Burmese
2023 ခုနှစ် မတ်လ

ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ဆေးကုပေးမှု စနစ်ကို နားလည်ခြင်း

- စကားပြန်များ
- Medicare
- လျှော့စျေးသက်သာခွင့် ကတ်ပြားများ
- ဆရာဝန်နှင့်ပြသခြင်း
- ဆေးဝါးများကို ရယူခြင်း
- အထူးကု ဆရာဝန်များ

ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ဆေးကုပေးမှု စနစ်မှာ ရှုပ်ထွေးပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် သင့် မိသားစု နာမကျန်းဖြစ်သည့်အခါ ကုသရန်အတွက် မည်သည့်နေရာသို့ သွားရမည်နှင့် မည်မျှ ကုန်ကျမည်ကို သိရှိရန် ခက်ခဲနိုင်သည်။ ဤ အချက်အလက်အားဖြင့် ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ဆေးကုပေးမှု စနစ်ကို သင် ပိုနားလည်စေရန် အထောက်အကူပြုပါလိမ့်မည်။

ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ်ရှိ ခိုလှုံခွင့် လျှောက်ထားသူများအတွက် သတိပေးချက်-
သင် ဆေးရုံ အရေးပေါ်လူနာဌာနတွင် အခမဲ့ ဆေးကုသခံယူနိုင်သည်။ အခြား ဆေးကုခန်းများတွင် သင် ဆေးကုနိုင်သည်မှာ သင်၏ ကိုင်ဆောင်ထားသော ဗီဇာအပေါ် မူတည်ပါသည်။ သင် ဆေးကုခံယူနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများမှာ အချိန်အားလျော်စွာ ပြောင်းလဲသွားနိုင်သည်၊ ထို့ကြောင့် သင် ကုသနိုင်သည်များကို သိရှိရန် သင်၏ အကျိုးဆောင်လုပ်သားနှင့် စိစစ်ပါ။

စကားပြန်များ

စကားပြန်သူ ဆိုသည်မှာ အခြား ဘာသာစကား ပြောသူများနှင့် သင် စကားပြောဆိုရန် ကူညီပေးသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်။

ဩစတြေးလျနိုင်ငံ၌ စကားပြန်များမှာ ၎င်းတို့၏ ပညာအရည်အချင်း အောင်လက်မှတ်ရရှိရန် လေ့လာသင်ယူခဲ့သည့် အတတ်ပညာရှင်များ ဖြစ်ကြပါသည်။ သင် စကားပြန်မှတစ်ဆင့် ပြောဆိုဆက်ဆံသည့်အခါ သင့် စကားမှာ တိကျပြီး လျှို့ဝှက်ထားသည်ကို သင် မျှော်လင့်နိုင်သည်။

သင့်ဘာသာစကားကိုပြောသည့် ဆရာဝန်ကို ရှာ၍မရနိုင်လျှင် **ဘာသာပြန်နှင့် စကားပြန် ဌာန (TIS)** ဖုန်း **131 450** သို့ စကားပြန်ရရန် အခမဲ့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်သည်။ ဤဌာနသည် ဆေးခန်း ရက်ချိန်းကိုလည်း ရက်ချိန်း ကူ၍ယူပေးနိုင်သည်။

ဩစတြေးလျနိုင်ငံရှိ လူအများအပြားသည် ကျန်းမာရေးစနစ်ရှိလူများနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရန် စကားပြန် ဝန်ဆောင်မှုများကို အသုံးပြုကြပါသည်။

စကားပြန်သည် သင်၏အချက်အလက်ကို အခြားမည်သူ့ကိုမျှ ပေးမည် **မဟုတ်ပါ။ ၎င်းမှာ အခမဲ့ ဝန်ဆောင်မှု ဖြစ်သည်။**

2023 ခုနှစ် မတ်လတွင် ထုတ်ဝေသည်။

Medicare ကတ်ပြား

သင့်တွင် Medicare ကတ်ပြားရှိလျှင် အောက်ပါကဲ့သို့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများကို အခမဲ့ သို့မဟုတ် စရိတ်နည်းနည်းဖြင့် ရရှိနိုင်သည်-

- ဆရာဝန်ထံမှ အခမဲ့ သို့မဟုတ် စရိတ်နည်းနည်းဖြင့် ကုသမှု
- အခမဲ့ သို့မဟုတ် စရိတ်နည်းနည်းဖြင့် လုပ်ပေးသည့် ဓါတ်မှန်ရိုက်ခြင်းများနှင့် သွေးစစ်ဆေးခြင်းများ
- အစိုးရဆေးရုံများတွင် အခမဲ့ ကုသမှု

