



आपको आवश्यकता पड़ने पर सही देखभाल प्राप्त करें  
आपके पास अपने स्वास्थ्य का प्रबंधन करने के लिए कई विकल्प हैं।

अपने विकल्पों  
को जानें



## हेल्थ लिंक

यदि आपको कोई स्वास्थ्य सम्बंधित चिंता है या आप निश्चित नहीं हैं कि सहायता के लिए कहाँ जाएँ, तो इस निशुल्क चौबीसों घंटे टेलीफोन सलाह और स्वास्थ्य सूचना सेवा पर किसी नर्स से बात करें। हेल्थ लिंक 24/7 से संपर्क करने के लिए: 811 डायल करें



## पारिवारिक चिकित्सक

स्वास्थ्य सम्बंधी चालू आवश्यकताओं के लिए आपका सबसे अच्छा विकल्प, अधिकांश पारिवारिक



तत्काल देखभाल केंद्र (Urgent Care Centres)  
टूटी हुई हड्डियों, दर्द, संक्रमण और कटने जैसी अप्रत्याशित, जीवन-के-लिए-गैर-खतरनाक स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के लिए विस्तारित घंटे तक पहुँच।



एंजुलेटरी केयर सेंटर (Ambulatory Care Centres)  
अचानक बीमारी या चोटों सहित तत्काल, लेकिन जीवन-के-लिए-गैर-खतरनाक स्थितियों के लिए तत्काल ध्यान।



पारिवारिक देखभाल क्लीनिक (Family Care Clinics)  
विस्तारित घंटों की देखभाल, विशेष रूप से उन लोगों के लिए जिन्हें किसी पारिवारिक चिकित्सक की आवश्यकता है, जीर्ण बीमारियाँ हैं, या नशे की लत या मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताएँ हैं।



सामुदायिक एवं सार्वजनिक स्वास्थ्य केंद्र (Community & Public Health Centres)  
सेवाओं में शामिल हैं: प्रसवपूर्व, स्वास्थ्य प्रोत्साहन, बीमारी और चोट की रोकथाम, और बहुत कुछ।



MyHealth.Alberta.ca  
किसी लक्षण जाँचक सहित, भरोसेमंद स्वास्थ्य जानकारी और उपयोगी स्वास्थ्य उपकरण खोजने के लिए यह वेबसाइट आपके लिए एक एकल स्थान है।



फार्मासिस्ट (Pharmacists)  
प्रेस्क्रिप्शन्स को नवीनीकृत करते हैं, मामूली स्थिति के लक्षणों का आँकलन करते हैं, उपचार प्रस्तावित करते हैं या आपको सबसे उपयुक्त उपचार स्थान के लिए रेफर करते हैं।



वॉक-इन क्लीनिक्स (Walk-In Clinics)  
इन में से कई मोच, कान के संक्रमण और फ्लू के लक्षणों जैसी चिंताओं में विस्तारित समय की सहायता प्रस्तावित करते हैं।



आपातकालीन विभाग (Emergency Departments)  
उन लोगों के लिए जो गंभीर रूप से बीमार या घायल हैं। संभावित रूप से जीवन-के-लिए-खतरनाक स्थिति वाले मरीजों को तुरंत 911 पर फोन करना चाहिए।