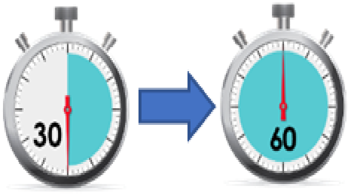
NHS
Derbyshire Healthcare
NHS Foundation Trust

سیکھنے کی معذوری (لرننگ ڈس ایبلٹی) کی سالانہ صحت کی جانچ کی اپائنٹمنٹ میں کیا ہوتا ہے ہے؟

کوئی بھی سیکھنے میں معزوری کا شکار 14 سالہ یا زائدالعمر شخص اپنے ڈاکٹر کی سرجری پر "فری"سالانہ لرننگ ڈسبلٹی معائنہ کروا سکتا ہے "کوئی بھی شخص جسے سیکھنے کی معذوری (لرننگ ڈس ایبلٹی) ہو اور اس کی عمر 14 سال یا اس سے زیادہ ہو، وہ اپنے ڈاکٹر کی سرجری میں مفت لرننگ ڈس ایبلٹی سالانہ صحت کی جانچ کروا سکتا ہے-"

آپ اپنی اپائنٹمنٹ کی تاریخ اور وقت پر سالانہ صحت کی جانچ کے لیے اپنے ڈاکٹر کی سرجری میں جاتے **ہیں**	
سالانہ صحت کی جانچ سر سے پاؤں تک صحت کی جانچ (معائنہ) ہوتی ہے	
آپ کے ڈاکٹر کی سرجری آپ سے سالانہ صحت کی جانچ کا کچھ حصہ ٹیلی فون یا ویڈیو کال پر کرنے کے لیے کہہ سکتی ہے	
آپ کی اپائنٹمنٹ کم از کم 30 منٹ طویل ہونی چاہیے	
آپ کے ڈاکٹر کی سرجری آپ سے اپنے پیشاب کا نمونہ لانے کے لیے کہہ سکتی ہے	

ڈاکٹر یا نرس آپ کی ان چیزوں کا معائنہ (چیک) کر سکتے ہیں:

قد

وزن

بلڈ پریشر

کان

آنکھیں

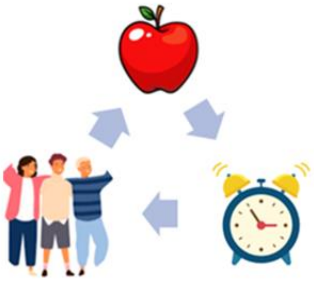
دل

پھیپھڑے

پیٹ

پاؤں

ڈاکٹر یا نرس آپ سے ان کے بارے میں پوچھ سکتے ہیں:



آپ کا طرزِ زندگی (لائف اسٹائل)

وہ کھانا جو آپ کھاتے ہیں

وہ دوائیں جو آپ لے رہے ہیں

آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں

اگر آپ کو ٹوائلٹ جانے میں کوئی مسئلہ درپیش ہے

وہ ورزش جو اپ کرتے ہیں

دیگر کوئی بھی صحت کی اپائنٹمنٹس جو آپ کی ہو سکتی ہیں

آپ کی کووڈ (covid) ویکسین اور فلو ویکسین

کینسر کی جانچ کے لیے آپ کے ٹیسٹ

ڈاکٹر یا نرس کچھ اضافی ٹیسٹ کر سکتے ہیں اگر انہیں لگتا ہے کہ آپ کو ان کی ضرورت ہے جیسے کہ: ● خون کا ٹیسٹ (بلڈ ٹیسٹ) ● پیشاب کا ٹیسٹ	
ڈاکٹر یا نرس آپ کو کسی اور سے ملنے کے لیے ریفر کر سکتے ہیں	
آپ کو ایک آسانی سے پڑھا جانیوالا (ایزی ریڈ) ہیلتھ ایکشن پلان (Health Action Plan) دیا جائے گا؛ یہ آپ کو بتائے گا کہ صحت مند رہنے کے لیے آپ کو کیا کرنے کی ضرورت ہے	
ڈاکٹر یا نرس آپ کو صحت مند رہنے کے طریقے کے بارے میں آسانی سے پڑھی جانیوالی (ایزی ریڈ) معلومات دے سکتے ہیں