

## 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، جوڑ یا کمر کے درد کے متعلق مشورے کے لیے برائے مہربانی ملاحظہ کریں:  
[www.nhsinform.scot/illness-and-conditions/muscle-bone-and-joints](http://www.nhsinform.scot/illness-and-conditions/muscle-bone-and-joints)
- اگر آپ کو مزید مدد کی ضرورت ہے تو خود اپنے آپ کو آؤٹ پشٹنٹ فزیوتھیراپی ڈیپارٹمنٹ کے پاس ریفر کر سکتے ہیں۔ (صرف بالغ افراد)۔
- خود اپنے آپ کو ریفر کرنے (سیلف ریفرل) 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

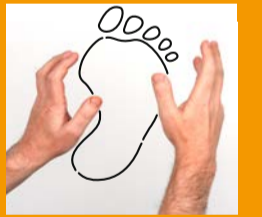
## پوڈاٹری

(پاؤں کی بیماریوں کا علاج)

پاؤں اور ٹخنے کے تمام طبی مسائل کے لیے پوڈاٹری سروس ریفرل مینجمنٹ 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 پوڈاٹری 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

