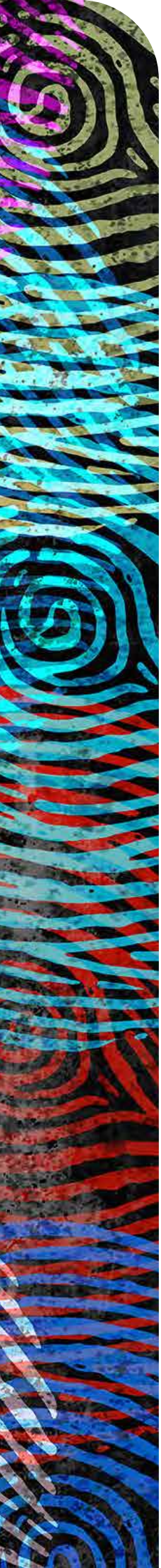




(Queensland) ကွင်းစလန်ရှိ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု

(Queensland) ကွင်းစလန် လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုအစီအစဉ်ဖြင့် ရောက်လာသူများအတွက် လိမ်းညွှန် တစ်ခု





မာတိကာ



စကားပြန်များ



ဆေးရုံများ



ကျန်းမာရေး ကတ်
များ



ဆေးဝါးများ



ဆရာဝန်များနှင့်
ဆေးကုသမှု



စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သုခ



အထူးကုများ



ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး
မှုများ



အရေးပေါ်



ကာကွယ်ဆေး ထိုးမှု
များ

မျဉ်းသားထားသော စကားလုံးများ အတွက် စာမျက်နှာ ၁၆ ရှိ ဝေါဟာရများ
(အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ) ကို စစ်ဆေးရန် မမေ့ပါနှင့်။

စကားပြန်များ



ဤအိုင်ကွန်ကို သင်မြင်သောအခါ၊ သင့်အတွက် အခမဲ့ စကားပြန်ဝန်ဆောင်မှုကို ရနိုင်ပါသည်။

လူနာတင်ယာဉ်၊ ဆေးရုံများ၊ ဆရာဝန်များနှင့် ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်သူများကဲ့သို့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုရယူရန် အခမဲ့ စကားပြန် ဝန်ဆောင်မှုများကို တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်၊ တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။

စကားပြန်လိုအပ်ပါက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းကို သင့်အတွက် စီစဉ်ပေးရန် တောင်းဆိုပါ။ သင်ပြောသောဘာသာစကား (ဥပမာ ဗမာ/မြန်မာ) ကိုတောင်းရန် မမေ့ပါနှင့်။ ဘာသာပြန်ခြင်းနှင့် စကားပြန်ဝန်ဆောင်မှု (TIS) ကို ၁၃ ၁၄ ၅၀ တွင် တိုက်ရိုက်ခေါ်ဆိုနိုင်ပြီး ၎င်းတို့သည် သင့်အား ဝန်ဆောင်မှုနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးမည်ဖြစ်သည်။



ကျန်းမာရေး ကတ်များ

Medicare ကတ်သည် မည်သည့်အရာကို လုပ်ဆောင် သနည်း။

Medicare ကတ်သည် သင်မည်သို့ဖြစ်သည်ကို ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှု များက နားလည်စေပြီး သင့်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ချိန်းဆိုမှုများအတွက် ကုန်ကျစရိတ်များကို ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

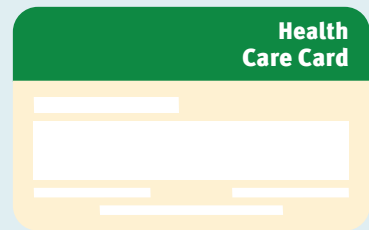
သင်ဩစတြေးလျသို့ ရောက်ရှိသောအခါ၊ သင်အတွက် Medicare ကတ် တစ်ခုကို ပေးပို့လိမ့်မည်။



Medicare ကတ်

ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကတ်သည် မည်သည့် အလုပ်လုပ်သနည်း။

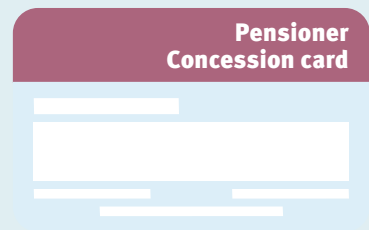
ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုကတ် တစ်ခုသည် ဝင်ငွေနည်းသောသူများ အတွက်ဖြစ်ပြီး အချို့သော ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူအသုံးပြု နိုင်ရန်နှင့် သက်သာသောဈေးနှုန်းဖြင့် ဆေးစာအချို့ကို ရယူနိုင်ရန် ကူညီပေး နိုင်ပါသည်။ အများအားဖြင့်၊ ဤကတ်သည် ဗီတာမင်နှင့် ဖြည့်စွက်ဆေးဝါး များ၏ ကုန်ကျစရိတ်အတွက် မကူညီပါ။



ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကတ်

ပင်စင်စား သက်သာခွင့် ကတ်သည် မည်သည့်အလုပ် သနည်း။

ပင်စင်စားသက်သာခွင့်ကတ်သည် အသက် ၆၀ ကျော်သူများအတွက်ဖြစ်ပြီး သင့်အား ဈေးသက်သာသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ ဆေးညွှန်းဆေးဝါး များနှင့် လျှော့ဈေးအချို့ကို ရရှိရန် ကူညီပေးသည်။



ပင်စင်စား သက်သာခွင့် ကတ်

ဤကတ်များဖြင့်ပင် သင်သတ်မှတ်ထားသော ဆေးဝါးများအချို့အတွက် ဈေးနှုန်းအပြည့်ပေးချေရန် လိုအပ်ပါသည်။ သင့် ကျန်းမာရေးချိန်းဆိုမှုများနှင့် ဆေးဆိုင်များအားလုံးတွင် အဆိုပါကတ်များကို သင်နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားသင့်သည်။

သင့်တွင် ဤကတ်များထဲမှ တစ်ခုမရှိပါက ဆေးဆိုင်နှင့် အချို့သော ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများတွင် ဆေးဝါးအတွက် ကုန်ကျစရိတ် အပြည့်ပေးချေရန် လိုအပ်ပါသည်။ အကယ်၍ မသေချာလျှင် အမြဲမေးပါ။

ဩစတြေးလျတွင် ခိုလှုံခွင့် တောင်းခံနေသောများ Medicare ကတ် မထိုက်တန် မရနိုင်သူများသည် (Queensland) ကွင်းစ လန်ရှိ အစိုးရဆေးရုံများကို အခမဲ့ဝင်ရောက်ပြသနိုင်သည်။

ဆရာဝန်များနှင့် ဆေးပက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု



မိသားစုဆရာဝန်၊ ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်သူ၊ လူနာတင်ယာဉ် သို့မဟုတ် 13 HEALTH သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုသည့်အခါ စကားပြန်တစ်ဦး တောင်းခံရန် သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ် မကျန်းမာ နေမကောင်း ဖြစ်လျှင် ဘယ်လို အကူအညီရနိုင်သလဲ။



