



آشنایی با مراقبت‌های صحی در استرالیا

یک راهنمای جیبی برای تازه واردها

داری | Dari

phn
NORTH WESTERN
MELBOURNE

An Australian Government Initiative

خدمات عاجل

- خدمات عاجل برای امراض و یا تکلیفهای صحی بسیار جدی می باشد.
- تکلیفهای صحی جدی به شمول مشکلاتی مانند سختی تنفس، درد سینه، خونریزی که بند نمی آید و شکستگی استخوان می باشد.
- برای گرفتن آمبولانس به Triple Zero (سه صفر، 000) تيلفون کنید و یا به نزدیکترین شفاخانه مراجعه کنید.

به یاد داشته باشید

به یاد داشته باشید که در هنگام قراردادهای ملاقات صحی، کارتهای مراقبتهای صحی و مدارک شناسایی خود را به همراه داشته باشید.





محتوی

4 ترجمانها

5 داکتر خانوادگی

6 نرس خدمات صحی پناهندگان

7 ایمن سازی

8 صحت روانی

9 صحت طفل و مادر

10 مراقبتهای دندان

11 خدمات صحی جامعه



ترجمانها

- شما حق دارید که برای تمام خدمات صحتی یک ترجمان داشته باشید.
- مرکز ارائه دهنده خدمات صحتی می باید یک ترجمان را برای شما حاضر کند.
- اگر به ترجمان ضرورت دارید به شماره **131 450** تلفون کنید.
- ترجمانها تعلیمات ویژه دیده اند و گفته های شما محرمانه باقی می ماند.
- می توانید اعضای خانواده خود را نیز به نزد داکتر ببرید مگر باید برای صحبت درباره صحت خود، ترجمان بگیرید.



داکتر خانوادگی

- درآسترالیا به داکتر خانوادگی، **داکترعمومی** (**general practitioner**) یا GP می گویند.
- فکر خوبی است که کل اعضای خانواده یک GP داشته باشند.
- مهم است که از کل خانواده شما در سال اول ورود به آسترالیا به لحاظ صحتی معاینه کامل (**ارزیابی صحتی پناهندگان**، **Refugee Health Assessment**) به عمل آید.
- همه داکترها **ارزیابی صحتی پناهندگان** را انجام نمی دهند، بنابراین از داکتر خود بخواهید که آن را انجام دهد و یا داکتری را انتخاب کنید که آن را انجام می دهد.
- اگر مددکار و یا یک **نرس خدمات صحتی پناهندگان** (**Refugee Health Nurse**) دارید، آنها می توانند در انتخاب داکتر به شما کمک کنند.



نرس خدمات صحي پناهندگان

- نرس های خدمات صحي پناهندگان می توانند به رفع همه ضرورتهاي صحي شما کمک کنند.
- نرس خدمات صحي پناهندگان در مراکزخدمات صحي جامعه کار می کنند.
- شما می توانید برای خودتان یک وقت ملاقات با نرس خدمات صحي پناهندگان بگیرید.
- از مددکار و یا داکتر عمومی خود بخواهید که نرس خدمات صحي پناهندگان منطقه شما را بیابند.



ایمن سازی

- ایمن سازی فرایندی است که پس از واکسیناسیون در بدن شما رخ می دهد.
- ایمن سازی از شما در برابر امراض محافظت می کند.
- ایمن سازی برای همه اطفال و بزرگسالان مهم است.
- از GP خود پرسید که به چه واکسینهایی ضرورت دارید.
- برای ایمن سازی مکمل، صرف به چند قرار ملاقات نیاز است.
- برای دریافت معاش Centrelink، باید طفل شما واکسین های خود ا به طورمکمل دریافت کرده باشد.



صحت روانی

- پناهندگانی که به استرالیا می آیند در کشور خود و یا حتی در راه استرالیا، تجربه دشواری را پشت سر گذاشته اند.
- بسیاری از افراد احساس ناراحتی و یا تشویش می کنند ، مشکل خواب دارند، خواب بد می بینند و یا بی حال و حوصله هستند.
- ازجانب افراد مسلکی که در این زمینه کار می کنند، کمک فراهم است.
- اگر درباره صحت روانی خود تشویش دارید، شما می توانید با GP خود درباره اینکه چطور می توانند به شما کمک کنند صحبت کنید.



صحت طفل و مادر

- پرستارهای طفل و مادر (Maternal and child health) از والدین حمایت می کنند و به انکشاف و صحت اطفال آنها کمک می کنند.
- پروگرام صحت طفل و مادر برای اطفال تا سن 6 سالگی است.
- برای گرفتن وقت ملاقات به شورای شهر خود تلفون کنید.
- یا از مددکار، داکتر عمومی و یا نرس خدمات صحی پناهندگان خود سوال کنید.



مراقبتهای دندان

- معاینات دندان در مراکز خدمات صحتی دندان جامعه برای پناهندگان رایگان است.
- وقتی که قرار ملاقات خود را می گذارید، به یاد داشته باشید که به مرکز خدمات دندان بگویید که یک پناهنده هستید.
- پس از ورود به استرالیا، در اسرع وقت یک قرار ملاقات بگیرید زیرا داکترهای دندان بسیار مصروف هستند.
- از GP، **نرس خدمات صحتی پناهندگان** و یا مددکار خود درباره گرفتن وقت ملاقات سوال کنید.

خدمات صحی جامعه

مراکز خدمات صحی جامعه عمدتاً خدمات مراقبتهای صحی را برای افراد کم درآمد فراهم میکنند. این خدمات به شمول خدمات صحی دندان، کارکنان مسلکی صحی مانند فیزیوتراپیستها، متخصصین تغذیه و متخصصین پا می باشد.

ذیلاً فهرست مراکز خدمات صحی که در آنجا نرسهای خدمات صحی پناهندگان کاری کنند آورده شده است. شما می توانید بخواهید که در هر یک از این مراکز با نرس خدمات صحی پناهندگان ملاقات کنید.

cohealth Kensington

(03) 9448 5520 **تلیفون** • 12 Gower St, Kensington

cohealth Footscray

(03) 9448 5502 **تلیفون** • 78 Paisley St, Footscray

Your Community Health Centre

(03) 8470 1111 **تلیفون** • 125 Blake St, East Reservoir

Dianella Community Health Centre

(03) 8301 8888 **تلیفون** • 42-48 Coleraine St, Broadmeadows

Djerriwarrh Health Service - Melton

(03) 8746 1100 **تلیفون** • Cnr Yuille and High St, Melton

IPC Health Brimbank

(03) 9313 5000 **تلیفون** • 122 Harvester Rd, Sunshine

IPC Health Hoppers Crossing

(03) 8734 1400 **تلیفون** • 117-129 Warringa Cr, Hoppers Crossing

این راهنمای جیبی توسط
Western Refugee Health Partnership
که به شمول سازمانهای ذیل می باشد،
تدوین شده است.

AMES

Asylum Seeker Resource Centre

Brimbank Local Council

Cabrini Asylum Seeker and Refugee Health Hub

cohealth

Department of Health and Human Services

Djerriwarrh Health Services

Healthwest Primary Care Partnership

Hume Whittlesea Primary Care Partnership

IPC Health

Life without Barriers

Mercy Health

Mid West Area Mental Health Service

New Hope Foundation

North Western Melbourne Primary Health Network

Red Cross

Victorian Refugee Health Network

Western Health

Wyndham Council