ஒன்டாரியோவில் உடல்நலப் பராமரிப்பு:
மருத்துவப் பராமரிப்பைப் பெற்றுக்கொள்தல்

பெரும்பாலான நிலைமைகளில், மருத்துவப் பராமரிப்பை எதிர் நோக்கும் மக்களுக்கு அவசர மருத்துவ நிலை இருக்காது. அவர்கள் வெறுமனே நோய்வாய்ப்பட்டவர்களாக அல்லது காயப்பட்டவர்களாக இருப்பார்கள். அவர்களுக்கு உதவி தேவைப்படும்.

ஒன்டாரியோவில் அவசர மருத்துவ நிலையல்லாத மருத்துவப் பராமரிப்பைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு அநேக வழிகள் இருக்கின்றன. உங்கள் கேள்விகளுக்கு தொலைபேசி மூலமாகப் பதிலளிக்கக்கூடிய பயிற்சி பெற்ற மருத்துவப் பணியாளர்கள் இருக்கிறார்கள். குடும்ப மருத்துவர்கள், தாதிகள் மற்றும் வேறு மருத்துவப் பராமரிப்பளிப்பவர்கள் இருக்கிறார்கள். பெரும்பாலான நிலைமைகளில், அவர்கள் தான் முதலில் உங்கள் மருத்துவப் பிரச்சினைகளை பரிசோதித்து சிகிச்சையளிப்பார்கள். உங்கள் தெரிவுகளை விளங்கிக்கொள்ள இந்தத் தகவல் இதழ் உங்களுக்கு உதவி செய்யும்.

நீங்கள் இந்தத் தகவல் இதழை மேலதிக மொழிகளில் *ontario.ca/healthcarebasics* என்ற இணையதளத்தில் காணலாம். "வேற்று மொழிகளில் தகவல்கள்" என்ற விசைப் பொறியை அழுத்தவும். ஒன்டாரியோவில் மருத்துவப் பராமரிப்பைப் பெற்றுக்கொள்வது பற்றி மேலதிகமாகத் தெரிந்துகொள்வதற்கான இணைப்பையும் இந்த இணையதளம் உங்களுக்குக் கொடுக்கும்.

உங்கள் உடல்நலப் பராமரிப்புத் தெரிவுகளை விளங்கிக்கொள்ளுதல்

1. மருத்துவ ஆலோசனையைப் பெற்றுக்கொள்வதற்காக நான் அழைக்கக்கூடிய எவரேனும் இருக்கிறார்களா?

ஆம், 1-866-797-0000 இலிருக்கும் Telehealth Ontario ஐ அழைக்கவும். இது இலவசமானது. நீங்கள் பகல் அல்லது இரவு, எந்நேரத்திலும் அழைக்கக்கூடிய அந்தரங்கமான தொலைபேசிச் சேவை. ஒரு தாதியிடமிருந்து உடல்நலம் பற்றிய ஆலோசனைகள் அல்லது உடல்நலம் பற்றிய பொதுவான தகவல்களை நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாம். நீங்கள் பின்வருவனவற்றுள் எதைச் செய்யவேண்டும் என்பதைத் தீர்மானிப்பதற்குத் தாதி உங்களுக்கு உதவி செய்வார்:

- வீட்டில் உங்களை நீங்களே பராமரித்துக் கொள்ளுதல்
- உங்கள் மருத்துவருடன் ஒரு மருத்துவ சந்திப்புத் திட்டத்தை ஏற்படுத்துதல்
- ஒரு கிளினிக் நிலையத்துக்குச் செல்லுதல்
- ஒரு மருத்துவமனை அவசர நிலைச் சிகிச்சை அறைக்குச் செல்லுதல்

Tamil – Health Care in Ontario: Getting Medical Care Cat# 015690 Nov/2010 © Queen's Printer for Ontario

2. ஒரு அவசரச் சிகிச்சை நிலையற்ற பிரச்சினைக்கு யார் எனக்கு உதவி செய்வார்கள்?

நீங்கள் பெரும்பாலும் பின்வருபவர்களைச் சந்திக்கலாம்:

- ஒரு குடும்ப மருத்துவர்: ஒரு குடும்ப மருத்துவர், ஒரு பொதுப் பயிற்சியாளர் (GP) அல்லது மருத்துவர் (MD) எனவும் அழைக்கப்படுவார். இவர், மேலும் சிக்கலான உடல்நலப் பிரச்சினைகளைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை செய்வார் அல்லது உங்களுக்கு மேலும் உதவி தேவைப்பட்டால் ஒரு மருத்துவ நிபுணரைச் சந்திக்கும்படி பரிந்துரை செய்வார்.