GP ကို ပြသပါ။



အကြံဉာဏ်ရယူရန် ဆေးဆိုင်သို့သွားပါ။



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် (Triple Zero '000') သုညသုံးလုံး ကို ခေါ်ဆိုပါ။

မသေချာပါက 13 HEALTH ကျန်းမာရေး ဌာန 13 43 25 84 သို့ မှတ်ပုံတင်ထားသော သူနာပြုတစ်ဦးထံမှ အကြံဉာဏ်ရယူရန်၊ တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက် တွင် ခေါ်ဆိုပါ။

မိသားစုဆရာဝန်ဆိုသည်မှာ မည်သူဖြစ်သနည်း။

general practitioner တစ်ယောက်ကို 'GP' သို့မဟုတ် 'မိသားစုဆရာဝန်' ဟုခေါ်လေ့ရှိပြီး ကျန်းမာရေးပြဿနာတစ်ခုနှင့် သင်သွားတွေသည် ပထမဆုံးလူဖြစ်သည်။ များသောအားဖြင့် GP နှင့်တွေ့ရန် ရက်ချိန်းယူရန် လိုအပ်ပါသည်။

စကားပြန်လိုအပ်ပါက ချိန်းဆိုထားသည့်အချိန်၌ ဧည့်ခံအား ပြောပြပါ။

GP သည် ဘာလုပ်နိုင်သနည်း။

- သင်ကျန်းမာရေးအတွက် အကြံဉာဏ်ပေးခြင်း၊ သင့်ဖျားနာမှုများနှင့် ဒဏ်ရာများကို ကုသရန်နှင့် ဆက်လက်၍ ဆေးကုသမှုပေးခြင်းတို့ဖြစ်သည်။
- လိုအပ်ပါက သင်အား allied health သို့မဟုတ် specialists ကဲ့သို့သော အခြားကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များထံ ပေးပို့သည်။ ဤဟာကို 'referral' လို့ခေါ်သည်။
- ဆေးလက်မှတ်များကဲ့သို့ တရားဝင်စာရွက်စာတမ်းများပေးသည်။
- နှာတာရှည် အခြေအနေများနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်သော ကျန်းမာရေး screening (ဥပမာ ကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်းနှင့် သွေးပေါင်ချိန်များ) တွင် သင့်အား ကူညီသည်။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်အတွင်း ပြုစုဂရုစိုက်ပေးသည်။

GP ပြုလျှင် ဘယ်လောက်ကုန်ကျသနည်း။

သင်တွင် Medicare ကတ်တစ်ခုရှိလျှင် သို့မဟုတ် သင်၏ Medicare နံပါတ်ကို သိပါက၊ ၎င်းသည် GP တစ်ဦးကို ပြသရန် ကုန်ကျစရိတ်အချို့ သို့မဟုတ် အားလုံးကို ကူညီပေးနိုင်သည်။

သင်၏ GP သည် 'bulk bills' ကို လေ့ကျင့်ခြင်းရှိမရှိ မေးပါ။ ၎င်းတို့ မဟုတ်ပါက သင်တွင် Medicare ကတ်တစ်ခု ရှိသော်လည်း GP တစ်ဦးကို ကြည့်ရှုရန် 'gap fee' ကို ပေးဆောင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

သင်၏ရက်ချိန်းကို မသွားနိုင်ပါက ဆေးကုခန်းကို ဆက်သွယ်ပါ။ မတက်ရောက်ပါက အဖိုးအခကောက်ခံခြင်း ခံရနိုင်သည်။

မျက်နှာချင်းဆိုင် ရက်ချိန်းတက်မည့်အစား ဆရာဝန်နှင့် ဖုန်းဖြင့်ပြောနိုင်သည့် တယ်လီကျန်းမာရေး ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု ရနိုင်သည်။ ကြိုဝန်ဆောင်မှုကို သင်ရယူနိုင်သလားဟု သင့်ဆရာဝန်ကို မေးပါ။

အထူးကု



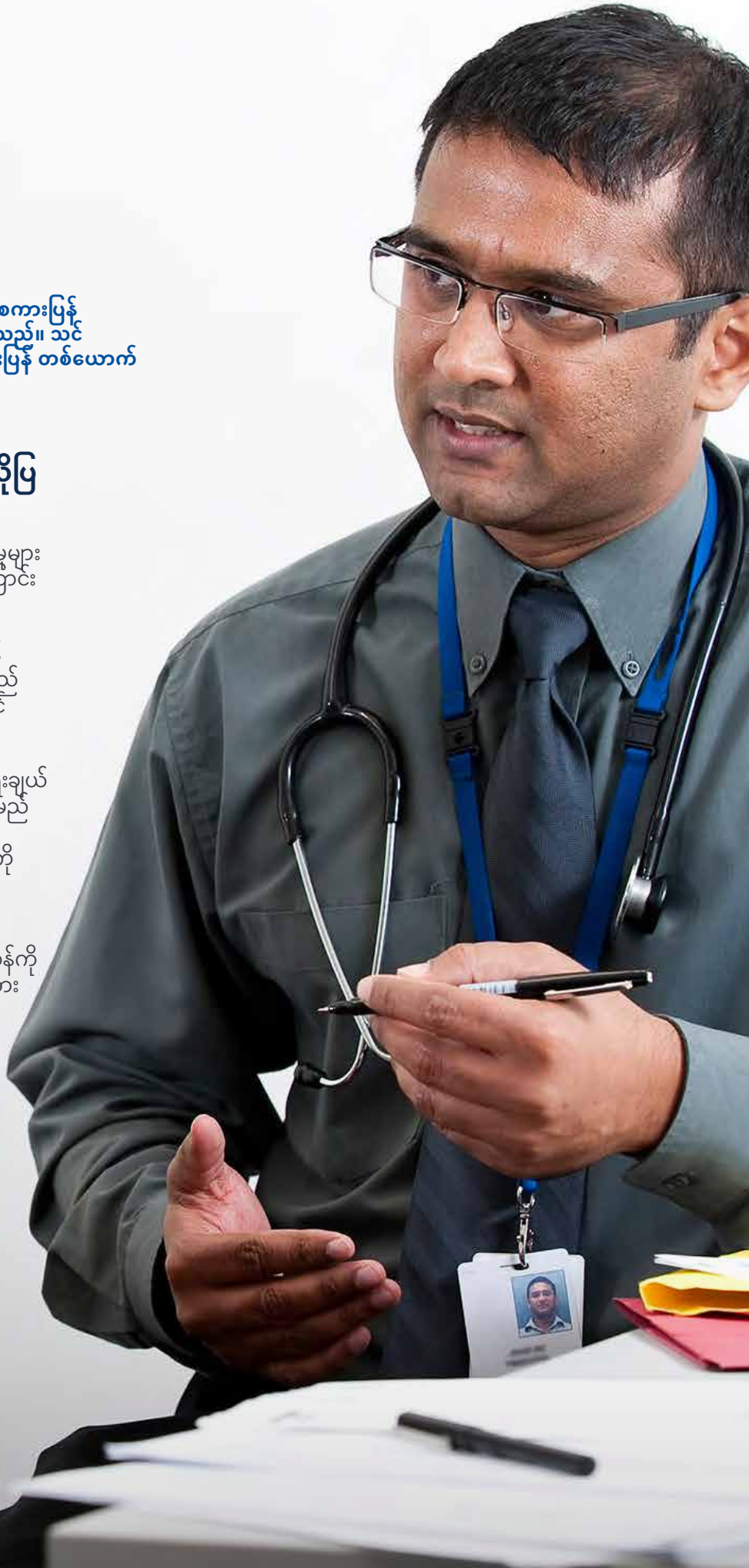
အထူးကုထံ သွားရောက်သည့်အခါ စကားပြန် တောင်းရန် သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။ သင့် ရက်ချိန်းယူသည့် အချိန်တွင် စကားပြန် တစ်ယောက် တောင်းယူနိုင်သည်။

