காயமடைந்தாலோ நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

ஆஸ்திரேலியாவில், டிரிபிள் ஜீரோ '000' என்பது காவல்துறை, தீயணைப்பு மற்றும் ஆம்புலன்ஸ் சேவைக்கு அழைப்பதற்கான அவசர எண்ணாகும்.

ஆம்புலன்ஸ்

000

TAMIL

ஆம்புலன்ஸை அழைத்தல்

SCAN

மருத்துவமனைகள்

மருத்துவமனையில் இருக்கும்போது ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேட்பது உங்களுக்கு இலவசம்.

நான் மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டியிருந்தால் என்ன செய்வது?

நீங்கள் கடுமையாக நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தாலோ அல்லது காயமடைந்திருந்தாலோ அல்லது அறுவை சிகிச்சை தேவைப்பட்டால் மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டியிருக்கலாம்.

நீங்கள் மருத்துவமனையில் தங்கியிருக்கும்போது, மருத்துவமனை ஊழியர்கள் உங்களை ஆதரித்து கவனித்துக்கொள்வார்கள், மேலும் உங்களுக்குத் தேவையான அனைத்தும் உங்களிடம் இருப்பதை உறுதி செய்வார்கள்.

என் குழந்தை இரவு முழுவதும் மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டியிருந்தால் என்ன செய்வது?

ஒரு குழந்தையுடன் ஒரே ஒரு பெரியவர் மட்டுமே இரவு முழுவதும் தங்க முடியும். மற்ற குடும்ப உறுப்பினர்கள் வருகை தரலாம். மருத்துவமனை வருகை நேரங்கள் குறித்து செவிலியரிடம் சரிபார்க்கவும்.

உங்கள் பிள்ளை மருத்துவமனையில் இருக்கும்போது அவர்களின் நிலை குறித்து நீங்கள் கவலைப்பட்டால், உங்கள் குழந்தையைப் பற்றி உங்களுக்கு நன்றாகத் தெரியும் என்பதால், மருத்துவமனை ஊழியர்களிடம் சொல்வது முக்கியம்.

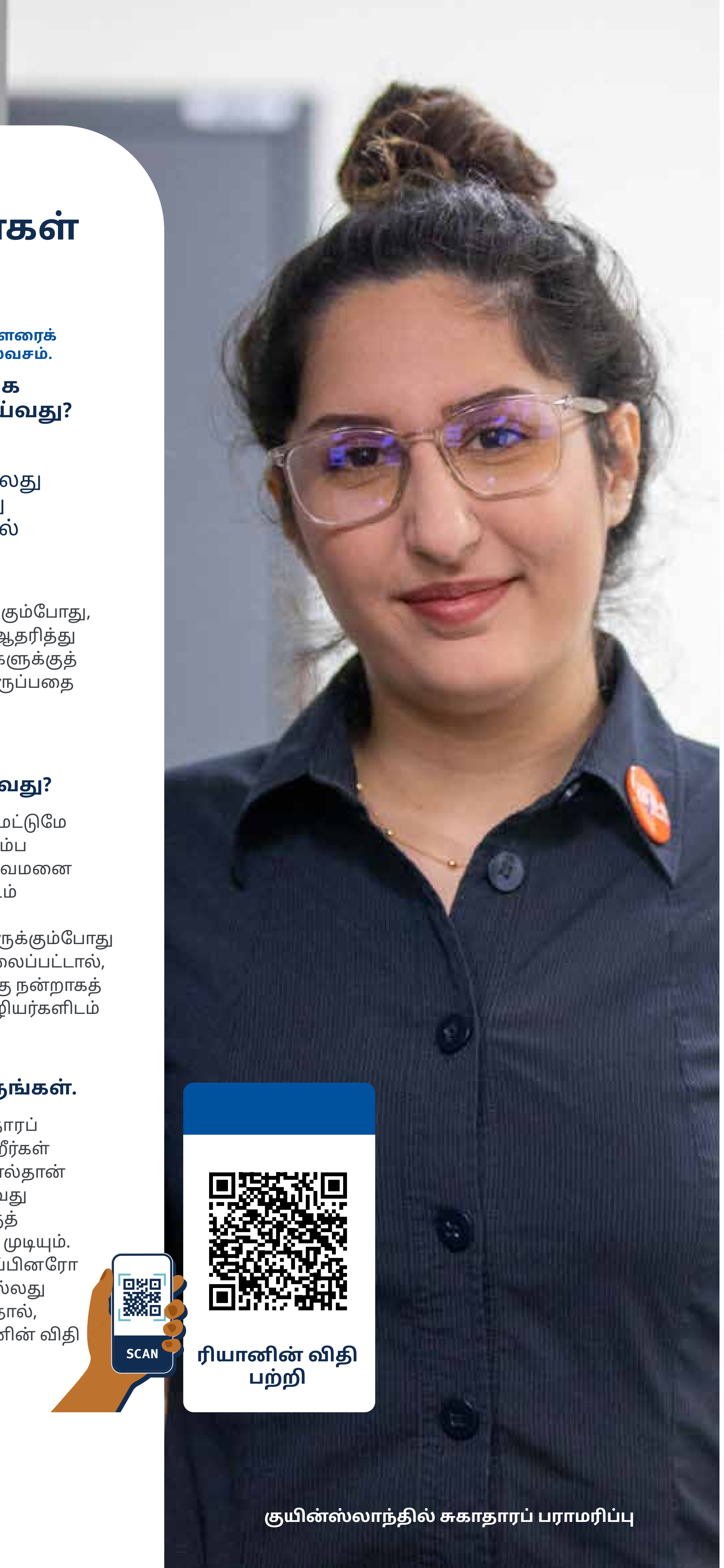
மருத்துவமனைகளில் உங்கள் உரிமைகளை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