သင် ကျန်းမာရေးဌာနသို့သွားသည့်အခါ Medicare ကတ်ပြားကို သင်နှင့်တစ်ပါးတည်း အမြဲယူဆောင်သွားပါ။

Medicare သည် အောက်ပါကုန်ကျစရိတ်ကို မပေးပါ-

- လူနာတင်ယာဉ် ကုန်ကျငွေ
- သွားဆေးခန်း ဝန်ဆောင်မှု အများစု
- မျက်မှန်များ
- ပုဂ္ဂလိက ဆေးရုံတက်ခြင်း
- နှင့် အခြားသော ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ (သင့်တွင် မေးစရာမေးခွန်းများရှိပါက သင့် ဆရာဝန်ကို မေးပါ)

အချို့ ခိုလှုံခွင့်ရှောက်ထားသူများသည် ၎င်းတို့၏ ဗီဇာအခြေအနေပေါ်မူတည်ပြီး Medicare ကတ်ပြားရသည်။ ပိုမိုသိရှိလိုလျှင် ဗစ်တိုးရီးယားဒုက္ခသည်ကျန်းမာရေး ကွန်ရက် (Victorian Refugee Health Network) ကို ဆက်သွယ်ပါ။

လျှော့စျေးသက်သာခွင့်နှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကတ်ပြားများ

လျှော့စျေးသက်သာခွင့်နှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကတ်ပြားများအားဖြင့် ပိုမို စရိတ်သက်သာသော ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိစေနိုင်သည်။

သင့်တွင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကတ်ပြား သို့မဟုတ် အငြိမ်းစား လျှော့စျေးသက်သာခွင့် ကတ်ပြား ရှိလျှင် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု အချို့ကို အသုံးပြုသည့်အခါ သင် ကုန်ကျစရိတ်ပိုနည်း၍ ပေးရပါမည်။

နမူနာအားဖြင့်-

- အချို့ဆေးဝါးများကို စျေးနှုန်းသက်သာစွာဖြင့် ရနိုင်သည်
- အစိုးရ သွားဆေးခန်းတွင် စရိတ်သက်သာသော သွားကုသမှု ရရှိနိုင်သည်။

စရိတ်သက်သာသော သို့မဟုတ် အခမဲ့ ဝန်ဆောင်မှုများ ရရန် လျှော့စျေးသက်သာခွင့် ကတ်ပြားကို သင်နှင့်တစ်ပါးတည်း အမြဲ ယူဆောင်လာပြီး သင် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ သုံးစွဲသည့်အခါ ပြပါ။

Medicare card

Medicare ကတ်ပြား

Health Care card

ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကတ်ပြား

Pensioner Concession card

အငြိမ်းစား လျှော့စျေးသက်သာခွင့် ကတ်ပြား

ဆရာဝန်နှင့် ပြသခြင်း

မိသားစု ဆရာဝန်များကို ဩစတြေးလျနိုင်ငံတွင် အထွေထွေကု ဆရာဝန်များ (GPs) ဟု ခေါ်ကြသည်။ အချို့ ဆရာဝန်များမှာ ကျန်းမာရေး ဌာနများနှင့် ဆေးရုံများတွင် လုပ်ကြပြီး အချို့မှာ ကိုယ်ပိုင် ဆေးခန်းများ၌ လုပ်ကြသည်။

သင် နာမကျန်းဖြစ်လျှင် သို့မဟုတ် နေထိုင်မကောင်းလျှင် ဆရာဝန်နှင့် ရက်ချိန်း ယူနိုင်သည်။ သင် ကျန်းမာနေသော်လည်း ကျန်းမာရေးပြဿနာ တစ်ခုခု မရှိကြောင်း သေချာစေရန် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးလိုလျှင်လည်း သင် ဆရာဝန်နှင့် တွေ့နိုင်ပါသည်။ အချို့ရောဂါများ ဖြစ်ပွားခြင်းမှ ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် သင် ကာကွယ်ဆေးများ သို့မဟုတ် ကိုယ်ခံအားကောင်း ဆေးထိုးခြင်းများ လိုအပ်ခြင်းရှိမရှိကိုလည်း ဆရာဝန်က သင့်အား ပြောပြနိုင်သည်။

အမျိုးသား ဆရာဝန်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် အမျိုးသမီး ဆရာဝန်ဖြစ်စေ သင် ရွေးနိုင်သည်။

ဆရာဝန်ကို သင် အချိန်မရွေး ပြောင်းလဲလိုက်နိုင်သည်။ အကယ်၍ သင် ပြောင်းလိုက်လျှင် ဆရာဝန် အသစ်ကို သင် သောက်သုံးနေသော ဆေးဝါးများ စာရင်းနှင့် သင့် ဆေးမှတ်တမ်း မိတ္တူကို ပေးလိုက်ပါ။