specialist တစ်ယောက်ကို ဘယ်လိုပြ နိုင်သလဲ။

1. သင့်မိသားစုဆရာဝန်သည် ကနဦးစစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ပြီး အထူးကုနှင့်ပြသရန် လိုအပ်ကြောင်း ဟုတ်မဟုတ်ကို ဆုံးဖြတ်ပါမည်။
2. GP သည် သင့်အား အထူးကုထံသို့ ညွှန်ရန် စာ (referral) ရေးပေးလိမ့်မည်။ (အများပြည် သူအတွက် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး ပုဂ္ဂလိက ဖြစ်လျှင် ကုန်ကျစရိတ် ရှိမည်)
3. မည်သည့်အထူးကုကို ရည်ညွှန်းရန် သင်ရွေးချယ် နိုင်သနည်း နှင့် သင်၏ လွှဲပြောင်းပေးမှုကို မည် ကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်မည် ဆိုင်ရာ နောက်ထပ် အချက်အလက်များအတွက် သင့်ဆရာဝန်ကို မေးမြန်းပါ။

အထူးကုနှင့်တွေ့ရန် စောင့်ဆိုင်းနေချိန်တွင် သင့် အခြေအနေ ပြောင်းလဲလာပါက မိသားစုဆရာဝန်ကို ပြောရန် အရေးကြီးပါသည် ၎င်းတို့သည် သင့်အား ပြုစုစောင့်ရှောက်နိုင်ပြီး လိုအပ်ပါက အထူးကု ဆရာဝန်ထံ အပ်ဒီတ် လုပ်ပေးနိုင်သည်။

အများပြည်သူ စနစ်တွင် အထူးကုဆရာဝန် တစ်ဦးကို အခမဲ့တွေ့နိုင်ပြီး စောင့်ဆိုင်း ရန်လိုအပ်နိုင်သည်။ စောင့်ရမည့်အချိန်သည် သင့်ကျန်းမာရေးအခြေအနေ၏ အရေးပေါ် အခြေအနေပေါ် မူတည်ပါသည်။ အခကြေးငွေ ဖြင့် ပုဂ္ဂလိက အထူးကုကို သင်တွေ့နိုင်သည်။ ကုန်ကျစရိတ်များနှင့် ငွေပေးချေမှု အစီအစဉ် များ ရှိမရှိ မေးမြန်းပါ။



အရေးပေါ်



လူနာတင်ကားခေါ်ခြင်း သို့မဟုတ် အရေးပေါ်ဌာနသို့သွားသည့်အခါ စကားပြန်တောင်းရန် သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။

အပြင်းနေမကောင်းဖြစ်လျှင် သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပါက ဘာလုပ်သင့်သနည်း။

ဩစတေးလျတွင် **Triple Zero '000'** သို့ညှိသုံးလုံးသည် ရဲ့ မီးသတ်နှင့် လူနာတင်ယာဉ် ဝန်ဆောင်မှုအတွက် ခေါ်ဆိုရန် အရေးပေါ် နံပါတ်ဖြစ်သည်။

သင့်တွင် ဤလက္ခဏာများရှိပါက ambulance ကို ခေါ်သင့်သည်-

- ဆိုးဆိုးဝါးဝါး ရင်ဘတ်အောင့်လျှင်
- မျက်နှာ ရုတ်တရက် အားနည်းခြင်း သို့မဟုတ် ထုံခြင်း၊ လက်များ သို့မဟုတ် ခြေထောက်များ
- မထိန်းချုပ်နိုင်လောက်အောင် သွေးထွက်ခြင်း
- အသက်ရှူကျပ်ခြင်း
- ရုတ်တရက် ပြိုကျခြင်း သို့မဟုတ် ပြုတ်ကျခြင်း
- ပြင်းထန်စွာပူလောင်ခြင်း။

လူနာတင်ယာဉ်ဝန်ဆောင်မှုသည် အသေးစားဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် ဖျားနာမှုများအတွက်မဟုတ်ပါ။ သင့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေ သို့မဟုတ် ဒဏ်ရာသည် အရေးပေါ် ဖြစ်မဖြစ် မသေချာပါက 13 HEALTH **13 43 25 84** သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

သင် Queensland တွင်နေထိုင်ပါက လူနာတင်ယာဉ်သည် အခမဲ့ဝန်ဆောင်မှုဖြစ်သည်။

သင် နေရပ်ဒေသ emergency department (ED) သို့လည်း သွားနိုင်သည်။ ဤသည်မှာ အခမဲ့ ဝန်ဆောင်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ **ED များကို တစ်ပတ်လျှင် 7 ရက် တစ်ရက်လျှင် 24 နာရီ ဖွင့်ပါသည်။**



ENGLISH

Calling an ambulance

BURMESE

အရေးပေါ်လူနာတင်ယာဉ်ကို ခေါ်ခြင်း



ဆေးရုံများ



ဆေးရုံတက်နေစဉ် စကားပြန်တောင်းရန် သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။

ဆေးရုံနေရမယ်ဆိုလျှင် မည်သို့လုပ်မည်နည်း။

သင်သည် အပြင်းနေမကောင်းဖြစ်နေပါက သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပါက သို့မဟုတ် ခွဲစိတ်ကုသရန် လိုအပ်ပါက ဆေးရုံတွင်နေရန် လိုအပ်နိုင်သည်။

သင်ဆေးရုံတက်သောအခါတွင်၊ ဆေးရုံဝန်ထမ်းများသည် သင်အား ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး သင်လိုအပ်သမျှကို သေချာစေမည်ဖြစ်သည်။ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး၊ စကားပြန်၊ သန့်ရှင်းရေးသုံးပစ္စည်းများ၊ အစားအသောက်နှင့် သောက်စရာများကို အခမဲ့တောင်းခံနိုင်သည်။

ကျွန်ုပ်ကလေး ဆေးရုံမှာ ညအိပ်နေရမည်ဆိုလျှင် မည်သို့လုပ်မည်နည်း။

အရွယ်ရောက်ပြီးသူ တစ်ဦးတည်းသာ ကလေးနှင့်အတူ အိပ်နိုင်သည်။ အခြားမိသားစုဝင်များလည်း လာရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ ဆေးရုံသို့လာရောက်သည့်အချိန်နှင့်ပတ်သက်ပြီး သူနာပြုနှင့် မေးမြန်းပါ။