உங்களை கவனித்துக் கொள்ளும் சுகாதாரப் பணியாளருக்கு நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பது தெரியாமல் இருக்கலாம் அதனால்தான் நீங்கள் அவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துவது முக்கியம், எனவே அவர்கள் உங்களுக்குத் தேவையான சிறந்த கவனிப்பை வழங்க முடியும். நீங்களோ அல்லது உங்கள் குடும்ப உறுப்பினரோ எதிர்பார்த்தபடி குணமடையவில்லை அல்லது மேம்படவில்லை என்று நீங்கள் உணர்ந்தால், கூடுதல் உதவியைப் பெற நீங்கள் ரியானின் விதி மதிப்பாய்வைப் பயன்படுத்தலாம்.

ரியானின் விதி பற்றி மேலும் அறிய QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

SCAN

ரியானின் விதி பற்றி



மகப்பேறு பராமரிப்பு

நீங்கள் மகப்பேறு பராமரிப்பில் இருக்கும்போது ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளரைக் கேட்பது உங்களுக்கு இலவசம்.

நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால், உங்கள் பொது மருத்துவர் முதலில் உங்களைப் பார்ப்பார்.

அவர்கள் உங்கள் பிறக்காத குழந்தைக்கு ஏதேனும் ஆபத்துகள் உள்ளதா என்பதைச் சரிபார்க்க இரத்தப் பரிசோதனை செய்ய சொல்வார்கள். நீங்கள் எத்தனை வாரங்கள் கர்ப்பமாக இருக்கிறீர்கள் என்பதை உறுதிப்படுத்த அல்ட்ராசவுண்ட் ஸ்கேன் எடுப்பீர்கள். உங்கள் பொது மருத்துவர், பிரசவத்திற்கு முந்தைய (கர்ப்ப) பராமரிப்பு மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் பிறப்புக்காக ஒரு மருத்துவச்சியைப் பார்க்க உங்கள் உள்ளூர் மருத்துவமனைக்கு உங்களைப் பரிந்துரைப்பார்.

கர்ப்ப காலத்தில் உங்களுக்கு பல சோதனைகள் இருக்கும். இந்த சோதனைகளில் சிலவற்றிற்கு பணம் செலவாகும். செலவு பற்றி உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது மருத்துவச்சியிடம் கேளுங்கள்.

உங்களுக்கு சிக்கலான கர்ப்பம் இருந்தால், மேலாண்மைக்காக நீங்கள் ஒரு மகப்பேறியல் மருத்துவரிடம் பரிந்துரைக்கப்படலாம். தேவைப்பட்டால், கூடுதல் பராமரிப்புக்காக மருத்துவமனை உங்களை பல்வேறு சேவைகளுக்குப் பரிந்துரைக்கலாம்.

உங்கள் குழந்தை பிறப்புக்கு நெருக்கத்தில், மருத்துவச்சி உங்களுக்கு இருக்கும் பிரசவம் மற்றும் பிரசவ விருப்பங்கள் உட்பட உங்கள் கவனிப்பைப் பற்றி விவாதிப்பார். உங்கள் பிரசவத்தின்போதும், பிரசவத்திற்குப் பிறகு 6 வாரங்கள் வரையிலும் மருத்துவச்சிகள் மற்றும் மருத்துவர்கள் உங்களைப் பராமரிப்பார்கள்.

