

الرعاية المناسبة لك



حافظ على صحتك، من أجلك ومن أجل
عائلتك ومن أجل مجتمعك

احصل على المساعدة
من المكان الصحيح

اعتني بنفسك و بعائلتك من خلال معرفتك
للمكان المناسب في الحصول على المساعدة
حين الشعور بمرض أو التعرض لإصابة.

طبيب العائلة

- الأمراض طويلة الأجل
- السيطرة على الألم
- الزكام والسعال الشديدين

راجع طبيب العائلة حين
الشعور بوعكة صحية غير
عاجلة.



Healthline (خط الصحة)

- خدمة متاحة 24 ساعة،
7 أيام الأسبوع
- مترجمون فوريون متاحون
- المشورة الصحية من ممرضة

اتصل بالرقم 0800 611 116
للحصول على مشورة صحية
مجانية من احدى الممرضات.



الحوادث والعناية الطبية (A & M)

- إصابات العين
- حالات الربو الطفيفة
- الإصابات الرياضية
- الأمراض البسيطة

إذا لم يكن طبيب العائلة متوفراً،
فاذهب إلى أقرب عيادة لمعالجة
الحوادث والعناية الطبية.



مستشفى

- ألم في الصدر
- إصابة في الرأس
- فقدان الدم الشديد
- حادث كبير

إذا كانت الحالة طارئة تهدد
الحياة فاتصل بالرقم 111.



نصائح مفيدة

النجدة! أشعر بالمرض، أين أذهب؟

يلعب طبيب العائلة دورا هاما في الحفاظ على صحة عائلتك. اتصل بطبيبك للحصول على المشورة الصحية وتحديد موعد لزيارته.

ماذا لو لم يكن لدي طبيب للعائلة؟

اسأل أصدقائك أو العائلة أو الجيران إذا كانوا يرجحون أحد الأطباء القريبين في منطقتك. يمكنك أيضا العثور على طبيب للعائلة (ومعرفة أسعارهم) على الموقع www.healthpoint.co.nz

لا أستطيع الوصول إلى الطبيب، ماذا علي أن أفعل؟

للحصول على المشورة الصحية الفورية، اتصل بطبيب عائلتك أو اتصل بـ Healthline على الرقم **0800 611 116** للتحدث مع احدى الممرضات. إنه خط مجاني ومتاح على مدار 24 ساعة طوال أيام الأسبوع. إذا لم تكن اللغة الإنجليزية هي لغتك الأولى، فهناك مترجمون لتقديم المساعدة.

لا أستطيع الوصول إلى الطبيب خلال ساعات عمل العيادة، فماذا علي أن أفعل؟

إن عيادة الحوادث والعناية الطبية (A&M) تكون مفتوحة حينما تغلق عيادة طبيبك وعند حاجتك إلى الرعاية الطبية العاجلة. للعثور على أقرب عيادة A & M، قم بزيارة موقعنا على الانترنت countiesmanukau.health.nz

متى يتوجب علي الذهاب إلى المستشفى؟

في الحالات الطارئة التي تهدد الحياة، اتصل بالرقم 111. إن قسم الطوارئ في مستشفى ميدلمور مخصص للحالات التي تهدد الحياة.

غير متأكد إلى أين تذهب؟

اتصل بـ Healthline للحصول على المشورة الصحية المجانية من ممرضة **0800 611 116**