ဆေးရုံတွင် ရှိနေစဉ် သင့်ကလေး၏ အခြေအနေနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ပူပါက ဆေးရုံဝန်ထမ်းများအား ပြောပြရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင့်ကလေးအား သင်အသိဆုံးဖြစ်ပါသည်။

ဆေးရုံများတွင် မိမိ၏အခွင့်အရေးကို သိပါ

သင်အား ပြုစုစောင့်ရှောက်နေသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းသည် သင်မည်သို့ခံစားနေရသည်ကို မသိနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့အား လိုအပ်သည့် အကောင်းဆုံး စောင့်ရှောက်မှုများ ပေးစွမ်းနိုင်စေရန် ၎င်းတို့အား အသိပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် သင့်မိသားစုဝင်သည် ပိုမိုကောင်းမွန်လာခြင်း သို့မဟုတ် မျှော်လင့်ထားသည့်အတိုင်း တိုးတက်မလာသည် ဟု ခံစားရပါက၊ အကူအညီပိုမိုရရှိရန် Ryan's Rule ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်ကို သင်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

Ryan's Rule အကြောင်း ပိုမိုလေ့လာရန် QR ကုဒ်ကို စကင်န်လုပ်ပါ။



ENGLISH

About Ryan's Rule



ဆေးဝါးများ



ဆေးဆိုင်တွင် စကားပြန်တောင်းရန် သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။

ဆေးဘယ်လိုရနိုင်မလဲ။

Pharmacists 'ဆေးဆိုင်' တွင် အလုပ်လုပ်သည် သို့မဟုတ် 'ဓာတ်ပေးပညာရှင်'။ ဆေးဝါးပညာရှင်များအောက်ပါအတိုင်း လုပ်နိုင်သည်-

- အသေးစားဖျားနာမှုများ သို့မဟုတ် ဒဏ်ရာများအကြောင်း အကြံဉာဏ်ပေးသည်။
- သင့်ဆရာဝန်က သင့်အား prescription တစ်ခုပေးသောအခါ (တစ်ခါတစ်ရံ 'script' ဟုခေါ်သည်)
- မိသားစုဆရာဝန်ထံမှ ဆေးညွှန်းမလိုသော ဆေးဝါးများကို ရောင်းချပေးသည်။
- တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးအပါအဝင် ကာကွယ်ဆေးအမျိုးအစားအချို့ကို သင့်အား ပေးသည်။

generic medicines အတွက် သင်သည် ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်သူကို မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ကုန်အမှတ်တံဆိပ် တူညီသော အမည်ရှိသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ active ingredient ပါရှိပြီး ထိုဆေးများသည် များသောအားဖြင့် ဈေးသက်သာပါသည်။ ဩစတေးလျတွင်၊ ဆေးဝါးပညာရှင်များသည် ကုန်အမှတ်တံဆိပ် အမျိုးအစား အမည်ရှိသော ဆေးဝါးများနှင့် တူညီသောနည်းလမ်းအတိုင်း အလုပ်လုပ်ဆောင်ပါက ယေဘုယျဆေးဝါးများကိုသာ ရောင်းချနိုင်သောကြောင့် ၎င်းတို့သည် စိတ်ချစွာသုံးစွဲနိုင်ကြောင်း သင်သိသင့်ပါသည်။

သင့်တွင် တူညီသောရောဂါရှိလျှင်လည်း သင့်ဆေးညွှန်း၏ ဆေးများကို မမျှဝေပါနှင့်။



စိတ်သုခ



ဤဝန်ဆောင်မှုများအားလုံးသည် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး လျှို့ဝှက်ထားသည်။ ဖုန်းခေါ်ဆိုသည့်အခါ စကားပြန်တစ်ဦးကို အခမဲ့တောင်းခံနိုင်သည်။

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင်

သင် သို့မဟုတ် သင်သိသော သူတစ်ယောက်သည် အသက်အန္တရာယ်ရှိသော အခြေအနေတွင် ရှိနေပါက

တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်



လူနာတင်ယာဉ်

☎ 000

အရေးပေါ်အကူအညီ

နေမကောင်းသော ခံစားချက်ရှိလျှင် တစ်ယောက်ယောက်ကို ချက်ချင်းစကားပြောချင်ပါက

တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်



Lifeline

☎ 13 11 44



1300 MH CALL

☎ 1300 642 255



Suicide Helpline Call Back Service

☎ 1300 659 467

သင့်ဆရာဝန်နှင့် စကားပြောပါ

သင်၏ GP နှင့် ရက်ချိန်းယူပြီး သင်၏ စိတ်ကျန်းမာရေး ကုသမှု ရွေးချယ်စရာများအကြောင်း ဆွေးနွေးပါ။ ၎င်းတို့သည် အကြံဉာဏ်များ၊ mental health treatment plans ကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပြီး လိုအပ်ပါက သင့်အား အခြားဝန်ဆောင်မှုများထံ ညွှန်ပေးနိုင်ပါသည်။

အကြံဉာဏ်ပေးသော ဖုန်းလိုင်းများ

QPASTT

ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှုနှင့် စိတ်ဒဏ်ရာများ၏ ထိခိုက်အကျိုးသက်ရောက်မှုအတွက် အထူးပြုသည့် အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်အား ပြသပါ။

☎ တနင်္လာ-သောကြာ မနက် ၉:၀၀ မှ ညနေ ၅:၀၀ ထိ

☎ (07) 3391 6677

Multicultural Connect Line

သင်စိုးရိမ်ပူပန်မှု သို့မဟုတ် စိတ်ဖိစီးနေပါက တစ်စုံတစ်ဦးနှင့် စကားပြောပါ။

☎ တနင်္လာ-သောကြာ မနက် ၉:၀၀ မှ ညနေ ၄:၃၀ ထိ

☎ 1300 079 020

Kids Helpline

အသက် ၅ နှစ်မှ ၂၅ နှစ်ကြား လူငယ်များအတွက် တယ်လီဖုန်းနှင့် အွန်လိုင်း အကြံဉာဏ်ပေးခြင်း။

☎ တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်

☎ 1800 551 800

Beyond Blue

အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်ထံ အွန်လိုင်းတွင် စကားပြောပါ။

🌐 www.beyondblue.org.au

Head to Health

စိတ်ကျန်းမာရေးပညာရှင်နှင့် ဖုန်းပြောပါ

☎ တနင်္လာ-သောကြာ ၈:၃၀ မှ ၅:၀၀ နာရီ

☎ 1800 595 212

Queensland Transcultural Mental Health Centre

အကြံဉာဏ်နှင့် ပံ့ပိုးမှုများအတွက် စိတ်ကျန်းမာရေး ဆေးဝါးကုသပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးပါ။