- விசேட தாதித் தொழில் செய்பவர்(NP): ஒரு NP என்பவர் ஒரு முதிர்ச்சியடைந்த தாதியைப் போன்றவர். அவர் அடிப்படை நோய்கள் மற்றும் காயங்களுக்குச் சிகிச்சையளிப்பார் மற்றும் ஆய்வுகூடப் பரிசோதனைகள், எக்ஸ்ரேக்கள் மற்றும் வேறு நோய்களைக் கண்டுபிடிக்கும் பரிசோதனைகளைச் செய்யும்படி கேட்பார்.

ஒரு மருத்துவர் அல்லது விசேட தாதித் தொழில் செய்பவரைத் தேடுகிறீர்களா? Health Care Connect உடன் இணையுங்கள். இந்த இலவச சேவை இணையதளத்துக்காக நீங்கள் பதிவு செய்யலாம் அல்லது 1-800-445-1822 ஐ அழைக்கலாம் Onatrio Health Insurance Plan (OHIP) செல்லுபடியாகும் ஒரு அட்டையை நீங்கள் வைத்திருப்பதற்கு நிச்சயமாக இருக்கவும்.

3. எனக்கு மருத்துவப் பராமரிப்புத் தேவைப்பட்டால, நான் எங்கே போக வேண்டும்?

அது உங்களுக்கு என்ன வகையான உதவி தேவைப்படுகிறது என்பதில் சார்ந்துள்ளது. இந்த அட்டவணை உங்கள் பிரதான தெரிவுகளை தருகிறது.

உடல்நலப் பராமரிப்புத் தெரிவு	…. என்றால் என்ன	உங்களுக்குத் தேவைப்படும்போது…
டெலிஹெல்த் (1-866-797-0000)	இது ஒரு இலவசமான, அந்தரங்கத் தொலைபேசிச் சேவை. உடல்நலம் பற்றிய ஆலோசனை அல்லது பொது உடல்நலத் தகவல்களைப் பெற்றுக்கொள்ள ஒரு பதிவு செய்யப்பட்ட தாதியை நீங்கள் அழைக்கலாம்.	நீங்கள் என்ன செய்யவேண்டும் எனத் தீர்மானிப்பதற்கு பகல் அல்லது இரவில் எந்த நேரத்திலும் உதவி தேவைப்படும்போது பின்வருவனவற்றைச் செய்யவும்: ▪ உங்களை நீங்களே பராமரித்துக்கொள்ளவும் ▪ உங்கள் மருத்துவருடன் ஒரு சந்திப்புத் திட்டத்தை ஏற்படுத்தவும்

உடல்நலப் பராமரிப்புத் தெரிவு	…. என்றால் என்ன	உங்களுக்குத் தேவைப்படும்போது…
		▪ கிளினிக் ஒன்றுக்குச் செல்லவும் ▪ ஒரு சமூக சேவை நிலையத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும் ▪ ஒரு மருத்துவமனை அவசர நிலை அறைக்குச் செல்லவும்
மருத்துவர்கள் மற்றும் வேறு குடும்ப உடல்நலப் பராமரிப்பளிப்பவர்கள்	இது உங்கள் குடும்ப மருத்துவர் மற்றும் தாதிகளை உட்படுத்தும். அவர்கள் குடும்ப மருந்துகள், நோய்களைக் கண்டுபிடித்துச் சிகிச்சையளித்தல், எல்லா வயது நோயாளிகளின் உடல்நல ஒழுங்கீனங்கள் மற்றும் காயங்கள் போன்றவற்றில் கவனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவர்.	அவசர நிலையற்ற சூழ்நிலைமைகளில் உங்களுக்குப் பராமரிப்புத் தேவைப்படும்போது
குடும்ப உடல்நலக் குழுக்கள்	உறுப்பினராகச் சேர்ந்திருக்கும் நோயாளிகளுக்கு முடிந்தளவு மிக அதிகமான தரமுள்ள பராமரிப்பை அளிப்பதற்காக, ஒரு குடும்ப உடல்நலக் குழு, வேறுபட்ட உடல்நலப் பராமரிப்பாளர்களைக் ஒன்றுசேர்ப்பார்கள். குழுக்கள், உடல்நல பராமரிப்புப் தெரிவுகள் பலவற்றை உங்களுக்கு அளிப்பதற்காக தாதிகள் மற்றும் வேறு தொழில் நெறிஞர்களைக் கொண்டிருப்பார்கள்.	அவசர மருத்துவ நிலையல்லாத சூழ்நிலைகளில் உங்களுக்குப் பராமரிப்புத் தேவைப்படும்போது
விசேட தாதித்	இந்த கிளினிக்குகளில், அடிப்படை	உங்களுக்கு ஒரு குடும்ப மருத்துவர்