உங்கள் குழந்தையின் அசைவுகள் குறித்து நீங்கள் கவலைப்பட்டால், அல்லது உங்களுக்கு வலி, திரவம் அல்லது இரத்த இழப்பு ஏற்பட்டால், தயவுசெய்து டிரிபிள் ஜீரோ (000) ஐ அழைக்கவும் அல்லது உங்களுக்கு அருகிலுள்ள மருத்துவமனைக்குச் செல்லவும்.

உங்களுக்கு உறுதியாக தெரியவில்லை என்றால், 13 HEALTH ஐ பதிவு செய்யப்பட்ட செவிலியரின் ஆலோசனையைப் பெற **13 43 25 84** என்ற எண்ணில் அழைக்கவும். **24 மணி நேரமும், வாரத்தில் 7 நாட்களும்.**

மருந்துகள்

நான் எப்படி மருந்து பெறுவது?

மருந்தாளுநர்கள் 'மருந்தகம்' அல்லது 'மருந்துசாலையில்' பணிபுரிகின்றனர். மருந்தாளுநர்கள் பின்வருவனவற்றை செய்ய முடியும்:

- சிறு நோய்கள் அல்லது காயங்கள் குறித்து ஆலோசனை வழங்குதல்
- உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்கு மருந்துச் சீட்டு வழங்கும்போது மருந்துகளை வழங்குதல் (சில நேரங்களில் 'ஸ்கிரிப்ட்' என்று அழைக்கப்படுகிறது)
- மருத்துவரிடம் இருந்து மருந்துச் சீட்டு தேவையில்லாத மருந்துகளை விற்றல்
- உங்களுக்கு இன்ஃப்ளுயன்ஸா தடுப்பூசி உட்பட சில வகையான தடுப்பூசிகளை கொடுத்தல்

மருந்தகத்தில் ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள்.

உங்கள் மருந்தாளரிடம் பொதுவான மருந்துகளைக் கேட்கலாம். அவர்கள் பிராண்ட்-பெயர் கொண்ட மருந்துகளை போன்று செயல்படும் மூலப்பொருட்களால் ஆன மருந்துகளை வைத்திருக்கின்றனர், ஆனால் அவைகள் பொதுவாக மலிவானவை. ஆஸ்திரலேியாவில், மருந்தாளுநர்கள் பொதுவான மருந்துகளை மட்டுமே விற்க முடியும் அவை பிராண்ட்-பெயர் மருந்தைப் போலவே செயல்பட்டால், அவை பயன்படுத்த பாதுகாப்பானவை என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள்.

உங்களுக்கும் அதே நோய் இருந்தாலும் கூட, பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம்.

மன நலம்

அழைக்கும்போது ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேட்பது இலவசம்.

ஒரு அவசரகாலத்தில்

நீங்களோ அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவரோ உயிருக்கு ஆபத்தான சூழ்நிலையில் இருந்தால்

24 மணி நேரமும், வாரத்தில் 7 நாட்களும்

ஆம்புலன்ஸ்

000

அவசர ஆதரவு

நீங்கள் உணர்ச்சி ரீதியான துயரத்தை அனுபவித்து நெருக்கடி ஆதரவு தேவைப்பட்டால்

24 மணி நேரமும், வாரத்தில் 7 நாட்களும்

லைஃப்லைன்

13 11 44

1300 MH CALL

1300 642 255

தற்கொலை தவிர்ப்பு உதவி எண் அழைப்பு சேவை

1300 659 467

உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்

உங்கள் மருத்துவரிடம் ஒரு சந்திப்பை முன்பதிவு செய்து, உங்கள் மனநல சிகிச்சை விருப்பங்களைப் பற்றிப் பேசுங்கள். தேவைப்பட்டால் அவர்கள் ஆலோசனை, மனநல சிகிச்சைத் திட்டங்களை வழங்கலாம் மற்றும் பிற சேவைகளுக்கு உங்களைப் பரிந்துரைக்கலாம்.

ஆலோசனை தொலைபேசி இணைப்புகள்

இந்த சேவைகள் அனைத்தும் இலவசம் மற்றும் இரகசியமானது.

ஹெட்டு டு ஹெல்த்

ஒரு மனநல நிபுணரிடம் தொலைபேசியில் பேசுங்கள்.

