



سرمی رنگ کی بیک اگر اونڈو اے لے الفاظ کے ساتھ ڈاکٹشری کی دستاویز، میں اضافی اور مفید معلومات موجود ہیں

## صحّت

### متعلقہ اہم سوالات

Salut

## انفرادی صحّت کارڈ

LA TARGETA SANITÀRIA INDIVIDUAL

## عوامی نظام صحّت کی ساخت

ESTRUCTURA DEL SISTEMA SANITARI PÚBLIC

## سرکاری نفع

LES RECEPTES OFICIALS

ڈاکٹر سے ملاقات کر کے یا فوری امداد حاصل کر کے باہر نکلنے سے پہلے ...

ABANS DE SORTIR DE LA CONSULTA DEL METGE O DE LA VISITA D'URGÈNCIES...

## صحّت نسوان

LA SALUT DE LA DONA

## صحّت طفّال

LA SALUT DELS NOSTRES FILLS I FILLES

## صحّت سے متعلق دوسرے سوالات

ALTRES FAQ'S SOBRE SALUT



## انفرادی صحت کارڈ (TSI)

### LA TARGETA SANITÀRIA INDIVIDUAL

سوال۔ ہم ذاتی صحت کارڈ (TSI) کیسے حاصل کر سکتے ہیں؟

جواب۔ ذاتی میڈیکل کارڈ کا حاصل کرنا اس بات پر منحصر ہے کہ آپ کے پاس اس ملک میں رہنے کا اجازت نامہ کسی قسم کا ہے۔

-اگر ہمارے پاس اس ملک میں رہنے کا اور کام کرنے کا اجازت نامہ اور سوچل سیکورٹی میں اندرانی کیا گیا ہو۔

اگر ہمارے پاس اس ملک میں رہنے کا اور کام کرنے، دونوں کا اجازت نامہ ہے تو جس کمپنی یا کارخانہ میں تم کرتے ہیں، وہ لوگ آپ کے لیے سوچل سیکورٹی نمبر کی درخواست کرتے ہیں (número d'affiliació a la Seguretat Social, NASS).

میں سوچل سیکورٹی نمبر (NASS) کے لیے کہاں درخواست دے سکتا ہوں؟

یکام متعلقہ عام سماجی حفاظت کے ذیل خزانہ میں کیا جانا ہے اور یہ وہ شخص کرنا ہے جو ہمارے ساتھ کام کا معاملہ کرنا ہے۔

بھیں کونسے کاغذات پیش کر فہرست ہیں؟

-آپ کا ذاتی شناختی کارڈ یا پسپورٹ

-کارپوریشن کارجنٹریشن (empadronament) ٹھیکیٹ (یہ ٹھیکیٹ ہوتا ہے جو آپ کے ملائت کی مدد یہ کے ذیل میں

بنتا ہے اور جس میں تاثنوئی طور پر یہ درج ہوتا ہے کہ یہ بندہ فلاں جگہ رہتا ہے اور اس کے لئے کارپوریشن کے ذیل میں درج ہوتا ہے۔

-خاندانی کتاب، اگر ہے تو

-سماجی حفاظتی کارڈ

سوچل سیکورٹی کے صارفین کے کارڈ TSI کا کے ذریعے ہمارے لئے پیش کیا جانا ہے۔ اگر نہ پیش کیا جانا ہے۔ آپ کا پہنچانے متعلقہ صحت کے ادارے میں (CAP)

یہ درخواست درج کروانی ہوتی ہے۔

اگر ہمارے پاس ہر فاس ملک میں رہنے کا صرف اجازت نامہ ہے اور کام کا نہیں

جواب۔ اگر ہمارے پاس ہر فاس ملک میں رہنے کا صرف اجازت نامہ ہے اور کام کا نہیں، تو بھیں خود ذاتی طور پر اپنے متعلقہ صحت کے ادارے میں (CAP)

