

<p>English</p>	<p>Punjabi (Indian script) / ਪੰਜਾਬੀ</p>
<p>My important information for NHS 24</p>	<p>NHS 24 ਲਈ ਮੇਰੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ</p>
<p>You can phone 111 if you:</p> <ul style="list-style-type: none"> • think you need to go to Accident & Emergency (A&E) or a minor injuries unit • are too ill to wait for your GP practice to open 	<p>ਤੁਸੀਂ 111 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ Accident & Emergency (A&E) (ਦੁਰਘਟਨਾ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ) ਜਾਂ minor injuries unit (ਮਾਮੂਲੀ ਸੱਟਾਂ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟ) ਵਿਖੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ • ਤੁਸੀਂ ਐਨੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਕਿ ਆਪਣੀ GP Practice (ਜੀਪੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ) ਦੇ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
<p>Keep this card by your phone or in a handy place so you always have your information at hand.</p>	<p>ਇਹ ਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸੁਖਾਲੀ ਪਹੁੰਚ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹੇ।</p>
<p>Your name:</p>	<p>ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ:</p>
<p>Date of birth:</p>	<p>ਜਨਮ ਤਾਰੀਖ:</p>

Address:	ਪਤਾ:
Post code:	ਪੋਸਟ ਕੋਡ:
Phone number:	ਫੋਨ ਨੰਬਰ:
Illnesses or conditions:	ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ:
Medication	ਦਵਾਈ
If you take multiple medications you might want to keep a copy of your repeat prescription form with this card.	ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਾਰਡ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਫਾਰਮ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੋ।
Allergies:	ਅਲਰਜੀਆਂ:

GP name:	GP ਦਾ ਨਾਂ:
GP practice:	GP Practice:
GP phone number:	GP ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ:
Pharmacy name:	ਫਾਰਮੇਸੀ ਦਾ ਨਾਂ:
Pharmacy phone number:	ਫਾਰਮੇਸੀ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ:
It's OK to ask	ਪੁੱਛਣਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ
It's important to know what's going on with your own healthcare at any time. Knowing the right questions to ask your health professional in any setting can make all the difference.	ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਸਤੇ ਸਹੀ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਬੜਾ ਫਰਕ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।
You could ask: <ul style="list-style-type: none"> • What are the benefits of my treatment? • What are the risks of my treatment? • Any alternative treatments I can try? • What if I do nothing? 	ਤੁਸੀਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ: <ul style="list-style-type: none"> • ਮੇਰੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਕੀ ਹਨ? • ਮੇਰੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਜੋਖਮ ਕੀ ਹਨ? • ਕੋਈ ਵਿਕਲਪਕ ਇਲਾਜ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਅਜ਼ਮਾ ਕੇ ਦੇਖ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ? • ਜੇ ਮੈਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਾ ਕਰਾਂ ਤਾਂ?

<p>Healthcare staff are more than happy to answer these and any other questions you may have</p>	<p>ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਰ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਕੇ ਬੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ</p>
<p>For up to date health information and advice visit: www.nhsinform.scot</p>	<p>ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ: www.nhsinform.scot</p>
<p>For more information in Punjabi go to www.nhsinform.scot/translations/languages/punjabi</p> 	<p>ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ www.nhsinform.scot/translations/languages/punjabi</p>
<p>March 2022</p>	<p>ਮਾਰਚ 2022</p>