திங்கள் - வெள்ளி 8:30am–5:00pm

1800 595 212

PANDA தேசிய உதவி எண்

கர்ப்ப காலத்திலும், புதிதாகப் பிறந்த குழந்தையின் முதல் 12 மாதங்களிலும் பெற்றோர்களுக்கும் குடும்பங்களுக்கும் ஆதரவு.

திங்கள் - சனி 9:00am–7:30pm

1800 595 212

பன்முக கலாச்சார இணைப்பு எண்

நீங்கள் கவலையாகவோ அல்லது மன அழுத்தமாகவோ இருந்தால் யாரிடமாவது பேசுங்கள்.

திங்கள் - வெள்ளி 9:00am–4:30pm

1300 079 020

Queensland Transcultural மனநல மையம்

ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவுக்காக ஒரு மனநல மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்.

திங்கள் - வெள்ளி 8:30am–4:30pm

(07) 3317 1234

குழந்தைகள் உதவி எண்

5–25 வயதுடைய இளைஞர்களுக்கு தொலைபேசி மற்றும் ஆன்லைன் ஆலோசனை.

24 மணி நேரமும், வாரத்தின் 7 நாட்களும்

1800 551 800

MensLine

ஆண்களுக்கான தொலைபேசி மற்றும் ஆன்லைன் ஆலோசனை ஆதரவு.

24 மணிநேரமும், வாரத்தின் 7 நாட்களும்

1300 78 99 78

Beyond Blue

ஒரு ஆலோசகருடன் ஆன்லைனில் அரட்டையடிக்கவும் (online chat).

www.beyondblue.org.au

DVConnect (டிவிகனெக்ட்)

குடும்ப அல்லது வீட்டு வன்முறையை அனுபவிக்கும் நபர்களுக்கு தொலைபேசி ஆதரவு.

DV Womensline - 1800 811 811

DV Mensline - 1800 600 636

சுகாதார பரிசோதனைகள்

வழக்கமான சுகாதார பரிசோதனைகள்

வழக்கமான சுகாதார பரிசோதனைகள் அல்லது ‘பரிசோதனைகள்’ மூலம் சுகாதார பிரச்சினைகளின் ஆரம்ப அறிகுறிகளைக் கண்டறிய முடியும். பிரச்சனைகளை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிவது என்பது விரைவில் சிகிச்சை பெற உதவும். உங்கள் வயது, உடல்நலம், குடும்ப வரலாறு மற்றும் வாழ்க்கை முறை தேர்வுகள் போன்ற பல காரணிகள், உங்களுக்கு எவ்வளவு அடிக்கடி பரிசோதனைகள் தேவை என்பதைப் பாதிக்கின்றன.

வெவ்வேறு வயதினருக்கு வெவ்வேறு உடல்நலப் பரிசோதனைகள் உள்ளன. பரிந்துரைக்கப்பட்ட சுகாதாரப் பரிசோதனைகள் அல்லது ஸ்கிரீனிங் (சோதனை) திட்டங்கள் பற்றி உங்கள் மருத்துவரிடம் பேச வேண்டும்.

உங்களிடம் மெடிகேர் இல்லையென்றால், என்னென்ன செலவுகள் ஈடுசெய்யப்படுகின்றன என்பதை தெரிந்துகொள்ள உங்கள் சுகாதார காப்பீட்டு நிறுவனத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

செவிப்புலன் சோதனைகள்

உங்கள் கேட்கும் திறனைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்பட்டால், உங்கள் கேட்கும் திறனைச் சரிபார்க்க ஒரு ‘செவிப்புலன் நிபுணரை‘ அணுகலாம்.

அனைத்து காது மருத்துவ சந்திப்புகளும் இலவசம் அல்ல. உங்கள் சந்திப்புக்கு முன் உங்கள் மருத்துவரிடம் சரிபார்க்கவும்.

நோயைத் தடுக்க பரிந்துரைக்கப்பட்ட சுகாதார பரிசோதனைகள்

- வழக்கமான சுகாதார பரிசோதனைகள்
- செவிப்புலன் பரிசோதனைகள்
- வாய் சுகாதாரம் (பற்கள்) பரிசோதனைகள்
- கண் பரிசோதனைகள்
- புற்றுநோய் பரிசோதனை

குடும்ப சுகாதார ஆதரவு

குழந்தை, இளைஞர்கள் மற்றும் குடும்ப ஆரோக்கியம் சேவை குழந்தைகள் மற்றும் அவர்களின் பெற்றோர் அல்லது பராமரிப்பாளர்களுக்கு அவர்களின் உடல்நலம், நல்வாழ்வு மற்றும் குழந்தைகளின் வளர்ச்சியைக் கண்காணிக்க உதவும் இலவச சேவைகளை வழங்குகிறது.

குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர் சேவையைக் கண்டறியவும்

SCAN

உங்கள் பல் மருத்துவர் சந்திப்பில் ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள், பொது வாய் சுகாதார சேவைகளில் இது இலவசம்.

வாய் சுகாதாரம் (பற்கள்) பரிசோதனைகள்

உங்களுக்கு தொடர்ச்சியான பரிசோதனைகள் மற்றும் சிகிச்சை தேவைப்பட்டால், மேலும் உங்களிடம் சுகாதாரப் பராமரிப்பு அட்டை அல்லது ஓய்வூதியதாரர் சலுகை அட்டை இருந்தால், நீங்கள் ஒரு பொது வாய் சுகாதார மையத்தில் இலவசமாக ஒரு சந்திப்பை மேற்கொள்ளலாம். காத்திருக்கும் நேரம் நீண்டதாக இருக்கலாம்.

மெடிகேர் உள்ள 17 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள் பொது வாய் சுகாதார மையத்தில் இலவசமாகப் பரிசோதனைகள் மற்றும் அடிப்படை சிகிச்சையைப் பெறலாம். ஒவ்வொரு வருடமும் பல் பரிசோதனை செய்து கொள்வது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

உங்களிடம் ஹெல்த் கேர் (Health Care) கார்டு இல்லையென்றால், நீங்கள் ஒரு தனியார் பல் மருத்துவரிடம் ஒரு சந்திப்பை மேற்கொண்டு எந்த சேவைகளுக்கும் பணம் செலுத்த வேண்டும். சில பல் சிகிச்சைகள் ஒரு தனியார் பல் மருத்துவரிடம் மட்டுமே செய்ய முடியும்.

கண் பரிசோதனைகள்

கண் பிரச்சினை இருக்கும்போது அது எப்போதும் வெளிப்படையாகத் தெரிவதில்லை என்பதால், வழக்கமான கண் பரிசோதனை செய்வது முக்கியம். நீங்கள் ஒரு ‘கண் மருத்துவரிடம்’ செல்ல வேண்டியிருக்கும்.

உங்கள் கண்கள் ஆரோக்கியமாக உள்ளதா அல்லது கண்ணாடி உள்ளிட்ட பிற சிகிச்சைகள் உங்களுக்குத் தேவையா என்பதை ஒரு கண் பரிசோதனை உங்களுக்குத் தெரிவிக்கும்.

65 வயதுக்குட்பட்டவர்கள் மெடிகேர் அட்டை மூலம் **ஒவ்வொரு மூன்று வருடங்களுக்கும்** இலவச கண் பரிசோதனையைப் பெறலாம். மெடிகேர் அட்டை வைத்திருக்கும் 65 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள் **ஒவ்வொரு ஆண்டும்** இலவச கண் பரிசோதனையைப் பெறலாம்.

உங்களிடம் ஹெல்த் கேர் கார்டு இருந்தால், ஒவ்வொரு 2 வருடங்களுக்கும் இலவச அடிப்படை கண்ணாடிகளைப் பெற முடியும். மூக்குக் கண்ணாடி விநியோகத் திட்டம் பற்றி உங்கள் பொது மருத்துவரிடம் அல்லது கண் மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

குயின்ஸ்லாந்தில் வாய் சுகாதார சேவைகள் பற்றிய கூடுதல் தகவல்கள்

SCAN

புற்றுநோய் பரிசோதனை

புற்றுநோய் உருவாக நீண்ட நேரம் ஆகலாம், மேலும் ஆரம்ப கட்டங்களில் இருக்கும்போதே, ஒருவருக்கு எந்த அறிகுறிகளும் இல்லாதபோது, ஸ்கிரீனிங் மூலம் புற்றுநோயைக் கண்டறிய முடியும்.