میں ذاتی صحت کارڈ کی درخواست کروانی ہوگی۔ اس میں یعنی خود کے آپ کے پاس ٹھیکیٹ ویزہ والی رہنے والی موجودہ ہو۔

سوال۔ اگر ہمارے پاس اس ملک میں رہنے کا اجازت نامہ (رینڈیس کارڈ) نہ ہو تو کیا ہم صحت کی حفاظت کے لیے اندرانی کرو سکتے ہیں؟

جواب۔ جی ہاں۔ ہم اپنے متعلقہ خاندانی صحت کے ادارے (CAP) میں بذات خود جا کے کرو سکتے ہیں۔

بھیں کون سے کاغذات پیش کروانے ہوں گے؟

-آپ کا ذاتی شناختی کارڈ یا پسپورٹ

-کارپوریشن کارجنٹریشن (empadronament) ٹھیکیٹ

-خاندانی کتاب، اگر ہے تو



- ان لوگوں کے لیے جن کے پاس موزوں ذراع نہیں ہیں، انہیں ایک حلقہ نام ملیش کرنا ہو گا۔  
18 سال سے کم عمر کے لوگوں کیلئے اور وہ حاملہ عورتیں، جن کے پاس کافی ذات ملیں ہیں وہ بھی اس باش کی مشقیت ہیں کہ انہیں صحّت کے اوارے کی طرف سے مکمل توجہ ملے۔  
چاہے ہمارے پاس اس ملک میں رہنے کا جائزت نامہ ہو یا نہ ہو اور چاہے ہمارے پاس کارپوریشن میں اندر آج کا (empadronament) کاشٹقیت ہو یا نہ ہو۔ ہمیں صرف صحّت کے اس اوارے میں جانے کی ضرورت ہے جو ہمارے گھر کے زد دیک ہو۔ چھوٹی عمر کے بچوں کو پاہنے کوہ ہمیشہ کسی سربراہیاً ذمہ داری نہ رکھنی میں جائیں۔

**سؤال۔ اگر ہمارے پاس کارپوریشن میں اندر آج (empadronament) کاشٹقیت نہ ہو تو کیا ہم صحّت کی خاطعات کیلئے اندر آج کرو سکتے ہیں؟**

**جواب۔** جن لوگوں کے پاس کارپوریشن کا رجسٹریشن (empadronament) کاشٹقیت نہیں ہے، وہ لوگ ذاتی صحّت کا روئینہ بن سکتے۔ صرف ہمیں فوری ضرورت کی خدمات حاصل ہو سکتی ہیں۔ تاہم حاملہ خواتین اور 18 سال سے کم عمر افراد اور شرائط سے مستثنی ہیں (serveis d'urgències)

**سؤال۔ کارپوریشن میں اندر آج (empadronament) کاشٹقیت کیا ہوتا ہے؟**

**جواب۔** مقامی کارپوریشن میں اندر آج کا (empadronament) کاشٹقیت ایک ایسا کاغذ ہوتا ہے، جس میں ایک ہی بلدیہ میں رہنے والے لوگوں کے گروں کا پڑھ ورنج ہوتا ہے۔ ہر قبیلے میں ایک ہلدیہ کا دفتر ہوتا ہے۔ اور یہ ضروری ہوتا ہے۔ کیونکہ اس سے کئی چیزوں تک آپ کی رسائی آسان ہوتی ہے۔ جب ہمیں ہم اپنا گھر تبدیل کریں، ہمیں بلدیہ کے دفتر سے رابطہ کرنا ہو گا۔ اگر ہم اپنا قصہ تبدیل کریں تو ہمیں نئے طریقے سے کارپوریشن میں اندر آج کا (empadronament) کاشٹقیت ہونا ہو گا۔  
چاہے ہمارے پاس اس ملک میں رہنے کا جائزت نامہ ہو یا نہ ہو، ہمیں اس علاقوں کی بلدیہ میں اندر آج کروانا ہو گا جس علاقوں میں ہم رہتے ہیں۔

اندر آج کہاں کروایا جا سکتا ہے؟

یا آپ بلدیہ کے دفاتر (Oficina d'Atenció Ciutadana, OAC) میں اندر آج کرو سکتے ہیں۔

اگر ہمارے پاس گھر نہ ہو تو...

