

GP appointments - Punjabi

ਜੀਪੀ ਦੀਆਂ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ

- ▶ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਲਿਖੋ (ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਿਸਕ ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ)।
- ▶ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਲਈ 2 ਜਾਂ 3 ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਹਤਵਪੂਰਨ ਸਵਾਲ ਲਿਖੋ।
- ▶ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜਾਣ ਲਈ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ।
- ▶ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਨਾਨਾ ਜਾਂ ਮਰਦਾਨਾ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਉਪਲਬਧੀ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਵੇਗਾ।
- ▶ ਜੀਪੀ ਅਤੇ ਐਨਏਚਐਸ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਕਰਮਚਾਰੀ ਇਹ ਬੁੱਕ ਕਰਨਗੇ। ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ▶ ਆਮ 10 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਦਾ ਥਾਂ ਤੇ, ਤੁਸੀਂ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਡੱਬਲ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਉਪਲਬਧੀ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਵੇਗਾ ਪਰ ਪੁੱਛਣਾ ਜਾਇਜ਼ ਹੈ।
- ▶ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਸਮਝ ਨਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ।
- ▶ ਪੁੱਛੋ ਅੱਗੇ ਕੀ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਲਿੱਖ ਲਵੋ।
- ▶ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਜੀਪੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਸਪੁਰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ)।
- ▶ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਲਾਹ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਜੀਪੀ ਦੀਆਂ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਣਕਾਰੀ ਇਥੇ www.nhsinform.co.uk/Rights/Publications/Leaflets/ItOkayToAsk



GP appointments

English

- › Write down your symptoms to discuss (include physical and mental symptoms).
- › Write down 2 or 3 most important questions for the GP.
- › Ask a friend or family member to go with you, if you like.
- › You can ask for a female or male GP if you prefer. It will depend on availability.
- › You are entitled to an interpreter for GP and other NHS appointments. Staff will book this. Try to give as much notice as you can.
- › You can ask for a double appointment of 20 mins, instead of the usual 10 mins. This will depend on availability but it is ok to ask.
- › If you don't understand something ask the GP for an explanation.
- › Ask what will happen next and when. Write it down.
- › GPs can refer people to other services if needed (including psychology and psychiatric services).
- › If you are unhappy you can ask to see another GP at your practice.
- › You can ask for advice if you need to make a complaint.
- › You can get more info about GP appointments at www.nhsinform.co.uk/Rights/Publications/Leaflets/ItOkayToAsk

