

# सही सेवा प्रयोग गर्नुहोस्



## स्व स्याहार

घरमा तपाईं आफ्नो  
स्याहार गर्ने

सामान्य काटेको र खोस्नेको  
सामान्य नीलडाम  
सामान्य मर्केको  
रुघा खोकी



## औषधि पसल

स्थानीय विशेषज्ञको  
सुझाव

सामान्य रोग  
टाउको दुख्ने  
पेटको गडबडी  
टोकेको र चिलेको



## NHS 111

गैर-आपातकालीन  
सहायता

बिसन्चो छ?  
थाहा भएन?  
चिन्ता छ?  
सहायता चाहिन्छ?



## GP को सुझाव

कार्यालय समय बाहेक:  
111 कल गर्नुहोस्

निको नहुने लक्षणहरू  
जीर्ण पीडा  
दीर्घकालीन अवस्थाहरू  
नयाँ प्रेस्कृप्शनहरू



## UTCs

आकस्मिक उपचार  
केन्द्रहरू

भाँचिएको र मर्केको  
एक्स-रे तथा अल्ट्रासाउन्ड  
काटेको र खोस्नेको  
ज्वरो र खटिरा



## A&E वा 999

आपातकालीन  
अवस्थाका लागि मात्र

घाँटी सर्कने वा निसास्सिने  
छाती दुख्ने  
बेहोस हुने  
अत्याधिक रगत जाने