☎ တနင်္လာ-သောကြာ မနက် ၈:၃၀ မှ ညနေ ၄:၃၀ ထိ

☎ (07) 3317 1234

MensLine

အမျိုးသားများအတွက် တယ်လီဖုန်းနှင့် အွန်လိုင်း အကြံဉာဏ်ပေးခြင်းတို့ကို ပံ့ပိုးပေးသည်။

☎ တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်

☎ 1300 78 99 78

DVConnect

မိသားစု သို့မဟုတ် အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု ကြုံနေရသူများအတွက် တယ်လီဖုန်း ပံ့ပိုးမှု။

☎ DV Womensline - 1800 811 811

☎ DV Mensline - 1800 600 636

ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုများ

ပုံမှန် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုများ

ပုံမှန်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုများ သို့မဟုတ် 'screens' သည် ကျန်းမာရေးပြဿနာများ၏ အစောပိုင်းလက္ခဏာများကို တွေ့ရှိနိုင်သည်။ ပြဿနာများကို စောစီးစွာရှာဖွေခြင်းသည် ကုသမှုကို စောစီးစွာရရှိနိုင်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။ သင့်အသက်အရွယ်၊ ကျန်းမာရေး၊ မိသားစု ရာဇဝင်နှင့် လူနေမှုပုံစံရွေးချယ်မှုများကဲ့သို့ သော အချက်များစွာသည် သင့်စစ်ဆေးရန် လိုအပ်သည့် အကြိမ်ရေအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိသည်။

အသက်အရွယ်အလိုက် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အကြံပြုထားသော ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုများ သို့မဟုတ် screening programs အကြောင်း သင့်မိသားစုဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးသင့် သည်။

လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အစီအစဉ်မှတစ်ဆင့် အသစ်ရောက်ရှိလာသူများသည် မိသားစုဆရာဝန် တွင် အခမဲ့ ဒုက္ခသည်များ၏ ကျန်းမာရေးအကဲဖြတ် ချက်ကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်တွင် အဘယ်ကြောင့်တစ်ခုရှိသင့်သနည်း၊ မျှော်လင့်ရမည့်အရာများအပါအဝင် ဒုက္ခသည် ကျန်းမာရေးအကဲဖြတ်မှုအကြောင်း နောက်ထပ်ဖတ် ရန် အောက်ပါ QR ကုဒ်များကို စကင်ဖတ်ပါ။

ဒုက္ခသည် ကျန်းမာရေး အကဲဖြတ်ခြင်း သည် ချိန်း ဆိုမှု 2-3 ကြိမ်ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ပြီး သင့်ချိန်းဆိုမှု အပြီးတွင် နောက်ထပ်တက်ရောက်ရန် လိုအပ်သည့် ရက်ချိန်းရှိမရှိ မေးမြန်းရန် မမေ့ပါနှင့်။

အကြားအာရုံ စစ်ဆေးမှုများ

သင့်အကြားအာရုံအတွက် စိုးရိမ်နေပါက သင့်အကြား အာရုံကို စစ်ဆေးရန် 'audiologist' သို့ သွားနိုင် ပါသည်။

အသံပိုင်းဆိုင်ရာ ချိန်းဆိုမှုအားလုံးသည် အခမဲ့မဟုတ် ပါ။ သင့်ချိန်းဆိုမှုမပြုမီ သင့်ဆရာဝန်နှင့် မေးမြန်းပါ။

(Queensland Healthy Hearing Program) ကွင်း စလန် ကျန်းမာသော အကြားအာရုံ အစီစဉ်သည် Queensland ကွင်းစလန်း ဆေးရုံများ (အများပြည် သူနှင့် ပုဂ္ဂလိက) တွင်မွေးဖွားသော ကလေးများ အားလုံးအတွက် အခမဲ့ အကြားအာရုံစစ်ဆေးမှုများ ကို ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။ အဆိုပါအစီအစဉ် သည် ဘဇ် နှစ်အောက် ကလေးများအတွက် နောက်ထပ် ဝန်ဆောင်မှုများပေးလေ့ရှိသည်။

ဖျားနာမှုကို ကာကွယ်ရန် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုများကို အကြံပြုထားသည်



ပုံမှန်ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုများ



အကြားအာရုံ စစ်ဆေး မှုများ



ခံတွင်းကျန်းမာရေး (သွား) စစ်ဆေးခြင်း။



မျက်စိ စစ်ဆေးမှုများ



ကင်ဆာ စစ်ဆေးခြင်း

ENGLISH



Refugee Health Assessment

BURMESE



ဒုက္ခသည် ကျန်းမာရေး အကဲဖြတ်ခြင်း





သင်၏ သွားဆရာဝန် ချိန်းဆိုမှုတွင် စကားပြန်တစ်ဦးကို တောင်းခံပါ။ ၎င်းသည် အများသဘာ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများတွင် အခမဲ့ ဖြစ်သည်။

ခံတွင်းကျန်းမာရေး (သွား) စစ်ဆေးခြင်း

လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုအစီအစဉ်ဖြင့် ဩစတြေးလျသို့ ပထမဆုံးရောက်ရှိလာသည့်အခါ (Queensland) ကွင်းစလန်း အများသဘာ သွားဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုဖြင့် သွားဖက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်မှ သင့်သွားများကို စစ်ဆေးပြီး အခမဲ့ ကုသနိုင်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်တွင် ဆက်လက်စစ်ဆေးမှုများနှင့် ကုသမှုများ လိုအပ်သည် နှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုကတ် တစ်ခု သို့မဟုတ် ပင်စင်စားသက်သာခွင့်ကတ်ရှိပါက၊ သင့်သည် **1300 300 850** သို့ခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် သင့်အနီးရှိ ပြည်သူ့ခံတွင်းကျန်းမာရေးဌာနတွင် အခမဲ့ ရက်ချိန်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ စောင့်ဆိုင်းချိန် ကြာနိုင်ပါသည်။

အသက် ၁၇ နှစ်အထိ ကလေးများသည် ပြည်သူ့ခံတွင်းကျန်းမာရေးဌာနတွင် ဆေးစစ်ခြင်းနှင့် အခြေခံကုသမှုများကို အခမဲ့ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ သွားနှင့်ခံတွင်းစစ်ဆေးခြင်းကို နှစ်စဉ်ပြုလုပ်ရန် အကြံပြုထားသည်။

သင့်တွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကတ်မရှိပါက၊ သင့်သည် ပုဂ္ဂလိက သွားဆရာဝန်ထံ ရက်ချိန်းယူကာ သင့်တွင်လိုအပ်သော ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အခကြေး ပေးဆောင်ရန်လိုအပ်နိုင်ပါသည်။ အချို့သော သွားနှင့်ခံတွင်း ကုသမှုများကို ပုဂ္ဂလိကသွားဆရာဝန်တွင်သာ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

မျက်စိစစ်ဆေးမှုများ

မျက်စိပြဿနာရှိသည်မှာ အမြဲမထင်ရှားသောကြောင့် ပုံမှန်မျက်စိစစ်ဆေးရန် အရေးကြီးသည်။ သင့်သည် 'optometrist' သို့ သွားသင့်မည်။

