



## فارماسٹ

- کھانسی اور زکام
- گلا خراب
- بد ہضمی
- دست یا قبض
- دردیں اور تکلیفیں



## ڈینٹسٹ (دندان ساز)

- دانت کا درد
- آپ کے منہ کی سوجن
- مسوڑھوں میں تکلیف یا اُن سے خون بہنا
- آپ کے منہ میں زخم
- منہ کی صحت اور صفائی کے متعلق مشورہ



## آپٹومیٹرسٹ

(آنکھ کا نمبر جانچ کر عینک بنانے والا)

- دھندلا دکھائی دینا
- آنکھوں کی سوزش: چپکویں یا سرخ آنکھ
- بینائی میں اچانک تبدیلی



## فزیوتھیراپسٹ

- پٹھے، ج وڑ یا بونے کے درد کے لیے ریس نی ملسا ہ بجا اے مہ :  
[www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/muscle-bone-and-joints](http://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/muscle-bone-and-joints)

- سکتے ہیں۔ جسم کے ہلکے اور اچانک سے اپ کو اور مدد دیا پیشہ نبی بوز تھیراپی ڈیپارٹمنٹ کے پاس رہیں گے خود اپنے آپ کو ریفور کرنے (سیلف ریفور) کے فارم جی پی اور فزیوتھیراپی ڈیپارٹمنٹ سے دستیاب ہیں۔



## NHS 24 - 111

- جب آپ کا جی پی اور مقامی فارمیسی بند ہوں اور آپ اتنے زیادہ بیمار ہوں کہ اُن کے دوبارہ کھلنے کا انتظار نہ کر سکتے ہوں تو 111 پر ٹیلیفون کریں

111

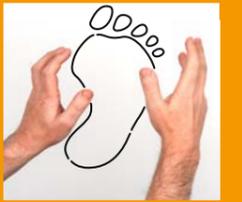
## پوڈاسٹری

(پاؤں کی بیماریوں کا علاج)

- پاؤں اور ٹخنے کے تمام طبی مسائل کے لیے پوڈاسٹری سروس ریفور ڈیپارٹمنٹ سینٹر سے مندرجہ ذیل نمبر پر رابطہ کریں:

0141 347 8909

- سوموار سے جمعہ تک صبح 8:00 بجے سے رات 8:00 بجے تک
- ہفتہ صبح 9:00 بجے سے دن کے 1:00 بجے تک
- (این ایچ ایس گریٹر گلاسگو اینڈ کلائڈ پوڈاسٹری سروس پاؤں کی ذاتی دیکھ بھال فراہم نہیں کرتی)



## معمولی چوٹوں کا یونٹ

(مانٹر انجریز یونٹ)

- کٹ جانا اور معمولی طور پر جل جانا
- موج آنا اور کھینچ جانا
- ہڈی کے ٹوٹنے یا فریکچر کا شک



## 999 یا شعبہ حادثات

(ایکسیڈنٹ اینڈ ایمرجنسی)

- دل کے دورے یا فالج کا شک
- سانس لینے میں مشکلات
- شدت سے خون بہنا



## جی پی پریکٹس اور جی پی

- کسی بھی دیگر بیماری کے لیے جو ختم نہ ہو
- جاری بیماریوں کی نگرانی کرنا اور اُن سے نمٹنا

