میرا CHI نمبر:

گھر پر اپنی صحت کی دیکھ بھال

مجھ سے رابطہ کریں آپ کو گھر پر اپنی صحت اور فلاح و بہبود کی دیکھ بھال میں مدد دے سکتا ہے۔ سسٹم آپ کی صحت کے بارے میں پوچھنے کے لیے آپ سے متفقہ وقفوں میں ازخود رابطہ کرے گا۔ یہ موبائل ایپ اور ویب سائٹ یا پھر تحریری پیغام یا خودکار فون کال کے ذریعے ایک مفت سروس ہے۔ آپ کا معالج آپ کے لیے موزوں ترین آپشن پر آپ سے بات کرے گا۔

STEP 1

موبائل ایپ یا ویب سائٹ

ابتدائی انرولمنٹ پر، آپ کو ایک ای میل موصول ہوگی جس میں یہ وضاحت ہوگی کہ آپ Inhealthcare میں کیسے رجسٹر ہوسکتے ہیں، یہ آپ کو سروس سے متعارف کروائے گی اور یہ وضاحت کرے گی کہ ایپ کو کیسے ڈاؤن لوڈ کیا جائے اور محفوظ ویب سائٹ پر ویب لنک کیسے استعمال کیا جائے۔

ان ای میلز کے لیے اپنی جنک ای میلز چیک کریں۔

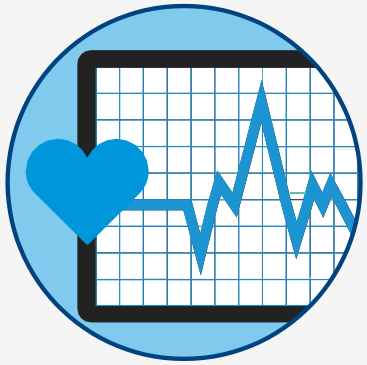
یا متن پیغام

آپ کو سروس کے استعمال کے حوالے سے معلومات پر Inhealthcare سے موبائل پیغامات کا ایک تسلسل موصول ہوگا۔

یا خودکار کال

آپ کو ایک خودکار فون کال موصول ہوگی جس پر آپ کو سروس کے استعمال کے لیے اپنا ٹیلیفون کی پیڈ استعمال کرنے کا کہا جائے گا۔

STEP 2



سسٹم آپ کی صحت اور/یا طبی پیمائشوں کے بارے میں چند سادہ سوالات پوچھنے کے لیے آپ سے وقتاً فوقتاً باقاعدگی سے رابطہ کرے گا۔

اوقات اور تسلسل پر آپ کے معالج کی رضامندی حاصل کی جائے گی۔

STEP 3

اس کے بعد کیا ہوگا؟

جب آپ اپنے جوابات جمع کروا دیں گے تو آپ کو مشورہ دیا جائے گا جو آپ کو ہر ممکن حد تک صحت مند رہنے میں مدد دے گا۔

- **اگر میری صحت بہتر ہو جائے تو کیا ہوگا؟**
  اگرچہ آپ بہتر محسوس کر رہے ہوں، پھر بھی آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ اسے اُس وقت تک جاری رکھیں جب تک مجھ سے رابطہ کریں کی سروس ختم نہ ہو جائے یا آپ کو اسے روکنے کا مشورہ نہ دے دیا جائے۔
- **اگر میری صحت بگڑ جائے تو کیا ہوگا؟**
  اگر آپ کی صحت مزید بگڑ جائے یا سسٹم کی جانب سے آپ کو اشارہ دیا جائے تو اپنے مینجمنٹ پلان پر عمل کریں اور حسبِ ضرورت طبی مشاورت طلب کریں۔
- **اگر میں اسے روکنا چاہوں تو؟**
  آپ کو ہدایت کی جاتی ہے کہ آپ اپنے معالج کے ساتھ طے شدہ وقت تک نگرانی جاری رکھیں۔

  اگر آپ ایپ یا مریض کا پورٹل استعمال کرتے ہیں تو آپ کام کے عدم انتخاب کا استعمال کرسکتے ہیں، اگر آپ موبائل پیغام کا استعمال کرتے ہیں تو آپ کسی بھی وقت روکیں کا پیغام لکھ کر بھیج سکتے ہیں اور اگر آپ خودکار فون کال کا ورژن استعمال کرتے ہیں تو آپ عدم انتخاب کے لیے اپنے کی پیڈ پر **2** کو منتخب کرسکتے ہیں۔
- **میری صحت کی معلومات کا کیا ہوگا؟**
  NHS اسکاٹ لینڈ کی جانب سے ذاتی صحت کی معلومات کے استعمال کا طریقہ یہاں دیکھیں
  NHS Inform۔

Digital Health & Care Scotland

TEC Technology Enabled Care

مدد یا معاونت کے لیے براہِ کرم رابطہ کریں:

NESD1552-03: جولائی 2022