ஆரம்ப நிலையிலேயே புற்றுநோயைக் கண்டறிவதன் மூலம், சிகிச்சை பலனளிக்கும் வாய்ப்பு அதிகம், மேலும் அந்த நபர் உயிர் பிழைப்பார். நீங்கள் பல்வேறு வகையான புற்றுநோய்களுக்கு பரிசோதனை செய்து கொள்ளலாம், ஆனால் ஆஸ்திரேலியாவில் நீங்கள் எளிதாகச் செய்யக்கூடிய மூன்று தேசிய புற்றுநோய் பரிசோதனை திட்டங்கள் உள்ளன:

	மார்பகப் பரிசோதனை/சோதனை		குடல் பரிசோதனை/சோதனை	கர்ப்பப்பை வாய்ப் பரிசோதனை/சோதனை
வயது	50–74	40–49 அல்லது 75+	45–74	25–74 வயதுடையவர்கள் மற்றும் ஏதேனும் பாலியல் தொடர்பு வைத்திருந்தவர்கள்
எப்படி	பிரஸ்ட்ஸ்கிரீன் குயின்ஸ்லாந்து (BSQ)	ஒரு பொது மருத்துவரிடம் சந்திப்பை பதிவு செய்யவும்	இலவச குடல் புற்றுநோய் பரிசோதனை கருவியை அஞ்சலில் பெறுங்கள். சோதனை செய்து அஞ்சல் மூலம் திருப்பி அனுப்புங்கள்.	ஒரு பொது மருத்துவரிடம் சந்திப்பை பதிவு செய்யவும்
செலவு	மெடிகேர் அட்டையுடன் இலவசம்	ஆலோசனைக்கு GP கட்டணம் வசூலிக்கலாம்	மெடிகேர் அட்டையுடன் இலவசம்	சில பொது மருத்துவர்கள் இதை இலவசமாக வழங்குகிறார்கள். நீங்கள் ஒரு சந்திப்பை முன்பதிவு செய்யும்போது செலவு பற்றி கேளுங்கள்
எப்பொழுது	இரண்டு வருடங்களுக்கு ஒருமுறை	உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்	இரண்டு வருடங்களுக்கு ஒருமுறை	ஐந்து வருடங்களுக்கு ஒருமுறை
வளங்கள்	SCAN			

நீங்கள் கவலையாக இருந்தால் அல்லது எந்த வயதிலும் அறிகுறிகள் இருந்தால், உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்.

தடுப்பூசிகள்

உங்கள் தடுப்பூசி சந்திப்பின் போது ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள்.

உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தினரையும் நோய்கள் மற்றும் வைரஸ்களிலிருந்து பாதுகாக்க தடுப்பூசிகள் முக்கியம், எடுத்துக்காட்டாக இன்ஃப்ளுயன்ஸா அல்லது கோவிட்-19.

பின்வரும் சூழ்நிலைகளில் தடுப்பூசிகள் தேவைப்படுகின்றன:

- பள்ளி மற்றும் குழந்தை பராமரிப்பில் சேர
- பயணத்திற்கு
- சில வேலைகளுக்கு.

நீங்கள் ஒரு பெற்றோராக இருந்தால் தடுப்பூசிகள் உங்கள் Centrelink பேமெண்ட்டை பாதிக்கலாம்.

ஏன் தடுப்பூசி போட வேண்டும்?

உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் என்ன தடுப்பூசிகள் தேவை, அவற்றை எப்படி, எப்போது போடுவது என்பது பற்றி உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்.

உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் போடப்பட்ட தடுப்பூசிகளின் மொழிபெயர்ப்புப் பதிவை உங்கள் மருத்துவரிடம் கொடுக்க முடிந்தால், அவற்றை மீண்டும் மீண்டும் போட வேண்டிய அவசியமில்லை. சில நிரந்தர குடியிருப்போர் அல்லது தற்காலிக விசாக்களுடன் புதிதாக வருபவர்கள் பதிவுகளை இலவசமாக மொழிபெயர்க்கலாம்.

மேலும் தகவலுக்குப் பார்வையிடவும்: உள்நாட்டு அலுவல்கள் துறை இணையதளம்.

இலவச மொழிபெயர்ப்பு சேவை

SCAN

Glossary
சொற்களஞ்சியம்

பிரதான மூலப்பொருள் (Active ingredient)

மருந்தில் உள்ள முக்கிய கூறு அதை வேலை செய்ய வைக்கிறது.

கூட்டு சுகாதார நிபுணர் (Allied health professional)

உங்கள் உடல் அல்லது மன ஆரோக்கியத்திற்கு சிகிச்சை அளித்து உங்களுக்கு உதவக்கூடிய பயிற்சி பெற்ற சுகாதார நிபுணர்கள், உதாரணமாக பிசியோதெரபிஸ்டுகள், உளவியலாளர்கள் மற்றும் உணவியல் நிபுணர்கள்.