မျက်စိစစ်ဆေးခြင်းသည် သင့်မျက်လုံးကျန်းမာခြင်းရှိမရှိ သို့မဟုတ် မျက်မှန်အပါအဝင် အခြားကုသမှုများ လိုအပ်ပါက သင့်အား ပြောပြလိမ့်မည်။

၆၅ နှစ်အောက်လူများသည် Medicare ကတ်ဖြင့် သုံးနှစ်တစ်ကြိမ် အခမဲ့ မျက်စိစစ်ဆေးခြင်းကို ရနိုင်ပါသည်။ Medicare ကတ်ဖြင့် အသက် ၆၅ နှစ်အထက်ရှိသူများသည် နှစ်စဉ် အခမဲ့ မျက်စိစစ်ဆေးခြင်းကို ရနိုင်ပါသည်။

သင့်တွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကတ် (Health Care card) တစ်ခုရှိပါက အခြေခံမျက်မှန်ကို ၂ နှစ်တစ်ကြိမ် အခမဲ့ရနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ (Spectacle Supply Scheme) မျက်မှန်ထောက်ပံ့ရေးအစီအစဉ်အကြောင်း သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် မျက်စိအထူးကုဆရာဝန်ထံ မေးမြန်းပါ။



ENGLISH



More information and locations in Queensland

BURMESE







သင့်သွားများကို ကျန်းမာစွာ ထားခြင်း



ကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်း

ကင်ဆာသည် ကြီးထွားရန် အချိန်အတော်ကြာနိုင်ပြီး အစောပိုင်းအဆင့်တွင် ရှိနေစဉ်နှင့် လူတစ်ဦးတွင် မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမျှ မရှိပေမဲ့ ကင်ဆာကို ရှာဖွေနိုင်သည်။

ကင်ဆာရောဂါကို အစောပိုင်းအဆင့်တွင် ရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်းဖြင့် ကုသရန် ပိုမိုကောင်းမွန်သော အခွင့်အလမ်း ရှိပြီး လူသည် အသက်ရှင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ကင်ဆာအမျိုးအစားအမျိုးမျိုးကို စစ်ဆေးနိုင်သော်လည်း ဩစတြေးလျတွင် အလွယ်တကူ စစ်ဆေးနိုင်သော အမျိုးသားကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်းအစီအစဉ် သုံးခုရှိသည်။

	ရင်သား ကင်ဆာ		အူမကြီး ကင်ဆာ	သားအိမ်ခေါင်း ကင်ဆာ
အသက်	၅၀-၇၄	၄၀-၄၉ သို့မဟုတ် ၇၅+	၅၀-၇၄	၂၅-၇၄ နှစ် အသက်အရွယ်နှင့် လိင်ဆက်ဆံမှု တစ်ခုခုရှိဖူးသလား
ဘယ်လိုလဲ	BreastScreen Queensland (BSQ)	မိသားစုဆရာဝန်နှင့် ရက်ချိန်းယူပါ	အူမကြီးကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်း ကိရိယာကို အခမဲ့ စာပို့စနစ်ဖြင့် ရယူပါ။	မိသားစုဆရာဝန်နှင့် ရက်ချိန်းယူပါ
ကုန်ကျစရိတ်	Medicare ကတ်ဖြင့် အခမဲ့ ရနိုင်သည်	(GP) မိသားစုဆရာဝန်သည် ရည်ညွှန်းချက်အတွက် အကြံပေးရန် အဖိုးခ ယူနိုင်သည်	Medicare ကတ်ဖြင့် အခမဲ့	အချို့သော (GP) မိသားစုဆရာဝန်များသည် ၎င်းကို အခမဲ့ပေးသည်။ ရက်ချိန်းယူသည့်အခါ ကုန်ကျစရိတ်ကို မေးမြန်းပါ
အဘယ် မကြာခဏ	နှစ်နှစ်တစ်ကြိမ်	သင့်ဆရာဝန်နှင့် စကားပြောပါ	နှစ်နှစ်တစ်ကြိမ်	ငါးနှစ်တစ်ကြိမ်
အင်္ဂလိပ်စာ အရင်းအမြစ်များ				
မြန်မာ အရင်းအမြစ်များ				

အကယ်၍ သင်သည် စိုးရိမ်မှုခံစားရပါက သို့မဟုတ် ဘယ်အသက်အရွယ်မရွေး ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိသည်၊ သင့်ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးပါ။

ကာကွယ်ဆေး ထိုးပါ



သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ချိန်းဆိုမှု
တွင် စကားပြန်တစ်ဦးကို တောင်းဆိုပါ။

Vaccinations သည် သင်နှင့် သင့်
မိသားစုအား ဖျားနာခြင်းနှင့် ဗိုင်းရပ်စ်
ပစ်များ ဥပမာ တုပ်ကွေး သို့မဟုတ်
COVID-19 တို့မှ ကာကွယ်ရန်
အရေးကြီးပါသည်။

တခါတရံ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အောက်ပါတို့ လိုအပ်
သည်-

- ကျောင်းနှင့် ကလေးထိန်းကျောင်းတွင် စာရင်းသွင်း
ရန်
- ခရီးသွားရန်အတွက်
- အချို့သောအလုပ်များအတွက်

အကယ်၍ သင်သည် မိဘတစ်ဦးဖြစ်ပါက
ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင်၏ Centrelink
ပေးချေမှုများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသ နည်း။

သင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် လိုအပ်သော
ကာကွယ်ဆေးများနှင့် မည်သို့မည်ပုံနှင့် မည်သည့်
အချိန်တွင် ရယူရမည်အကြောင်း သင့်မိသားစု
ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးပါ။

သင်နှင့် သင့်ကလေး၏ ကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း
ဘာသာပြန်မှတ်တမ်းကို သင့်မိသားစုဆရာဝန်ထံ
ပေးနိုင်ပါက ၎င်းတို့ကို ထပ်ခါတလဲလဲ ပြုလုပ်ရန် မ
လိုအပ်ပါ။ သင့်မှတ်တမ်းများကို အခမဲ့ ဘာသာပြန်ဆို
နိုင်ပါသည်။

ပိုမိုသိရှိလိုပါက သွားရောက်ကြည့်ရှုရန်
[Department of Home Affairs website](#)



