4 आपका स्वास्थ्य और स्वास्थ्य सेवाओं का अधिकार

स्क्रीनिंग इंटरव्यू में अपने स्वास्थ्य के बारे में बात करना

UK

स्क्रीनिंग इंटरव्यू या "दिलिटिल इंटरव्यू" आमतौर पर आपके यूके में आने के तुरंत बाद लिया जाता है। कभी-कभी यह आपके यूके में प्रवेश के पहले दिन भी लिया जाता है। उस समय आप थके हुए या परेशान भी हो सकते हैं। अधिकतर लोगों को इंटरव्यू से पहले किसी वकील से बात करने का अवसर नहीं मिलता। **आप तैयार रहें।** यदि आपको इंटरव्यू के लिए अपना स्वास्थ्य सही न लग रहा हो, तो शुरुआत में ही सूचित करें।

इस इंटरव्यू के दौरान, आपसे पूछा जाएगा कि क्या आपको कोई बीमारी है, आप विकलांग तो नहीं हैं, क्या आपको कोई संक्रामक रोग हैं, या क्या आप किसी चीज़ की दवा ले रहे हैं। आपसे यह भी पूछा जाएगा कि क्या आप अपने स्वास्थ्य के बारे में कोई अन्य जानकारी साझा करना चाहते हैं। **यह अतिआवश्यक है कि स्क्रीनिंग इंटरव्यू के दौरान जब आपसे आपके स्वास्थ्य के बारे में पूछा जाए तो आप अपनी स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के बारे में स्पष्ट रूप से बताएं।**

यह जानकारी क्यों साझा करें?

आपको होम ऑफिस को अपनी सभी स्वास्थ्य समस्याओं के बारे में बताना चाहिए ताकि आपको सही इलाज प्रदान किया जा सके। यदि होम ऑफिस को लगता है कि आपका स्वास्थ्य आपको प्रभावित करता है, तो उन्हें आपको अतिरिक्त सहायता देने की आवश्यकता हो सकती है।

आपके द्वारा अपने स्वास्थ्य के बारे में साझा की गई जानकारी का आपके यूके में शरण के लिए आवेदन के परिणाम पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा।

अपने शारीरिक स्वास्थ्य के बारे में बात करना

आपको अपना इंटरव्यू ले रहे व्यक्ति के साथ अपने शारीरिक स्वास्थ्य संबंधित सभी परेशानियों को साझा करना चाहिए। इसमें निम्नलिखित शामिल है:

- **जांची गई स्वास्थ्य संबंधी स्थितियां** जो आपको हैं, जैसे कि अस्थमा, गठिया, हृदय रोग और मधुमेह
- **जांची गई बीमारियां** जो आपको हैं, जैसे कि कोरोना, शिंगल्स या तपेदिक
- कोई भी शारीरिक लक्षण जो आपको महसूस होते हैं, चाहे उनका कारण न पता हो। जैसे, यदि आप नियमित रूप से सिरदर्द, गले में खराश, थकान, शरीर में दर्द या पीड़ा, उल्टी, चकत्ते या कोई अन्य लक्षण अनुभव करते हैं
- **एलर्जी**, या अगर आपको लगता है कि आपको एलर्जी हो सकती है
- यदि आप **गर्भवती** हैं, या आपको लगता है कि आप हो सकती हैं
- यदि आप **विकलांग** हैं, जैसे कि बहरे, अंधे, या कोई शारीरिक विकलांगता (स्ट्रोक या कैंसर के कारण)। यदि आपको पक्का नहीं पता तो आप अपने लक्षणों के बारे में बता सकते हैं
- यदि आप कोई **दवा** ले रहे हैं। यदि आप पहले दवा लिया करते थे लेकिन अब छोड़ दी, तो इसके बारे में भी बताना चाहिए

अपने मानसिक स्वास्थ्य के बारे में बात करना

आपको अपना इंटरव्यू ले रहे व्यक्ति को अपने मानसिक स्वास्थ्य संबंधित समस्याओं के बारे में सब कुछ बताना चाहिए। इसमें निम्नलिखित शामिल है:

- जांची गई मानसिक स्वास्थ्य संबंधित समस्या जो आपको है या पहले थी, जैसे कि डिप्रेशन, चिंता या पोस्ट ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (पीटीएसडी)
- कोई तीव्र या आसानी से नियंत्रित न होने वाली भावनाएं जिनका आप अनुभव करते हैं या पहले करते थे, जो की मानसिक स्वास्थ्य संबंधित समस्या का संकेत हो सकती हैं, जैसे कि अक्सर उदास महसूस करना, हर समय बहुत बेबस महसूस करना, छोटी-छोटी बातों पर गुस्सा होना, ऐसा महसूस करना जैसे आप अपनी भावनाओं को नियंत्रित नहीं कर सकते, या बार-बार चिंतित महसूस करना।
- यदि आप अपने मानसिक स्वास्थ्य के लिए कोई दवा ले रहे हैं या पहले लिया करते थे

इंटरव्यू में बात करना

- छोटे वाक्यों में बोलने का ध्यान रखें, जिससे कि अनुवादक के लिए आसान रहे
- जल्दी में न रहें – यह बहुत आवश्यक है कि आप अधिक से अधिक जानकारी प्रदान करें
- यदि आप किसी प्रश्न का उत्तर देने में कठिनाई महसूस करते हैं, तो आपको गहरी सांस लेनी चाहिए। यदि आपको किसी प्रश्न का उत्तर देने में कठिनाई हो रही है, तो आपको अनुवादक को बताना चाहिए