အကယ်၍ ညအချိန်၊ စနေ တနင်္ဂနွေ နှင့် ပိတ်ရက်များ၌ သင် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်ပြီး ဆရာဝန်နှင့် ပြသလိုပါက အောက်ပါ အခမဲ့ ဆေးဘက်ဝန်ဆောင်မှုများအနက်မှ တစ်ခုကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

ဖုန်းဖြင့် အကူအညီရယူရန်အတွက်-

- ဖုန်းဖြင့်ပြောသည့် သူနာပြု (Nurse on call) ဖုန်း ၀ **1300 60 60 24** (ဗစ်တိုးရီးယားတွင်)
- ရုံးချိန်-နောက်ပိုင်း GP ဖုန်းလိုင်း ဖုန်း **1800 022 222**

အိမ်လာရောက်ကြည့်ပေးသည့် ဆရာဝန်လိုအပ်လျှင်-

- အိမ် ဆရာဝန် (The Home Doctor) ဖုန်း **13 74 25** (ဗစ်တိုးရီးယားတွင်)

ဆရာဝန်အား ကုသခပေးခြင်း

ဆရာဝန်အမျိုးမျိုးအတွက် ဆေးကုသခငွေ အမျိုးမျိုး ကုန်ကျသည်။ အချို့ဆရာဝန်များသည် 'အိတ်စိုက်မပေးရငွေ' (**'bulk bill'**) ကျသင့်စေနိုင်သည်။ အိတ်စိုက်မပေးရငွေ ကျသင့်စေခြင်း ဆိုသည်မှာ သင့်တွင် Medicare ကတ်ပြားရှိပါက ကုသမှုမှာ အခမဲ့ ဖြစ်သည်။

သင် ရက်ချိန်းယူသည့်အခါ ဆရာဝန်က အိတ်စိုက်မပေးရသည့် ကုသခ ကျသင့်စေသည် ဟုတ်မဟုတ် မေးပါ။

အကယ်၍ ဆရာဝန်က အိတ်စိုက်မပေးရသည့် ကျသင့်ငွေ မလုပ်ဟုဆိုပါက ကုသခကို သင် ပေးရန်လိုပါမည်။ သင် Medicare မှ ငွေအချို့ ပြန်ရနိုင်သည်။ ဆေးခန်းမှ ငွေလက်ခံဖြတ်ပိုင်း အားလုံးကို သိမ်းထားပါ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင် ငွေပြန်ရရန် ၎င်းဖြတ်ပိုင်းများ လိုအပ်ပါမည်။

ဆရာဝန်နှင့် ပြသပြီးနောက် ငွေမည်သို့ပြန်ရမည်ကို မေးရန် Medicare ဖုန်း **132 011** ကိုဆက်သွယ်ပါ။

ဆရာဝန်နှင့်ပြရန် ရက်ချိန်းယူခြင်း

ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု အများစုအတွက် သင် ရက်ချိန်းယူရန် လိုအပ်သည်။ ဖုန်းဖြင့် ရက်ချိန်းယူရန် သို့မဟုတ် သင် ကျန်းမာရေး ဌာနသို့ သွားရောက်သောအခါ အကူအညီရစေရန် ၎င်းလမ်းညွှန်ကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

ရက်ချိန်းယူခြင်း -

သင် ဆရာဝန်နှင့်ပြရန် ရက်ချိန်းယူသည့်အခါ သင် ပေးရန်လိုအပ်သည်မှာ -

- သင့် နာမည်
- သင့် မွေးသက္ကရာဇ်
- သင် ပြသလိုသည့် ဆရာဝန်
- ဆရာဝန်နှင့်ပြသလိုသည့် နေ့ရက်နှင့် အချိန်

သင် ဆရာဝန်နှင့်ပြရန် ရက်ချိန်းယူသည့်အခါ သင် မေးနိုင်သည်မှာ -

- ဆရာဝန် အိတ်စိုက်မပေးရသည့် ကျသင့်ငွေ လုပ်ပေးသည် ဟုတ်မဟုတ်
- စကားပြန်လိုအပ်လျှင် ပေးမပေး

ဩစတြေးလျနိုင်ငံ၌ သင် ဆရာဝန်နှင့်ပြရန် ရက်ချိန်းယူထားလျှင် အချိန်မှန် ရောက်ရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။