உடல்நலப் பராமரிப்புத் தெரிவு	…. என்றால் என்ன	உங்களுக்குத் தேவைப்படும்போது…
தொழில் செய்பவர்களின் கிளினிக்குகள்	மருத்துவப் பராமரிப்பை நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாம் மற்றும் ஆரோக்கியமாக இருப்பது மற்றும் நோய்களைத் தடுப்பது பற்றியும் கற்றுக்கொள்ளலாம். உங்களுக்குத் தேவைப்படக்கூடிய வேறு சேவைகள் மற்றும் சமுதாய-அடிப்படையிலான திட்டங்களைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளவும் கிளினிக்குகள் உங்களுக்கு உதவி செய்யும்.	இல்லை மற்றும் அடிப்படை மருத்துவப் பராமரிப்பு தேவைப்பட்டால்
சமூக உடல்நல மையங்கள்	தனிப்பட்டவர்கள், குடும்பங்கள் மற்றும் சமுதாயங்களுக்கு உடல் நலம் மற்றும் உடல்நல முன்னேற்றத் திட்டங்களை மையங்கள் அளிக்கின்றன.	பின்வருவன போன்ற தடைகள் காரணமாக, உடல்நலப் பராமரிப்பைப் பெற்றுக்கொள்வதில் பிரச்சினைகள் ஏற்படும்போது: ▪ மொழி ▪ கலாச்சாரம் ▪ உடல்ரீதியான அங்கவீனங்கள் ▪ வீடற்ற நிலமை ▪ வறுமை ▪ தொலை தூரத்திலுள்ள இருப்பிடங்கள்
வோக்-இன் மற்றும் அலுவலக நேரத்திற்குப் பிந்திய மணி நேரங்களில் செயற்படும்	இது, சாதாரணமான , அவசர மருத்துவ நிலையற்ற தேவைகளுக்கு நீங்கள் பராமரிப்பைப் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய,	அவசர மருத்துவ நிலையற்ற சூழ்நிலைமைகளில் உங்களுக்குப் பராமரிப்புத் தேவைப்படும்போது.

உடல்நலப் பராமரிப்புத் தெரிவு	…. என்றால் என்ன	உங்களுக்குத் தேவைப்படும்போது…
கிளினிக்குகள்	மருத்துவமனையை அடிப்படையாகக் கொண்டிராத ஒரு சிகிச்சை நிலையம். சிகிச்சை நிலைய அலுவலக நேரங்கள் பெரும்பாலும், மாலை மற்றும் வார இறுதி நாட்கள் வரை நீடிக்கப்பட்டிருக்கும். பெரும்பாலும், ஒரு சந்திப்புத் திட்டம் இல்லாமலேயே நீங்கள் உள்ளே செல்லலாம்.	
அவசரப் பராமரிப்பு மையம்	அவசர மருத்துவப் பராமரிப்பு நிலையங்கள் உயிரை அச்சுறுத்தும் நிலைமைகள் அல்லாதபோது பகல் நேரங்களில், மாலையில் மற்றும் வார இறுதி நாட்களில் உதவி அளிக்கும். இந்த மையங்கள், அறுவைச் சிகிச்சை தவிர, மற்ற எல்லா வகையான சேவைகளையும் அளிக்கும்.	அவசர சிகிச்சை தேவைப்படாத, மிகச் சிறிய அல்லது சிக்கலற்ற நிலைமைகளில் உங்களுக்கு உடனடியான பராமரிப்புத் தேவைப்படும்போது. உதாரணமாக: கண் காயங்கள், புண்கள், அவயவங்கள் முறிதல், எக்ஸ்ரேக்கள் மற்றும் ஆய்வுகூடப் பரிசோதனைகள் போன்றவை.

4. எனது உடல்நலப் பிரச்சினைகள் வீட்டில் வசிப்பதைக் கடினப்படுத்தினால் நான் உதவியை எங்கே பெற்றுக்கொள்ளலாம்?

உங்கள் உள்ளூர் Community Care Access Centre தொடர்பு கொள்ளவும். தங்கள் சொந்த வீட்டில் தொடர்ந்து வசிக்கும் அல்லது ஒரு நீண்ட -காலப் பராமரிப்பு இல்லங்களுக்கு இடம் மாறிச் சென்ற மக்களுக்கு அவர்கள் உதவி செய்வார்கள். மாகாணம் முழுவதும் 42 மையங்கள் இருக்கின்றன.

5. ஒன்டாரியோவிலுள்ள உடல்நலப் பராமரிப்புத் தொகுதியைப் பயன்படுத்துவது சம்பந்தமாக எனக்குக் கேள்விகள் இருக்கின்றன. நான் யாரை அழைக்க முடியும்?

காலை 8:30 முதல் மாலை 5:00 மணிவரை சேர்விஸ் ஒன்டாரியோவை இன்ஃபோலைனில் தொடர்பு கொள்ளவும். பணியாளர்களால் பிரெஞ், ஆங்கிலம், மற்றும் வேறு 20 மொழிகளில் உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும். பின்வரும் எண்ணை அழைக்கவும்:

- 1-866-532-3161
- டிடிவை 1-800-387-5559
- டொரொன்டோவில், டிடிவை 416-327-4282

இங்கு மேலுமதிகத்தை இணையத்தளத்தில் கற்கலாம் health.gov.on.ca