تو ہمیں اپنے علاقوں میں موجود دفتر جو غیر ملکی لوگوں کے لیے ہوتا ہے، وہاں رابطہ کرنا چاہیے۔ وہاں اس طریقہ کارکے بارے میں تالیجا ہے گا اور ہماری رہنمائی کی جائے گی

**عوایق نظام صحّت کی ساخت**

ESTRUCTURA DEL SISTEMA SANITARI PÚBLIC

**سؤال۔ صحّت کے اوارے (CAP) میں ڈاکٹر کے ساتھ لالات کے لیے کیا کہا کرنا چاہیے؟**

**جواب۔** ڈاکٹر سے ملاقات کیلئے سب سے پہلے آپ کو دن اور وقت مقرر کر کا چاہیے، اسی CAP کے اوارے میں یا پھر Sanitat Respon 24h کے نمبر 902 444 111 پر سیلیفون کر کے، انہیں اپنا پورا نام بتا کے یا صحّت کارڈ (TSI) کا نمبر بتا کے 24 گھنٹے کی سروں۔ اس کی ویب سائٹ یہ ہے [http://www10.gencat.cat/catsalut/cat/servcat\\_24h.htm](http://www10.gencat.cat/catsalut/cat/servcat_24h.htm)

**سؤال۔ اگر میں بہت زیادہ بیمار ہوں اور انتظار نہیں کر سکتا؟**

**جواب۔** ہم اپنے ابتدائی مرکز صحّت (CAP) میں ایک جنی خدمات حاصل کر سکتے ہیں۔ بیہرے لے کے جو علاقوں۔ ہمیشہ ایک ڈیبنی ڈاکٹر وہاں موجود ہو گا۔ اگر بفتہ کا آخری دن ہو، مطلب ہفتہ یا اتوار ہو، تو ہمیں اس اوارے کی طرف رجوع کرنا ہو گا مسئلہ نہیں کام مرکز (Centre d'Atenció Continuada)، جو عوام CAC (Centre d'Atenció Continuada) ہے۔



کے لیے بہیا پھر اگر تکلیف بہت زیاد ہے اخطر را کہ بہتوں میں ہسپتال جانا چاہیے۔ کچھ اہم اتنی صحت کے مرکز (CAC)، مستقل رہنمائی کا مرکز (CAC) بھی ہوتے ہیں۔

### جس گاؤں میں ہم رہتے ہیں وہاں (CAP) نہیں ہے....

چھوٹے گاؤں میں خاندانی ڈاکٹر مقامی ٹکنیک (consultoris locals) میں معاف کرتے ہیں۔ جن کے اوقات کار متر رہتے ہیں۔ اگر فوری ضرورت ہو تو ہمیں بنیادی صحت کیاوارے (Àrea Básica de Salut, ABS) میں جانا چاہیے، جو ہمارے علاقے کا ہو یا پھر کسی ہسپتال میں۔ بنیادی صحت کا وہ اس قبیلے میں بھی ہو سکتا ہے جہاں آپ رہتے ہیں یا کسی دوسرے قبیلے یا شہر میں بھی۔ یا اس علاقے کی آبادی پر منحصر ہے۔

[http://www10.gencat.cat/catsalut/cat/servcat\\_primaria\\_abs.htm](http://www10.gencat.cat/catsalut/cat/servcat_primaria_abs.htm)

[http://www10.gencat.cat/catsalut/cat/faq\\_cap.htm](http://www10.gencat.cat/catsalut/cat/faq_cap.htm)