ENGLISH

Free Translating
Service



ဝေါဟာရ

English	Burmese
<p>Allied health professional</p> <p>Trained healthcare professionals who can treat and help you take care of your physical or mental health such as physiotherapists, psychologists, and dietitians.</p>	<p>မဟာမိတ်ကျန်းမာရေးပညာရှင်</p> <p>သင်အား ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကို ပြုစုကုသပေးနိုင်သော လေ့ကျင့်ပေးထားသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်သူများဖြစ်သည့် ရူပဗေဒပညာရှင်၊ စိတ်ပညာရှင်နှင့် အစားအသောက် ပညာရှင်များ။</p>
<p>General practitioner / GP</p> <p>A general practitioner also known as ‘GP’ or ‘family doctor’ is usually the first person you go to when you are feeling sick or unwell. They are doctors who have focused their training to look after people of all ages with all different conditions. They work at GP practices or medical centres in the community.</p>	<p>အထွေထွေရောဂါကုဆရာဝန်/GP</p> <p>‘GP’ သို့မဟုတ် ‘မိသားစုဆရာဝန်’ ဟုလည်းသိကြသည့် အထွေထွေရောဂါကုဆရာဝန်သည် များသောအားဖြင့် သင် ဖျားနာခြင်း သို့မဟုတ် နေမကောင်းဖြစ်နေချိန်တွင် သင်သွားရမည့် ပထမဆုံးလူဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် အမျိုးမျိုးသော အခြေအနေများဖြင့် အသက်အရွယ်မရွေး ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် ၎င်းတို့၏ လေ့ကျင့်မှုကို အာရုံစိုက်ခဲ့ကြသော ဆရာဝန်များ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် ရုပ်ရှာအတွင်းရှိ GP အလေ့အကျင့်များ သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဌာနများတွင် အလုပ်လုပ်သည်။</p>
<p>Specialist</p> <p>A doctor that has focused their training on a specific type of medicine for a particular area of the body like the heart (cardiologist), a skill set like surgery or particular age group like child health (paediatrics).</p>	<p>အထူးကု</p> <p>နည်းအထူးကု (နည်းအထူးကု)၊ ခွဲစိတ်မှုကဲ့သို့သော ကျွမ်းကျင်မှု သို့မဟုတ် ကလေးကျန်းမာရေး (ကလေးအထူးကု) ကဲ့သို့သော အသက်အုပ်စုအလိုက် ကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာ သီးသန့်ဆေး အမျိုးအစားကို အာရုံစိုက်လေ့ကျင့်ပေးသည့် ဆရာဝန်။</p>
<p>Bulk billing</p> <p>Bulk-billing is a service that health professionals such as doctors, specialists, optometrists, and dentists can choose to offer.</p> <p>If your health professional offers bulk billing, the full cost of your appointment is covered by Medicare.</p>	<p>အစုလိုက် ငွေတောင်းခံခြင်း</p> <p>အစုလိုက်ငွေတောင်းခံခြင်းသည် ဆရာဝန်များ၊ အထူးကုဆရာဝန်များ၊ မျက်စိအထူးကုများနှင့် သွားဆရာဝန်များကဲ့သို့သော ကျန်းမာရေးပညာရှင်များကို ကမ်းလှမ်းရန် ရွေးချယ်နိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။</p> <p>သင်ကျန်းမာရေးပညာရှင်က အစုလိုက်ငွေတောင်းခံခြင်းကို ကမ်းလှမ်းပါက၊ သင့်ချိန်းဆိုမှု၏ ကုန်ကျစရိတ်အပြည့်အစုံကို Medicare မှ အကျုံးဝင်ပါသည်။</p>
<p>Gap fee / Medicare gap</p> <p>Sometimes you need to pay the whole fee for health services and Medicare will refund some of the cost. The amount you pay is called the ‘Medicare gap’.</p>	<p>ကွာဟကြေး / Medicare ကွာဟကြေး</p> <p>တစ်ခါတစ်ရံတွင် သင်သည် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အခကြေးငွေတစ်ခုလုံးကို ပေးဆောင်ရန် လိုအပ်ပြီး Medicare မှ ကုန်ကျစရိတ်အချို့ကို ပြန်အမ်းပေးမည် ဖြစ်သည်။ သင်ပေးချေသောပမာဏကို ‘Medicare gap’ ဟုခေါ်သည်။</p>

English

Referral

A letter from your doctor to a specialist asking for an appointment for you. If the referral is to a specialist in a public hospital, the hospital will contact you to make an appointment. If it is to a private specialist, you will need to make the appointment yourself and there will be a fee.

Ambulance

An ambulance is a vehicle with equipment that can provide emergency care to sick or injured people and get them to hospital quickly. Ambulances can also be used to transport patients between hospitals.

Emergency department

Emergency departments treat serious or life-threatening illnesses and injuries. They are open 24 hours a day, 7 days a week.

Chemist / pharmacy

A place where you can buy medicines and other health products, for example vitamins and sunscreens. If you have a prescription for medicine from your GP, a pharmacist will give these to you. You can also buy some medicines without a prescription. They are called 'over-the-counter medicines'.

Prescription / script

The document on which your doctor writes an order for medicine and which you give to a chemist or pharmacist to get the medicine.

Generic medicine

Generic medicines have the same active ingredient as brand-name medicines and work in the same way. They are often cheaper than brand-name medicines.

In Australia, pharmacies can only sell generic medicines if they work the same way as the brand-name medicine.

Burmese

ရည်ညွှန်းချက်

သင့်အတွက် ရက်ချိန်းတောင်းရန် သင့်ဆရာဝန်ထံမှ အထူးကုထံ စာတစ်စောင်။ အကယ်၍ အစိုးရဆေးရုံရှိ အထူးကုဆရာဝန်ထံ လွှဲပြောင်းပေးပို့ပါက ရက်ချိန်းယူရန် ဆေးရုံမှ သင့်အား ဆက်သွယ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ၎င်းသည် ပုဂ္ဂလိကအထူးကုဖြစ်ပါက သင်ကယ်တိုင်ရက်ချိန်းရယူရန်လိုအပ်ပြီး အခကြေးငွေပေးဆောင်ရလိမ့်မည်။

လူနာတင်ယာဉ်

လူနာတင်ယာဉ်သည် ဖျားနာသူ သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူများကို အရေးပေါ် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးကာ ဆေးရုံသို့ အမြန်ပို့ဆောင်နိုင်သည့် စက်ကိရိယာများပါရှိသော ယာဉ်ဖြစ်သည်။ လူနာတင်ယာဉ်များကို ဆေးရုံများကြားတွင် လူနာများကို ပို့ဆောင်ရာတွင်လည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အရေးပေါ်ဌာန

အရေးပေါ်ဌာနများသည် ပြင်းထန်သော သို့မဟုတ် အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ဖျားနာမှုများနှင့် ဒဏ်ရာများကို ကုသပေးသည်။ ၎င်းတို့သည် တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်၊ ၂၄ နာရီ ဖွင့်သည်။

ဓာတုဗေဒ/ဆေးဆိုင်

ဗီတာမင်နှင့် နေရောင်ကာခရင်မ်များ ဥပမာ ဆေးဝါးများနှင့် အခြားကျန်းမာရေး ထုတ်ကုန်များကို သင်ဝယ်ယူနိုင်သည့် နေရာ။ သင့်တွင် သင့်မိသားစုဆရာဝန်ထံမှ ဆေးညွှန်းတစ်ခုရှိလျှင် ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်သူက သင့်အား ၎င်းတို့ကို ပေးပါလိမ့်မည်။ ဆေးဝါးအချို့ကိုလည်း ဆေးစာမပါဘဲ ဝယ်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို 'ကောင်တာမှီဝယ်ယူနိုင်သောဆေးဝါးများ' ဟုခေါ်သည်။