4 आपका स्वास्थ्य और स्वास्थ्य सेवाओं का अधिकार

स्क्रीनिंग इंटरव्यू में अपने स्वास्थ्य के बारे में बात करना

UK

एक शरणार्थी के तौर पर, आपको **नेशनल हेल्थ सर्विस** से मुफ्त चिकित्सा की सुविधा मिलेगी। इसको यूके में **एन एच एस** भी कहा जाता है। यह जानकारी पत्र आपके स्वास्थ्य सेवा अधिकारों के बारे में अधिक जानकारी प्रदान करता है। यह चिकित्सा सेवाओं का लाभ उठाने से संबंधित व्यावहारिक टिप्स भी प्रदान करता है, तब के लिए भी जब आप हिरासत में हों।

स्वास्थ्य सेवाओं का आपका अधिकार

एक शरणार्थी के तौर पर आपके पास यह सभी ज़रूरी अधिकार हैं:

- आपके पास एन एच एस द्वारा मिलने वाली स्वास्थ्य सेवाओं को प्राप्त करने का अधिकार है। इसमें 'प्राथमिक देखभाल' शामिल है, जैसे जब आप बीमार होते हैं तो चिकित्सक के पास जा सकते हैं, और 'द्वितीयक देखभाल' भी शामिल है, जो एक विशेषज्ञ से चिकित्सा सहायता प्राप्त करना है।
- चिकित्सा के दौरान आपको अनुवादक की माँग करने का अधिकार है। आपको अनुवादक की माँग करनी चाहिए ताकि आप और आपकी देखभाल करने वाले लोग एक दूसरे को सही ढंग से समझ सकें।

चिकित्सा का लाभ कैसे उठाएं

आमतौर पर, आप **जनरल प्रैक्टीशनर** या **'जीपी'** नाम से जाने जाने वाले डॉक्टर से मिलकर स्वास्थ्य सेवा का लाभ उठाना शुरू कर सकते हैं। जीपी वह डॉक्टर होता है जो अधिकतर स्वास्थ्य समस्याओं का उपचार करता है और रोगियों को अस्पतालों और अन्य चिकित्सा सेवाओं के लिए भेजता है

आपातकालीन स्थिति में आप **एक्सीडेंट एंड एमर्जेंसी डिपार्टमेंट** या '**ए एण्ड ई**' में भी जा सकते हैं। अधिकतर अस्पतालों में ये विभाग रहते हैं। यदि आप स्वयं ए एण्ड ई नहीं पहुंच सकते, तो आपको 999 पर फ़ोन लगाना चाहिए और एम्बुलेंस बुलानी चाहिए। ग़ैर-आपातकालीन सेवा के लिए आप 111 पर फ़ोन लगा सकते हैं।

GP के साथ पंजीकरण कैसे करें

यूके में प्रवेश करने के बाद आपको तुरंत जीपी के साथ पंजीकरण करना चाहिए।

जीपी के साथ पंजीकरण करने के लिए आपको उन्हें फ़ोन करना चाहिए या क्लिनिक रिसेप्शन पर जाकर पंजीकरण फॉर्म मांगना चाहिए। आपके पास जीपी के साथ पंजीकरण करने का अधिकार है चाहे आपके पास कोई दस्तावेज़ या कोई स्थायी पता भी न हो।

हिरासत में लिए जाने पर आपके अधिकार

यदि आपको हिरासत में लिया जाता है, तो आपके पास अपनी आवश्यकताओं के अनुसार चिकित्सा पाने का अधिकार है। आपके डिटेंशन सेंटर में चिकित्सकों की टीम उपलब्ध होनी चाहिए, और इस टीम का स्तर वही होना चाहिए जो आपको हिरासत में न होने पर मिलता।

हिरासत में होने पर आपके पास कुछ खास अधिकार होंगे:

- हिरासत में आने के 24 घंटों के अंदर आपको एक जीपी द्वारा देखा जाना चाहिए। यदि आप उस समय इसके लिए तैयार नहीं हैं, तो आप जीपी को बाद में दिखाने की माँग भी कर सकते हैं।
- यदि आप एक महिला हैं, तो आपको एक महिला डॉक्टर द्वारा देखे जाने का अधिकार है।
- आपके मेडिकल रिकॉर्ड को गोपनीयता के साथ संभाला जाना चाहिए।
- यदि आपके वहां पहुंचने पर आपकी दवा आपसे ले ली जाती है, तो आपको वही दवा दिए जाने का अधिकार है। यदि ऐसा नहीं होता, तो आपको तुरंत किसी को बताना चाहिए।
- यदि हिरासत में होने के दौरान दिए गए उपचार के ख़िलाफ़ आपको शिकायत दर्ज करनी हो, तो आपको पहले इसके बारे में डॉक्टर से बात करनी चाहिए। अगर इससे काम नहीं बना, तो आप सेंटर के चिकित्सा मैनेजर, अपने वकील, एक स्वयंसेवी आगंतुक, या अपने सेंटर के स्वतंत्र मॉनिटरिंग बोर्ड से भी बात कर सकते हैं, या होम ऑफिस को पत्र लिख सकते हैं।