### سوال۔ اگر پیاری اتنی شدید ہو کہ سر اگھر سے نکلا مشکل ہوتا۔؟

جواب۔ اگر ہم پیاری کی صورت میں مل نہیں سکتے، تو پھر سے جو ٹکنیک گھر آ کے معاف کرنے کی خدمت (servei d'atenció domiciliària) بھی موجود ہوتی ہے۔ ہمارے علاقے کے (CAP) میں ہمیں اس نمبر کے بارے میں تایا جائے گا جہاں فون کر ہم گھر میں ڈاکٹر کو معاف کرنے کے لیے بلا سکتے ہیں۔

گھر میں اگر ہر جنسی معاملہ ہو یا کسی گلی ایڑک پ، تو ہمیں فوری ضرورت کے ڈاکٹر کو بلا نے کے لیے اس نمبر پر فون کرنا چاہیے 061، یا پھر ایم جسی کے اس نمبر پر 112۔ ہماری حالت کو صحیح طرح سے جانتے کے لیے کچھ ضروری سوال کریں گے۔ اور اگر اس کا تعلق کسی خاص مرض سے یا کسی حادثے سے ہے تو وہ اس کے لیے مناسب ذرائع بھیجیں گے۔ یہ بہت ضروری ہے کہ جہاں سے آپ کو فون کیا جا رہا ہے، وہاں کا پتہ اور نیلگون نمبر آپ صحیح طرح سے نوٹ کریں۔

ہم ہسپتال کی فوری ضرورت کی طرف بھی رجوع کر سکتے ہیں، جہاں تمام لوگوں کی طرف توجہ دی جاتی ہے۔ جہاں پر اس کے رہتے یا درجے وغیرہ کوئی دیکھا جانا بلکہ سب لوگوں کی طرف ایک جیسا دریابان دیا جانا ہے۔

### سوال۔ کیا ہمیں (CAP) کا خاندانی ڈاکٹر کا اور بچوں کے ڈاکٹر کا انتخاب کرنے کا حق ہے؟

جواب۔ ہمیں کام کی وجوہات کی بنا پر یا دوسری وجوہات کی بنا پر (CAP) کا انتخاب کرنے کا حق ہے۔ ہمیں خاندانی ڈاکٹر کا اور بچوں کے ڈاکٹر کا انتخاب کرنے کا بھی حق ہے۔ انتخاب کئے گئے ڈاکٹر کے پاس ہمیشہ دوسرے نئے لوگوں کی طرف دصیان دینے کے لیے بھی وقت ہوا چاہئے۔

### سوال۔ اگر ہمارے پاس کتابوں کا کارپوریشن میں اندراج (empadronament) کا شرکیت نہیں ہے تو کیا ہمیں ڈاکٹر کو اوارے کا انتخاب کرنے کا حق ہے؟

جواب۔ نہیں، وہ شہری جن کے پاس کتابوں میں کارپوریشن کا رہنریشن (empadronament) شرکیت نہیں ہے مگر اپنیش ریاست کے دوسرے علاقوں میں ہے، تو ہمارے پاس صحت سے متعلق خاندانی اقدامات حاصل کرنے کا حق ہے۔ اگر ہمارے پاس ڈاکٹر یا اوارے کا انتخاب کرنے کا حق نہیں۔ ہم لوگ ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل کئے سمجھے جاتے ہیں۔



سوال۔ اگر ہمارے پاس دو ایوں کی اوائلی کے لیے پیسے نہ ہوں تو؟

جواب۔ اگر ہمارے مالی حالات اپنے نہیں ہیں کہ ہم دو ایوں کی اوائلی کر سکیں، تو ہم (CAP) میں مامقی کارکنوں سے رابطہ کر سکتے ہیں، اور وہ ہمیں بتائیں گے کہ ہم اس خدمت کی طرف رسائی کیسے حاصل کر سکتے ہیں۔

ڈاکٹر سے ملاقات کر کے یافوری امداد حاصل کر کے باہر نکلنے سے پہلے ...

