अपनी स्वास्थ्य संबंधी जानकारी पर नियंत्रण करें

सुरक्षित रूप से, एक ही स्थान पर

Hindi

आपात स्थिति में ज़्यादा सुरक्षित चिकित्सा

आपके स्वास्थ्य की देखभाल करने वाले आपकी आपात स्थिति में जिससे संपर्क करना है, उसकी जानकारी को, आपकी एलर्जियों, दवाओं और टीकाकरण की जानकारी को जल्दी से देख सकते हैं, यदि वह इसमें शामिल की गई है। अपने स्वास्थ्य संबंधी सम्पूर्ण जानकारी देने से आपात स्थिति में आपके स्वास्थ्य की देखभाल करने वालों को आपकी अधिक सुरक्षित चिकित्सा व देखभाल करने में सहायता मिलती है।

रात और दिन उपलब्ध है

'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' में आपकी स्वास्थ्य संबंधी सम्पूर्ण जानकारी एक ही स्थान पर संरक्षित है और इसकी आपको जब और जहाँ ज़रूरत हो, यह वहीं उपलब्ध हो जाएगी।

सही जानकारी

'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' (My Health Record) में, आप अपनी स्वास्थ्य संबंधी जानकारी देख सकते हैं और उसकी जाँच कर सकते हैं। इससे आपके स्वास्थ्य की देखभाल करने वालों को आपका सही इलाज करने में मदद मिलती है।

आपको जानकारी याद रखने में मदद मिलती है

'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' से आपको अपनी चिकित्सा संबंधी जानकारी को याद रखने में मदद मिलती है। जब आप अलग-अलग स्वास्थ्य देखभाल करने वालों से मिलते हैं तो इससे मदद मिलती है।

शीघ्र, आसान

जब आप स्वास्थ्य देखभाल करने वालों से अलग-अलग स्थानों में मिलते हैं तो 'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' का मतलब होता है कि जाँचों के परिणामों के लिए व स्वास्थ्य देखभाल करने वालों के द्वारा एक दूसरे के पास जानकारी भेजे जाने के लिए इंतज़ार करने में आपका कम समय लगता है।

पता लगाएँ, आप चाहे कहीं भी हों

'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' आपको अपनी चिकित्सा संबंधी जाँचों, दवाओं और टीकाकरण के बारे में पता लगाने में मदद करता है, जब आप यात्रा कर रहे हों, उस समय भी यह रिकॉर्ड आपको आपकी चिकित्सा संबंधी जानकारी प्रदान करता है।

इस बात को नियंत्रित करें कि आपकी स्वास्थ्य संबंधी जानकारी को कौन देख सकता है

'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' में, आप उन लोगों की सूची देख सकते हैं, जिन्होंने आपके रिकॉर्ड को देखा है और कब देखा है। यदि आप अतिरिक्त गोपनीयता चाहते हैं, तो इस बात को नियंत्रित करने के लिए कि आपके रिकॉर्ड को या इसमें शामिल अलग-अलग दस्तावेज़ों को कौन देख सकता है, आप देख पाने के लिए कोड बना सकते हैं और आप किसी भी समय दस्तावेज़ों को इसमें से हटा सकते हैं।

यदि कोई आपके रिकॉर्ड को देखता है और यह आपके स्वास्थ्य की देखभाल करने के लिए नहीं है, तो ऐसा करना कानून के ख़िलाफ़ है, और इसके लिए गंभीर दंड लागू होते हैं।

यदि आपको लगता है कि किसी ने जानबूझ कर आपके रिकॉर्ड को देखा है, जबकि उन्हें ऐसा नहीं करना चाहिए, तो हमें 1800 723 471 पर फ़ोन करें।

अपने 'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' को पहली बार कैसे देखें

अपने 'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' को देखने के लिए myGov का इस्तेमाल करें। myGov ऑस्ट्रेलिया की अनेक सरकारी सेवाओं को ऑनलाइन इस्तेमाल करने का एक सुरक्षित तरीका है।

1. अपने myGov अकाउंट में साइन करने के लिए my.gov.au पर जाएँ।
2. 'Services' (सर्विसेज़) चुनें।
3. 'Link another service' (लिंक अनदर सर्विस) चुनें।
4. 'My Health Record' (मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड) चुनें।
5. अपनी पहचान की सत्यता को साबित करें।

यदि आपका myGov अकाउंट नहीं है तो आप my.gov.au पर अपना अकाउंट बना सकते हैं।

अपने रिकॉर्ड में शामिल करें

जब आप पहली बार अपना रिकॉर्ड देखेंगे तो हो सकता है कि उसमें कुछ ज़्यादा जानकारी ना हो। हो सकता है कि आपके पिछले चिकित्सा संबंधी रिकॉर्ड और पहले की गईं जाँचों (test) के परिणाम उसमें न हों। आप या आपके स्वास्थ्य की देखभाल करने वाले आपके 'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' में किसी भी समय नई जानकारी शामिल करना शुरू कर सकते हैं।

जानकारी शामिल करने के लिए अपने 'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' में my.gov.au के माध्यम से लॉग इन करें।

अपनी व्यक्तिगत जानकारी के विवरण में नई जानकारी शामिल करें

अपने व्यक्तिगत विवरण को देखें और उसका प्रबंधन करें।

आपकी आपात स्थिति में आपके परिचितों से संपर्क करने के लिए विवरण शामिल करें

जब आप किसी आपात स्थिति में हों, उस समय आपकी प्राथमिकता के अनुसार जिनसे संपर्क किया जाए, उनका संपर्क विवरण शामिल करें।

आपको सूचित किए जाने के लिए अपने पसंदीदा तरीके को तय करें

यदि आप चाहते हैं कि जब कोई आपका रिकोर्ड देखता है तो आपको सूचित किया जाए तो उसके लिए अपने पसंदीदा तरीके को चुनें।

मेडीकेअर संबंधी जानकारी के लिए तय करें

इस बात को चुनें कि मेडीकेअर संबंधी कौन सी जानकारी आपके रिकॉर्ड में शामिल की जाए। इसमें शामिल हो सकते हैं- चिकित्सीय सेवाओं के लिए दावे जैसे कि डॉक्टर से मुलाक़ातें, जाँचें और दवाएँ, आपके अंग दान करने के निर्णय और आपके टीकाकरण आदि।

व्यक्तिगत स्वास्थ्य संबंधी जानकारी का सारांश शामिल करें

इसमें अपनी दवाओं और एलर्जियों के बारे में जानकारी शामिल करें।

आपकी स्वास्थ्य संबंधी देखभाल करने में भाग लेने वालों से **कहें** कि वे आपकी उनसे हुई मुलाक़ात का सारांश आपके **'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड'** में **शामिल कर दें**

'मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड' के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए देखें:

MyHealthRecord.gov.au

सहायता लाइन (Help line) **1800 723 471**

हिंदी में सहायता के लिए टिस नेशनल (TIS National) **को 131 450 पर फ़ोन करें**

Australian Government

Australian Digital Health Agency