ஆம்புலன்ஸ் (Ambulance)

ஆம்புலன்ஸ் என்பது நோய்வாய்ப்பட்ட அல்லது காயமடைந்தவர்களுக்கு அவசர சிகிச்சை அளித்து அவர்களை விரைவாக மருத்துவமனைக்கு கொண்டு செல்லக்கூடிய உபகரணங்களைக் கொண்ட வாகனம் ஆகும். மருத்துவமனைகளுக்கு இடையில் நோயாளிகளைக் கொண்டு செல்ல ஆம்புலன்ஸ்களையும் பயன்படுத்தலாம்.

செவித்திறன் நிபுணர் (Audiologist)

உங்கள் கேட்கும் திறனை சரிபார்க்க தகுதியுள்ள ஒருவர். ஒரு செவித்திறன் நிபுணர் கேட்கும் பிரச்சனைகளைக் கண்டறிந்து, நிர்வகித்து, மதிப்பிடுகிறார்.

மொத்த கட்டணப்படுத்தல் (Bulk billing)

மொத்த பில்லிங் என்பது மருத்துவர்கள், நிபுணர்கள், கண் மருத்துவர்கள் மற்றும் பல் மருத்துவர்கள் போன்ற சுகாதார வல்லுநர்கள் வழங்கத் தேர்வுசெய்யக்கூடிய ஒரு சேவையாகும்.

உங்கள் சுகாதார நிபுணர் மொத்த பில்லிங் சேவையை வழங்கினால், உங்கள் சந்திப்பின் முழுச் செலவையும் மெடிகேர் ஈடுகட்டும்

மருந்துச்சாலை / மருந்தகம் (Chemist / pharmacy)

மருந்துகள் மற்றும் பிற சுகாதாரப் பொருட்களை வாங்கக்கூடிய இடம், எடுத்துக்காட்டாக வைட்டமின்கள் மற்றும் சன்ஸ்கிரீன்கள். உங்கள் பொது மருத்துவரிடம் இருந்து மருந்துக்கான மருந்துச் சீட்டு உங்களிடம் இருந்தால், ஒரு மருந்தாளர் இவற்றை உங்களுக்குக் கொடுப்பார். நீங்கள் சில மருந்துகளை மருந்துச் சீட்டு இல்லாமலேயே வாங்கலாம். அவை 'கவுன்டரிலேயே பெறப்படும் மருந்துகள்' (over-the-counter medicines) என்று அழைக்கப்படுகின்றன.

அவசர சிகிச்சைப் பிரிவு (Emergency department)

அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுகள் கடுமையான அல்லது உயிருக்கு ஆபத்தான நோய்கள் மற்றும் காயங்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கின்றன. அவை 24 மணி நேரமும், வாரத்தில் 7 நாட்களும் திறந்திருக்கும்.

இடைவெளி கட்டணம் / மருத்துவ காப்பீட்டு இடைவெளி (Gap fee / Medicare gap)

சில நேரங்களில் நீங்கள் சுகாதார சேவைகளுக்கான முழு கட்டணத்தையும் செலுத்த வேண்டியிருக்கும், மேலும் மருத்துவ காப்பீடு (Medicare) செலவில் ஒரு பகுதியைத் திருப்பித் தரும். நீங்கள் செலுத்தும் தொகை 'மருத்துவ காப்பீட்டு இடைவெளி ' என்று அழைக்கப்படுகிறது.

பொது மருத்துவர் / (General practitioner / GP)

நீங்கள் உடல்நிலை சரியில்லாமலோ அல்லது நோய்வாய்ப்பட்டோ இருக்கும்போது, பொதுவாக 'ஜி.பி' அல்லது 'குடும்ப மருத்துவர்' என்றும் அழைக்கப்படும் ஒரு பொது மருத்துவரைத்தான் முதலில் சந்திப்பீர்கள். அவர்கள் அனைத்து வயதினரையும், பல்வேறு நிலைமைகளைக் கொண்டவர்களையும் கவனித்துக் கொள்வதில் தங்கள் பயிற்சியை மையப்படுத்திய மருத்துவர்கள். அவர்கள் சமூகத்தில் உள்ள ஜி.பி கிளினிக்குகள் அல்லது மருத்துவ மையங்களில் பணிபுரிகிறார்கள்.

பொது மருந்து (Generic medicine)

பொது மருந்துகள் பிராண்ட்-பெயர் மருந்துகளைப் போலவே செயல்படும் மூலப்பொருளைக் கொண்டுள்ளன, மேலும் அவை பிராண்ட்-பெயர் மருந்துகளை போன்றே செயல்படுகின்றன. அவை பெரும்பாலும் பிராண்ட்-பெயர் மருந்துகளை விட மலிவானவை.