ABANS DE SORTIR DE LA CONSULTA DEL METGE O DE LA VISITA D'URGÈNCIES...

سوال۔ کیا زائد نیٹ (جائچ) کسی تیاری کا تقاضہ کرتے ہیں؟

عام طور پر کسی تیاری کی ضرورت نہیں ہوتی، سو اس کے کہ ہمیں ڈاکٹر بتائے، لیکن ہمیشہ یہ بات ہمیں یاد رکھنی چاہیے:

- اگر ہمیں خون کا تجویز کروانا ہے، تو عمل ہمیں کچھ کھانے پڑے بغیر کہا ہو گا، مطلب یہ کہ تجویز کرنے کے دس (10) گھنٹے پہلے کچھ بھی کھانا بیٹھا ہیں ہو گا۔

- اگر ہمیں پیٹاپ کا تجویز کروانا ہو تو جو بول یا اس طرح کی کوئی چیز جو ہمیں CAP والے دیں گے، اسے ہمیں مجھ کے پہلے پیٹاپ سے بھرا ہو گا۔

- اگر ہمیں المراساوٹ (ecografia) کروانا پہنچا ہمیں عمل کرنے سے پہلے جسم پر کسی قسم کی کوئی کریمینی لگانی چاہیے۔

- اگر ہم نے ایکسرے (radiografia) کروانا ہو تو، ہو سکتا ہے وہ ہمیں کپڑے سازانے کے لیے کہیں۔ ہمیں ایک بارہ پہننا ہو گا اور اگر ہم نے زیورات یا اس طرح کی دوسری چیزیں پہنی ہوئی ہیں، تو وہ بھی اتنا رانی ہوں گی۔

صحّت نسوان

LA SALUT DE LA DONA

سوال۔ ہمیں ماہر امراض نسوان (گانٹا کالوجست) کے پاس کب جانا چاہئے؟

جواب۔ سال میں ایک دفعہ ماہر امراض نسوان کے پاس جا کے معاون ضرور کروانا چاہیے۔ ملاقات کے لیے دن اور وقت پہلے سے مقرر کر لینا چاہیے۔ اگر ہمیں تکلین وغیرہ ہو، ہمارے ماحواری الیم بد لے ہوں تو یا ہم خلاف معمول کوئی بات نوٹ کریں تو ہمیں یافوری طور پر ماہر امراض نسوان، گانٹا کالوجست کے پاس جانا چاہیے۔ تاکہ ہمیں مکمل تیاری کا پہلے سے ہی پیچہ چل جائے۔

سوال۔ حامل کا روڈ کیا ہوتا ہے؟

جواب۔ یہ ایک چھوٹی کتاب ہوتی ہے جس میں واپیاں اور گانٹا کالوجست حمل کے بڑھنے کے عمل کو لکھتے ہیں۔ آپ جب بھی ہسپتال جائیں اور ایک جنی کی صورت میں بھی جائیں تو اس کا روڈ کو پہنے ساتھ پھر لے کے جائیں۔

**سوال۔** خاوندی منصوبہ بندی کیا ہے؟

جواب۔ خاندانی منصوبہ بندی (planificació familiar) یا CAP والوں کی طرف سے ایک بڑائی خدمت ہوتی ہے۔ اور یہ عورتوں کی اپنی جنسی تعلقات کے بارے میں نیچلے لینے میں رہنمائی کرتا ہے اور اس باरے میں کامیابی کس وقت پر پیدا کرنا چاہیے۔ ہمیں مختلف انواع حمل اشیاء (mètodes anticonceptius) کے باارے میں بتا پا جاتا ہے۔ چاہے وہ رہنما عورت اور اگر تم پیشیں کرنا چاہتے تو حمل کرو کنے کے لیے مدد ایرتا تے ہیں۔

