English	Punjabi
Coronavirus (COVID-19): Accessing dental services It is now possible to access a wider range of dental services within your local community.	**ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19): ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ** ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਵਿਆਪਕ ਵਿਕਲਪ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ।
Getting help with a dental problem If you have a dental problem you should in the first instance always telephone the dental practice that you normally attend in the first instance. The team will give you advice about the options available and guide you to make sure you get the right treatment.	**ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ** ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਮਿਲੇ, ਸੇਧ ਦੇਵੇਗੀ।
Not registered with a dental practice	**ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਹੀਂ ਹੋ**

If you are not registered with any dental practice then your nearest dental practice will still be able to help. They will provide you with information on contacting your local health board hub for advice on dental emergencies. During out of hours, if you have an urgent dental problem, you can still contact NHS 24 on 111. Dental emergencies include, but are not limited to: • toothache or mouth pain • abscesses and swellings in and around the mouth • bleeding • trauma • non-healing ulcers that have no obvious cause and last for several weeks	ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਫਿਰ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਬੋਰਡ ਹੱਬ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ 111 'ਤੇ NHS 24 ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਾਤਕਾਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ: • ਦੰਦ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਦਾ ਦਰਦ • ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਫੋੜੇ ਅਤੇ ਸੋਜ • ਖੂਨ ਵਗਣਾ • ਸੱਟ • ਨਾ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਫੋੜੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਕਈ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ

	ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
Visiting your dental practice for treatment High street dental practices are now open for the provision of a full range of dental services, however due to physical distancing and enhanced infection control measures this is not yet business as usual. You should not attend your dental practice unless you have an appointment. You should do your best to attend only at the time agreed with the dental team as failure to do so can result in a breakdown in physical distancing measures.	**ਇਲਾਜ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕੋਲ ਜਾਣਾ** ਹਾਈ ਸਟ੍ਰੀਟ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ ਹੁਣ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਖੁੱਲੀਆਂ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀਆਂ ਅਤੇ ਲਾਗ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧਾਏ ਉਪਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਹ ਅਜੇ ਤੱਕ ਆਮ ਵਾਂਗ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਡੈਂਟਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੋਏ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀਆਂ ਦੇ ਉਪਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।
Your dental appointment It is essential to maintain physical distancing to ensure your continued safety. Each dental practice will have an approach to physical distancing. This information will be provided to you if you require an appointment. It is important that you follow any advice given, such as needing to wear a face covering, as this information is provided for your	**ਤੁਹਾਡੀ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ** ਆਪਣੀ ਨਿਰੰਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਹਰ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਧੀ ਅਪਣਾਏਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

safety and the safety of the dental team.	ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਟੀਮ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।
Available treatments It is now possible for your dentist to provide aerosol generating procedures (AGPs) for a full range of NHS treatments. There is a limited number of appointments available for this type of procedure. Priority must be given to those patients with urgent dental problems and patients from vulnerable groups. An enhanced level of personal protective equipment (PPE) is necessary to provide this type of care, however not every dental team member can safely wear this PPE. It may be possible for your dentist to refer you to a colleague within the practice for this procedure if you require urgent care. If your dentist has the capacity, they may make these treatments available to patients who require non-urgent care.	**ਉਪਲਬਧ ਇਲਾਜ** ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਲਈ NHS ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਲਈ ਐਰੋਸੋਲ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ (AGPs) ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਲਈ ਸੀਮਿਤ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣਾਂ (PPE) ਦਾ ਵੱਧਿਆ ਪੱਧਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਡੈਂਟਲ ਟੀਮ ਦਾ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਇਸ PPE ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਪਹਿਨ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਸਹਿਕਰਮੀ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

	ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਇਲਾਜ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।
Your COVID status If you have any symptoms of coronavirus or have been advised to self-isolate, your dentist will be unable to see you for an appointment. If you have an urgent dental problem, your dentist will provide advice on managing your symptoms or may prescribe antibiotics to control any infections until your face to face appointment can be arranged. It may be possible for your dentist to refer you to one of around 70 urgent dental care centres situated across Scotland.	**ਤੁਹਾਡੀ COVID ਸਥਿਤੀ** ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਏਕਾਂਤਵਾਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਾਗ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲਿਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ੍ਹੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ 70 ਬੇਹੱਦ-ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੰਦ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਭੇਜੇ।
Urgent dental care centre Your dentist may refer you to UDCC if: • you have an urgent dental problem and the symptoms of	**ਬੇਹੱਦ-ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੰਦ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ** ਤੁਹਾਡਾ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ UDDC ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ:

coronavirus • your problem cannot be treated by your dentist	• ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ • ਤੁਹਾਡਾ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
Getting to your local urgent dental treatment centre If you have difficulty in travelling safely to the urgent dental care centre you should tell the dentist you speak to on the phone. Your health board will contact you about your travel requirements.	**ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬੇਹੱਦ-ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਜਾਣਾ** ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬੇਹੱਦ-ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਬੋਰਡ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯਾਤਰਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ।
For more information about coronavirus (COVID-19) in Punjabi go to www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19/other-languages-and-formats/coronavirus-covid-19-advice-in-punjabi	ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19) ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19/other-languages-and-formats/coronavirus-covid-19-advice-in-punjabi 'ਤੇ ਜਾਓ।
17 March 2021	17 ਮਾਰਚ 2021