



- இருமல் மற்றும் ஜலதோஷம்
- தொண்டை வலி
- செரிமானமின்மை
- வயிற்றுப்போக்கு அல்லது மலச்சிக்கல்
- வலிகள் மற்றும் நோவுகள்

## மருந்தாளுநர்



- பல்வலி
- உங்கள் வாயில் வீக்கம்
- வலிமிக்க அல்லது இரத்தம் கசியும் ஈறுகள்
- உங்கள் வாயில் காயம்
- பல் சுகாதாரம் பற்றிய அறிவுரை

## பல் மருத்துவர்



- மங்கலான பார்வை
- எரிச்சலுற்ற கண்கள்: பிசுபிசுப்பான அல்லது சிவந்த கண்
- பார்வையில் திடீரென்று மாற்றம்

## பார்வைத்திறன் சோதனையாளர் (கண் கண்ணாடி மருத்துவர்)



- தசை, மூட்டு அல்லது முதுகு வலிக்கான அறிவுரைக்கு தயவுசெய்து வருகை தாருங்கள்: [www.nhsinform.scot/illness-and-conditions/muscle-bone-and-joints](http://www.nhsinform.scot/illness-and-conditions/muscle-bone-and-joints)
- உங்களுக்கு மேலதிக உதவி தேவை என்றால், நீங்கள் வெளி-நோயாளி பிசியோதெரப்பி பிரிவுக்கு சுய-பரிந்துரையில் செல்லலாம். (வயது வந்தவர்களுக்கு மட்டும்). பொதுப்பயிற்சியாளர்கள் (ஜிபி) மற்றும் பிசியோதெரப்பி பிரிவுகளில் இருந்து சுய-பரிந்துரை படிவங்கள் கிடைக்கின்றன.

## பிசியோதெரப்பிஸ்ட்

111

உங்கள் ஜிபி மற்றும் லோக்கல் பார்மசி அடைத்திருக்கும் பொழுது, அவர்கள் மறுபடியும் திறக்கும் வரை காத்திருக்க முடியாத வகையில் நீங்கள் மிகவும் சுகவீனமாக இருந்தால், அழைத்திடுங்கள் 111

NHS 24 - 111



பாதம் மற்றும் கணுக்காலின் மருத்துவப் பிரச்சனைகள் அனைத்திற்கும், போடியாட்ரி சர்வீஸ் ரெஃபரல் மேனேஜ்மென்ட் சென்டரை, இந்த எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்:

- 0141 347 8909
- 8:00காலை - 8:00இரவு திங்கள் முதல் வெள்ளி
- 9:00காலை - 1:00மதியம் சனிக்கிழமை (NHSGG&C போடியாட்ரி சேவை, தனிப்பட்ட பாதக் கவனிப்பு அளிப்பதில்லை)

## போடியாட்ரி (பாதங்களின் நோய்கள்)



- வெட்டுக் காயங்கள் மற்றும் சிறு தீப்புண்கள்
- சுளுக்குகள் மற்றும் பிடிப்புகள்
- எலும்பு உடைந்து விட்டது அல்லது முறிந்து விட்டது என்ற சந்தேகம்

## சிறு காயங்களுக்கான யூனிட்



- மாரடைப்பு அல்லது பக்கவாதம் என்ற சந்தேகம்
- சுவாசிப்பதில் சிரமங்கள்
- தீவிரமான இரத்தக்கசிவு

## 999 அல்லது A&E (விபத்து மற்றும் அவசரம்)



- தீராமல் இருக்கும் பிற ஏதேனும் சுகவீனத்திற்கு
- நடப்பில் இருக்கும் நோய்நிலையின் கண்காணிப்பு மற்றும் மேலாண்மை

## ஜிபி பயிற்சி மற்றும் ஜிபி