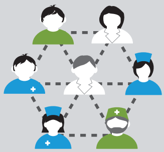
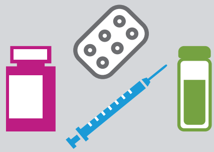
NHS
SCOTLAND

NHS MEDICINES:
ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿਖੇ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ

ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਲੋਂ ਸਹਾਇਤਾ



ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਅਤੇ GP ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ



ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਸਰਬੋਤਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

Healthier Scotland
Scottish Government

NHS Medicines: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ

ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ, ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ (NHS ਨੁਸਖੇ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਾਲੀਆਂ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ) ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਬਦਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। NHS Medicines: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ ਹਰੇਕ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ GP ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੈ ਅਤੇ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਮਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਸਰਬੋਤਮ ਲਾਭ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾ ਜਾਂ ਸ਼ੰਕਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲੈ ਰਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

Medicines ਕੀ ਹੈ: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ?

ਸੇਵਾ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਾਗ ਹਨ।

- **ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ**
  ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦੇਖੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ ਅਤੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਗੇ, ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਕਰੇਗਾ।

- **ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ**
  ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਯੋਜਨਾ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਉਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਇੱਕ ਨਕਲ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਏ ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- **ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖੇ**
  ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੋ, ਹਰ ਮਹੀਨੇ (ਜਾਂ ਦੋ ਮਹੀਨੇ) ਬਿਨਾਂ ਆਰਡਰ ਦਿੱਤੇ ਨੁਸਖ਼ੇ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣੇ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

Medicines ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ।

ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖਾਸ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਚਲੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡਾ GP ਰਿਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ, ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਗੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਸੇਵਾ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸੇਵਾ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਚੁਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ Medicines ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋਗੇ: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ। ਇਹ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਥੋਂ ਦੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣਗੇ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਜਿਸਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਜਨਮ ਮਿਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਭਰਨਾ ਪਏਗਾ। ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੇਗਾ ਕਿ:

- ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ;
- ਤੁਸੀਂ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ GP ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ;
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੋ; ਅਤੇ
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮ ‘ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਉਹ ਸਹੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਫਾਰਮ ‘ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ। ਇਹ ਫਾਰਮ ਸੇਵਾ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸੇਵਾ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਰਜਿਸਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਈਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਮੀਖਿਆ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਹਾਲੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋਗੇ। ਫੇਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਤੈਅ ਕਰੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਫੇਰ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨੇਮਤ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਅਪਡੇਟ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ।

- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਕੋਝਾ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਲੈਣਾ ਹੈ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ)
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਣਾ)
- ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਿਗਲਣ ਵਾਲੇ ਕੈਪਸੂਲ ਜਾਂ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ)
- ਜਦੋਂ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਿਰਫ ਤਾਂ ਹੀ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਸਮੇਤ, ਕਿਹੜੇ ਬਦਲਾਵਾਂ, ਜੇ ਕੋਈ ਹਨ, ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

NHS ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਸਾਰੇ ਸਟਾਫ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਫਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁੱਪਤ ਰੱਖਣ। ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਮਹਿਫੂਜ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਛਾਪੀ ਗਈ ਨਕਲ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦੁਹਰਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨੁਸਖੇ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਣਗੇ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕਰੇਗਾ।

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ NHS Medicines ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ।

ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖੇ

ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ GP ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਈ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ‘ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਮਿਲ ਸਕਣ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਦੁਹਰਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ‘ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖ਼ਾ’ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉੱਚਿਤ ਹੈ।

ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖ਼ੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਤਜਵੀਜ਼ ਲਈ ਆਰਡਰ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ, ਆਪਣੀਆਂ ਦੁਹਰਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸਿੱਧੇ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖੇ ਲਈ ਉੱਚਿਤ ਹੋ। ਫੇਰ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ 6 ਜਾਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਵਾਜਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ GP ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਤੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗੀ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਹਾਡਾ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖਾ ਰੱਖੇਗਾ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਹਰ ਦੂਜੇ ਮਹੀਨੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖੇ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜੀਪੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਤੋਂ ਮੰਗਵਾਉਣਾ ਪਏਗਾ।

ਜੇ ਮੇਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਫਾਰਮੇਸੀ ਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਦਵਾਈਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਧੂ ਦਵਾਈਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਖੁਰਾਕ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਗਏ ਹੋ), ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਅਤੇ:

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦਿਓ;
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਿੰਨੀਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ; ਅਤੇ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਆਈਟਮ ਕਿੰਨੀ ਹੈ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ GP ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਮੈਂ ਛੁੱਟੀ 'ਤੇ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕਾਫ਼ੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਛੁੱਟੀ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਅਗਲਾ ਨੁਸਖਾ ਜਲਦੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਣ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਤੇ ਤਿੰਨ-ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੋਗੇ।

ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡ ਸਹੀ ਅਤੇ ਅਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ।

ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖਾ ਫਾਰਮ ਦੇ ਪਿछਲੇ ਪਾਸੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੇਗਾ। ਫੇਰ ਉਹ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖ਼ਾ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਣਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਅਗਲਾ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖ਼ਾ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਹੋਰ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੀਰੀਅਲ ਨੁਸਖਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੋ: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਨੁਸਖਿਆਂ ਲਈ, ਦਵਾਈਆਂ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਹੋਰ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ‘ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਸ ਪਰਚੇ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ: ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਸੇਵਾ NHS Inform ਵੈਬਸਾਈਟ ‘ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: www.nhsinform.scot

NHS Forth Valley Pharmacy ਤੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਦੇ ਨਾਲ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ।

Crystal Mark 23281
Clarity approved by Plain English Campaign

Scottish Government
Riaghaltas na h-Alba
gov.scot

© Crown copyright 2020

OGL

ਇਹ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਓਪਨ ਗਵਰਮਿੰਟ ਲਾਇਸੰਸ ਵਰਜ਼ਨ 3.0 ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਹੈ, ਸਿਵਾਏ ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਿੱਥੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਾਇਸੰਸ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ **nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3** 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ Information Policy Team, The National Archives, Kew, London TW9 4DU ਨੂੰ ਲਿਖੋ ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ: **psi@nationalarchives.gsi.gov.uk**.

ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਤੀਜੀ ਧਿਰ ਦੀ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਬੰਧਤ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਧਾਰਕਾਂ ਤੋਂ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ।

ਇਹ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ **www.gov.scot** 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਸਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਭੇਜੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
The Scottish Government
St Andrew's House
Edinburgh
EH1 3DG
ISBN: 978-1-83960-442-3

ਸਕਾਟਿਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ, ਅਪ੍ਰੈਲ 2020

APS Group Scotland, 21 Tennant Street, Edinburgh EH6 5NA ਦੁਆਰਾ ਸਕਾਟਿਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
PPDAS675374 (04/20)