



ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਨਿਸ਼ਚਤ ਹੋ ਕਿ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਾਂ।



ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਅਲਬਰਟਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਨਿਸ਼ਚਤ ਹੋ ਕਿ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤੇ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, 24 ਘੰਟੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੇ ਸਲਾਹ ਲਓ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:

811



ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ

ਇਹ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਅਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ, ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ, ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਨੈਟਵਰਕ (ਪੀਸੀਐੱਨ) ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਪੀਸੀਐੱਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕੱਠਿਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪੀਸੀਐੱਨ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ www.albertapci.ca ਤੇ ਜਾਓ।

811



ਤਤਕਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ - ਅਚਾਨਕ ਪਰ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਲਈ ਵਧਾਏ ਗਏ ਸਮੇਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ, ਮੋਚ, ਦਮਾ, ਦਰਦ, ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਅਤੇ ਕੱਟ।



ਚਲ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ - ਅਚਾਨਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣ ਸਮੇਤ, ਤਤਕਾਲ ਪਰ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ।



ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਲੀਨਿਕ - ਵਧਾਏ ਗਏ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ, ਜੋ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਿਕਿਤਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਆਦਤ ਜਾਂ ਮਾਨਸਕ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਸਮੁਦਾਏ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ - ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਚਾਰ, ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸੱਟ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਸ਼ੌਂਕ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸੰਕ੍ਰਮਕ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਸਿਹਤ।



MyHealth.Alberta.ca - ਇਹ ਵੈਬਸਾਈਟ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਕੋ ਇੱਕ ਥਾਂ ਹੈ।



ਦਵਾਫਰੋਸ਼ - ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦਾ ਨਵੀਨੀਕਰਨ ਕਰਨਾ, ਮਾਮੂਲੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ, ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧਵੀਂ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਭੇਜਣਾ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।



ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ - ਕਈ ਮੋਚਾਂ, ਛੋਟੇ ਕੱਟਾਂ ਅਤੇ ਦਰਦ, ਕੰਨ ਦੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣਾਂ ਅਤੇ ਫਲੂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਂਗ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਵਧਾਏ ਗਏ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਵੀ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।



ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ - ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ, ਜੋ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜਖਮੀ ਹਨ। ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ ਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਵੇਲੇ 911 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।