ஆஸ்திரேலியாவில், மருந்தகங்கள் பிராண்ட்-பெயர் மருந்தைப் போலவே செயல்பட்டால் மட்டுமே பொதுவான மருந்துகளை விற்க முடியும்.

மனநல சிகிச்சை திட்டம் (Mental health treatment plan)

நீங்கள் நலம் பெற உதவுவதற்காக உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்கு எழுதித் தரும் ஒரு திட்டம். இது உளவியலாளர்கள் மற்றும் ஆலோசகர்கள் போன்ற பிற சுகாதார நிபுணர்களிடமிருந்து ஆதரவைப் பெறுவதற்கான செலவுகளுக்கும் உதவும்.

சிறிய மனநலப் பிரச்சினைகள் அல்லது கடுமையான பிரச்சினைகள், குறுகிய கால அல்லது நீண்ட கால நோய்கள் உள்ளவர்களுக்கு மனநல சிகிச்சைத் திட்டம் பயனுள்ளதாக இருக்கும். மனநல சிகிச்சைத் திட்டத்தை உருவாக்குவது பற்றி உங்கள் மருத்துவரிடம் பேச, உங்களுக்கு ஏற்கனவே மனநலப் பிரச்சினை இருப்பது கண்டறியப்பட வேண்டியதில்லை.

கண் மருத்துவர் (Optometrist)

உங்கள் கண்களில் பார்வை (உங்களால் எவ்வளவு நன்றாகப் பார்க்க முடிகிறது), கண் கோளாறுகள் அல்லது வேறு ஏதேனும் கண் ஆரோக்கிய பிரச்சினைகளை சரிபார்க்கத் தகுதி பெற்ற ஒருவர்.

மருந்துச் சீட்டு / ஸ்கிரிப்ட் (Prescription / script)

உங்கள் மருத்துவர் மருந்துக்கான ஆர்டரை எழுதி, மருந்தைப் பெறுவதற்காக ஒரு வேதியியலாளர் அல்லது மருந்தாளரிடம் நீங்கள் கொடுக்கும் ஆவணம்.

பரிந்துரை (Referral)

உங்களுக்காக ஒரு சந்திப்பைக் கேட்டு உங்கள் மருத்துவரிடமிருந்து ஒரு நிபுணருக்கு ஒரு கடிதம். பரிந்துரை ஒரு பொது மருத்துவமனையின் நிபுணரிடம் இருந்தால், மருத்துவமனை உங்களைத் தொடர்புகொண்டு ஒரு சந்திப்பை ஏற்பாடு செய்யும். தனியார் நிபுணரிடம் சென்றால், நீங்களே சந்திப்பை ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும், அதற்குக் கட்டணம் வசூலிக்கப்படும்.

பரிசோதனை / பரிசோதனை திட்டங்கள் (Screening / screening programs)

உங்கள் உடலில் ஏற்படும் மாற்றங்களை நீங்கள் காணவோ அல்லது உணரவோ முன், புற்றுநோய் போன்ற நோயின் ஆரம்ப அறிகுறிகளைத் தேடும் எளிய சோதனைகளை ஸ்கிரீனிங் உள்ளடக்கியது. புற்றுநோய் போன்ற ஒரு நோயை நீங்கள் ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிந்தால், அதற்கு வெற்றிகரமாக சிகிச்சையளிப்பது எளிது.

நிபுணர் (Specialist)

இதயம் (இருதயநோய் நிபுணர்), அறுவை சிகிச்சை போன்ற திறன் தொகுப்பு அல்லது குழந்தை ஆரோக்கியம் (குழந்தை மருத்துவம்) போன்ற குறிப்பிட்ட வயதினருக்கான ஒரு குறிப்பிட்ட வகை மருந்தில் தங்கள் பயிற்சியை மையப்படுத்திய மருத்துவர்.

தடுப்பூசி / நோய்த்தடுப்பு (Vaccination / immunisation)

குழந்தைகள் மற்றும் பெரியவர்களுக்கு நோய்கள் வராமல் தடுக்க தடுப்பூசிகள் பொதுவாக ஊசி மூலம் வழங்கப்படுகின்றன.

இது நோய் வருவதைத் தடுக்கலாம் அல்லது அதன் தீவிரத்தைக் குறைக்கலாம்.

முக்கியமான தொடர்புகள்

மருத்துவர்

செவிலியர்

பல் மருத்துவர்

மற்றய

குறிப்புகள்