အထူးကု ဆရာဝန်များနှင့် ပြသခြင်း

အထူးကုများမှာ ဆရာဝန်များဖြစ်ကြပြီး သူတို့တွင် ဆေးပညာနယ်ပယ် သီးသီးခြားခြား၌ အထူးကျွမ်းကျင်မှုများ ရှိကြသည်၊ ဥပမာ နှလုံးအထူးကုဆရာကြီးများ (cardiologists) နှင့် အရေပြား အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများ (dermatologists) ဖြစ်ကြသည်။ ဩစတြေးလျနိုင်ငံတွင် အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများနှင့် ရက်ချိန်းယူရန်အတွက် သင့်ဆရာဝန်ထံမှ လွှဲစာလိုအပ်ပါသည်။

လွှဲစာအားဖြင့် အထူးကုဆရာဝန်ကြီးအား သင့်ကျန်းမာရေး ပြဿနာအကြောင်း ဖော်ပြပေးသည်။ အကယ်၍ သင့်ဆရာဝန်က သင့်အား အစိုးရဆေးရုံရှိ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးနှင့် ပြသလိုလျှင် သင့် ဆရာဝန်က သင့်အတွက် ရက်ချိန်းကို တောင်းပေးပါမည်။ သင် ရက်ချိန်းရမည့် နေ့ရက်မှာ သင့် ကျန်းမာရေးပြဿနာအပေါ် မူတည်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်ဆရာဝန်က သင့်အား ပုဂ္ဂလိက ဆေးရုံရှိ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးနှင့် ပြသလိုလျှင် ရက်ချိန်းယူရန် သင်ကိုယ်တိုင် အထူးကုဆရာဝန်ကြီးသို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုရန် လိုအပ်သည်။

ဆေးဝါးများ၊ ဆေးဆိုင်များနှင့် ဆေးဝါးဗေဒပညာရှင်များ

ဩစတြေးလျနိုင်ငံတွင် ဆေးများ သို့မဟုတ် အခြား ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပစ္စည်းများ သင် ဝယ်ယူသည့်နေရာကို ဆေးဆိုင် သို့မဟုတ် ဆေးစပ်သူ (pharmacy) သို့မဟုတ် (‘chemist’) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဆေးဆိုင်တွင် အရေးပေါ်ကုပေးရန် မလိုအပ်သည့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာများ၊ နာမကျန်းမှုနှင့် နေထိုင်မကောင်းမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ အကြံဉာဏ်ကိုလည်း အခမဲ့ တောင်းခံနိုင်သည်။

အကယ်၍ သင့်ဆရာဝန်က သင့်အား ဆေးတိုက်ရန် လိုအပ်လျှင် သင့်အား ဆေးညွှန်းစာ (prescription) သို့မဟုတ် စာ (‘script’) ပေးပါလိမ့်မည်။ သင် ဤစာကို သင့်ဆေးကိုရရန် ဆေးဆိုင်ရှိလူအား ပေးရန်လိုအပ်သည်။

ဩစတြေးလျနိုင်ငံတွင် လူများ ၎င်းတို့ လိုအပ်သည့်ဆေးများ ရရှိရန် သေချာစေအောင် အချို့ဆေးညွှန်းစာ ဆေးအများအပြား၏ ကုန်ကျငွေကို အစိုးရက ပေးပါသည်။ ဤလျှော့ဈေးကို ရရန်အတွက် ဆေးဆိုင်သို့ သင့် Medicare ကတ်ပြားကို ယူသွားရန် လိုအပ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်တွင် Centrelink လျှော့ဈေးသက်သာခွင့် ကတ်ပြား သို့မဟုတ် အငြိမ်းစား ကတ်ပြားရှိလျှင် ၎င်းတို့ကိုလည်း ယူဆောင်သွားပါ။ ၎င်းကြောင့် သင့် ဆေးဝါးများမှာ ပို၍ပင် ဈေးသက်သာစေပါမည်။

ဆေးဝါးအများအပြားအတွက် သင် ဆေးညွှန်းစာ မလိုအပ်ပါ။ ခေါင်းကိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် အအေးမိခြင်းကဲ့သို့ အသေးအဖွဲ ကျန်းမာရေး ပြဿနာများအတွက် ဆေးများကို ဆေးဆိုင်၌ ဆေးညွှန်းစာ မပါဘဲ သင် ဝယ်ယူနိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့ကို အလွတ်ဝယ်ယူရသော (‘over the counter’) ဆေးများဟု ခေါ်ပါသည်။

ဤအရင်းအမြစ်ကို ကူညီသတင်းဖြန့်ပေးခဲ့သည့် ACT အစိုးရက ထုတ်ဝေသော ဤစာစောင် ‘Using health services in the ACT’ ကို ကျွန်ုပ်တို့ အသိအမှတ်ပြုပါသည်။

centre for culture, ethnicity &health