ဆေးစာ/ဆရာဝန် ရေးပေးသော ဆေးစာ

သင့်ဆရာဝန်က ဆေးအတွက်အမှာစာရေးပြီး ဆေးဝါးရရန် ဓာတုဗေဒပညာရှင် သို့မဟုတ် ဆေးဝါးပညာရှင်ထံ ပေးသည့် စာရွက်စာတမ်း။

ယေဘုယျဆေးဝါး

ယေဘုယျဆေးဝါးများတွင် အမျိုးအစားအမှတ်တံဆိပ်အမည်ရှိသော ဆေးဝါးများကဲ့သို့ တူညီသော ထိရောက်မှုပါဝင်ပစ္စည်းရှိပြီး ထိုနည်းအတိုင်း အလုပ်လုပ်ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် နာမည်ကြီး ဆေးဝါးများထက် မကြာခဏ ဈေးသက်သာစေသည်။

ဩစတြေးလျတွင် ဆေးဆိုင်များသည် အမှတ်တံဆိပ်အမည်ခံဆေးဝါးများကဲ့သို့ အလုပ်လုပ်သော ယေဘုယျဆေးဝါးများကိုသာ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

English
Active ingredient
The main component in the medicine that makes it work.
Screening / screening programs
Screening involves simple tests that look for early signs of a disease, for example cancer, before you can see or feel any changes to your body. When you find a disease like cancer early, it is easier to treat successfully.
Optometrist
A person qualified to check your eyes for vision (how well you can see), eye disorders, or any other health problems.
Audiologist
A person qualified to check your hearing. An audiologist identifies, manages, and assesses hearing problems.
Vaccination / immunisation
Vaccines are given to children and adults, usually by injection, to prevent them from getting diseases This can prevent the disease from developing or can make it less severe.
Mental health treatment plan
A plan your GP writes with you to help support you to get better. It also can help with the costs to access support from other health professionals like psychologists and counsellors. A mental health treatment plan can be useful for people with minor mental health conditions or serious conditions, short-term or long-term illnesses. You don't already have to be diagnosed with a mental health condition to talk to your doctor about making a mental health treatment plan.

Burmese
ထိရောက်မှုရှိသော ပါဝင်ပစ္စည်း
ဆေးဝါး၏ အဓိက အစိတ်အပိုင်းမှာ ၎င်းကို အလုပ်ဖြစ်စေသည်။
စိစစ်/စိစစ်ရေး အစီအစဉ်များ
စိစစ် စစ်ဆေးခြင်းတွင် ရောဂါ၏ အစောပိုင်း လက္ခဏာများ ဥပမာ ကင်ဆာကို ရှာဖွေသည့် ရိုးရှင်းသော စမ်းသပ်မှုများ ပါဝင်သည်။ ကင်ဆာလိုရောဂါကို စောစီးစွာတွေ့ရှိပါက အောင်မြင်စွာကုသရန် ပိုမိုလွယ်ကူပါသည်။
မျက်စိအထူးကု
သင်မျက်လုံးအား အမြင်အာရုံ (မည်မျှကောင်းစွာမြင်နိုင်သည်)၊ မျက်လုံးပုံမှန်ခြင်း သို့မဟုတ် အခြားကျန်းမာရေး ပြဿနာများကို စစ်ဆေးရန် အရည်အချင်းပြည့်မီသူ။
အသံပညာရှင်
သင်အကြားအာရုံကို စစ်ဆေးရန် အရည်အချင်းပြည့်မီသူ။ အသံပညာရှင်တစ်ဦးသည် အကြားအာရုံပြဿနာများကို ခွဲခြားသတ်မှတ်၊ စီမံခန့်ခွဲကာ အကဲဖြတ်သည်။
ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း/ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း
ကလေးများနှင့် လူကြီးများကို ရောဂါများမကူးစက်စေရန် အတွက် ကာကွယ်ရန် ဆေးထိုး ပေးလေ့ရှိသည် ၎င်းသည် ရောဂါမကြီးထွားအောင် ဟန့်တားနိုင်သည် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်မှု လျော့နည်းသွားနိုင်သည်။
စိတ်ကျန်းမာရေးကုသမှုအစီအစဉ်
သင့်မိသားစုဆရာဝန်သည် သင့်အား ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးမည့် အစီအစဉ်တစ်ခုကို သင်နှင့်အတူ ရေးသားထားသည်။ စိတ်ပညာရှင်နှင့် အတိုင်ပင်ခံများကဲ့သို့သော အခြားကျန်းမာရေးပညာရှင်များ၏ ပံ့ပိုးကူညီမှုရရှိရန် ကုန်ကျစရိတ်များကိုလည်း ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ စိတ်ကျန်းမာရေး ကုသမှု အစီအစဉ်သည် အသေးစား စိတ်ကျန်းမာရေး အခြေအနေများ သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော အခြေအနေများ၊ ရေတို သို့မဟုတ် ရေရှည် နာမကျန်းမှုများ ရှိသူများအတွက် အသုံးဝင်ပါသည်။ စိတ်ကျန်းမာရေး ကုသမှု အစီအစဉ်တစ်ခု ပြုလုပ်ရန် သင့်ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးရန် စိတ်ကျန်းမာရေး အခြေအနေကို စစ်ဆေးရန် မလိုအပ်ပါ။

အရေးကြီးသောအဆက်အသွယ်များ

Case Manager/Case Worker/အမှုအခင်းမန်နေဂျာ/အမှုတွဲအလုပ်သမား _____

GP/GP မိသားစုဆရာဝန် _____

Nurse/သူနာပြု _____

Dentist/သွားဆရာဝန် _____

Other/တခြား _____

Notes/မှတ်စုများ) _____

ဤအရင်းအမြစ်ကို **Queensland Health** နှင့် တိုင်ပင်ပြီး **Refugee Health Network Queensland** မှတစ်ဆင့် ယဉ်ကျေးမှုပေါင်းစုံအသိုက်အဝန်းများနှင့် ဆေးခန်းပညာရှင်များမှ သုံးသပ်ချက်များဖြင့် **Mater Refugee Health** မှ ဖန်တီးထားပါသည်။ ၎င်းတွင် ယေဘုယျ ကျန်းမာရေး အချက်အလက်များသာ ပါရှိသည်။ နောက်ထပ် လမ်းညွှန်ချက် သို့မဟုတ် တိကျသော အကြံဉာဏ်များ ရရှိရန်အတွက် သင့် ကျန်းမာရေးပညာရှင်နှင့် စစ်ဆေးပါ။

ဤလုပ်ငန်းကို **Brisbane South PHN** မှတစ်ဆင့် ဩစတြေးလျအစိုးရမှ ရန်ပုံငွေဖြင့် ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ **(Australian Government)** ဩစတြေးလျအစိုးရသည် ဤစည်းအတွက် ရန်ပုံငွေထည့်ဝင်ထားသော်လည်း၊ ၎င်းသည် အကြောင်းအရာကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းမပြုဘဲ အသုံးပြုခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာများ၊ ဆိုးရွားမှု သို့မဟုတ် ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုများအတွက် တာဝန်မရှိပါ။



REFUGEE HEALTH
NETWORK QUEENSLAND