صحت طفلاں

## LA SALUT DELS NOSTRES FILLS I FILLES

**سوال۔** کیا ہمارے بھوں کے صحت کا رذہ کا ہونا ضروری ہے؟

جواب۔ صحت کارڈ بہت ضروری ہوتا ہے۔ اس کی بھیں تب بھی ضرورت پڑے گی جب تم اپنے بچوں کا سکول میں اندر آجائ کرو کیں گے۔ اگر ہمارا بیٹا یا بیٹی اس ملک میں پیدا نہیں ہوئے ہیں، تو ہمیں بچوں کے ڈاکٹر کو تینا ہو گا کہ اس پے کو اپنے پیدائشی ملک میں خانقی میک لگ چکے ہیں۔ اور اگر کوئی ڈیکارڈ گیا ہو، تو وہ ڈاکٹر اسے لگاوے گی۔ وہ تمام خانقی میکے جو سکتا ہوں یا میں خانقی نیکوں کے گیئندر میں ضروری سمجھ جاتے ہیں، وہ سب مفت ہوتے ہیں۔

صحت سے متعلق دوسرے سوالات

## **ALTRES FAQ'S SOBRE SALUT**

سوال۔ اگر ہمیں شافتی یا زبان کی وجہ سے راتھے میں مسئلہ ہو تو؟

جواب - ہمیں اس بات کو سمجھنا ہو گا کہ جو شخص ہم سے بات کرے گا، ہو سکتا ہے کہ اسے بھی وہی مسئلہ ہو۔ کچھ اداروں میں ہمیں اپنے تہذیب سے متعلق (serveis de mediació cultural) اور زبان کے لیے ایک ترجمان کی خدمت حاصل ہوتی ہے۔ سب اکثر میں ترجمان کی خدمت میر ثینیں ہوتی اور بعض جگہ پر یہ خدمت عارضی طور پر وثیقاب ہوتی ہے۔

صحت سے متعلق خدمات حاصل کرنے کے لیے آپ اس نمبر پر بھی نیلفون کر سکتے ہیں 444 111 902، یہاں پر آپ کو زبان کے مناسنے کے سلسلے میں ایک مستقل تر جان کی خدمات بھی حاصل ہو سکتی ہیں۔

نام، یہ ضروری ہے، کہ ہم دوسرے کاری زبانیں کتابان اور کستپا نویکھیں۔

سوال۔ اگر ہم کسی بھی مرکزی صحیت میں رہنا خواہون ڈاکٹر کا اتحاد کرنا جائز ہے؟

جواب۔ تمام خاندانی محنت کے اداروں میں مردا اور عورت دونوں پیشہوارانہ ڈاکٹر ہوتے ہیں اور دونوں ہی اپنے اس شعبے میں مبارکہ رکھتے ہیں، دونوں کی ایک ہی جسمی فرم داریاں ہوتی ہیں اور ان میں ایک ہی جسمی صلاحیتیں ہوتی ہیں اور ہم مردیا خاتون ڈاکٹر کا انتخاب کر سکتے ہیں، ناہم کوئی بھی مرکز محنت اس بات کا پابند نہیں۔ کسی بھی صورت میں اس وجہ سے ڈاکٹر کے باس حالاً مت چھوڑ سی، کیونکہ محنت سب سے ضروری ہے۔



سول۔ میں نے خطرناک طرح کے بھی تعلقات بھی رکھے ہیں.....

جواب۔ ایسے پیشووارانہ دارے بھی ہیں، جو جنسی تعلقات کے ذریعے متعلق ہونے والی بیماریوں اور ایڈز SIDA سے متعلق بیماریوں میں بھارت رکھتے ہیں۔ ہم اس نیلگین جسے ذریعے 21 22 22 900 اپریل کی، خفیہ اور مخفی طبیعت حاصل کر سکتے ہیں، یعنی سرکتاونیا کی جزر لیٹاٹ (Generalitat de Catalunya) کے وزارت صحّت (Department de Salut) کا ہے جو ایڈز سے متعلق بیماریوں کی روک تھام کے لیے کام کرتے ہیں۔