



# اپنی صحت سے متعلق معلومات کو اپنے اختیار میں رکھیں حفاظت سے، ایک جگہ پر

## ہنگامی صورتحال میں زیادہ محفوظ علاج

صحت کی کوئی ہنگامی صورتحال پیش آنے پر آپکے معالج فوری طور پر ہنگامی صورتحال میں آپکے رابطہ شخص کی تفصیلات اور آپکی الرجیوں، دوائیوں اور حفاظتی ٹیکوں کے بارے میں تفصیلات دیکھ سکتے ہیں، اگر یہ تفصیلات شامل کی گئی تھیں تو۔ اس طرح آپکے معالج کو آپکو زیادہ محفوظ علاج اور دیکھ بھال فراہم کرنے میں مدد ملتی ہے۔

## دن رات دستیاب

چونکہ آپکی صحت کی اہم تفصیلات حفاظت سے ایک ہی جگہ جمع ہوتی ہیں لہذا یہ کسی بھی وقت اور کہیں بھی آپکو ضرورت پڑنے پر دستیاب ہوں گی۔

## درست معلومات

آپ مائی ہیلتھ ریکارڈ (My Health Record) میں اپنی صحت سے متعلق معلومات دیکھ اور چیک کر سکتے ہیں۔ اس سے آپکے معالجوں کو آپکو درست علاج فراہم کرنے میں مدد ملتی ہے۔

## آپکے یاد رکھنے میں سہولت

مائی ہیلتھ ریکارڈ سے آپکو اپنی طبی تفصیلات یاد رکھنے میں مدد ملتی ہے۔ جب آپ مختلف معالجوں سے ملنے جائیں تو اس ریکارڈ کے سبب سہولت رہتی ہے۔

## زیادہ تیز، زیادہ آسان

جب آپ مختلف مقامات پر معالجوں کے پاس جائیں تو مائی ہیلتھ ریکارڈ ہونے کا مطلب ہے کہ آپکو ایک معالج کی طرف سے دوسرے کو بھیجے جانے والے ٹیسٹوں کے نتائج اور معلومات کا کم انتظار کرنا پڑتا ہے۔

## آپ جہاں بھی ہوں، باخبر رہیں

چاہے آپ سفر کر رہے ہوں، آپکا مائی ہیلتھ ریکارڈ آپکو اپنے طبی ٹیسٹوں، دوائیوں اور حفاظتی ٹیکوں سے باخبر رہنے میں مدد دیتا ہے۔

## اپنے اختیار میں رکھیں کہ آپکی طبی تفصیلات کون دیکھ سکتا ہے

مائی ہیلتھ ریکارڈ میں آپکو ایک فہرست نظر آتی ہے کہ کس نے آپکا ریکارڈ دیکھا ہے اور کب دیکھا ہے۔ اگر آپ اپنی تفصیلات کو زیادہ حد تک راز میں رکھنا چاہتے ہوں تو آپ معلومات تک رسائی پر ایک کوڈ لگا کر یہ محدود بنا سکتے ہیں کہ کون آپکا ریکارڈ یا اس میں شامل انفرادی دستاویزات دیکھ سکتا ہے، اور آپ دستاویزات کو کسی بھی وقت ڈیلیٹ کر سکتے ہیں۔



اگر کوئی شخص آپکو صحت کی خدمات فراہم کرنے کے مقصد کے علاوہ آپکا ریکارڈ دیکھے تو یہ قانون کی خلاف ورزی ہے اور اس پر کڑی سزائیں واجب ہیں۔

اگر آپکے خیال میں کسی شخص نے بالارادہ آپکا ریکارڈ دیکھا ہے جبکہ اسے نہیں دیکھنا چاہیئے تھا تو آپ 1800 723 471 پر ہمیں فون کریں۔



## Medicare تفصیلات کی سیٹنگ

یہ چنیں کہ آپ کے ریکارڈ میں Medicare سے کونسی تفصیلات شامل کی جائیں۔ اس میں ڈاکٹروں سے ملاقاتوں، ٹیسٹوں اور ادویات جیسی طبی خدمات کے کلیم، اعضا کے عطیے کے بارے میں آپ کے فیصلے اور آپکو لگے ہوئے حفاظتی ٹیکوں کی تفصیلات شامل ہو سکتی ہیں۔

## ذاتی صحت کا خلاصہ شامل کرنا

اپنی ادویات اور الرجیوں کے بارے میں خود اپنی تفصیلات شامل کریں۔

## اپنے پروفائل کی تفصیلات تازہ کرنا

اپنی ذاتی تفصیلات دیکھیں اور ان میں مناسب تبدیلیاں کریں۔

## ہنگامی صورتحال میں رابطے کے لیے نام شامل کرنا

یہ لکھیں کہ اگر کوئی ہنگامی صورتحال پیش آئے تو آپ کس شخص سے رابطہ کیے جانا پسند کریں گے۔

## اطلاعات کے لیے اپنی ترجیحات طے کرنا

یہ چنیں کہ کیا آپ اس صورت میں ہماری طرف سے اطلاع پانا چاہیں گے کہ کسی نے آپکا ریکارڈ دیکھا ہو۔

## پہلی بار آپ اپنا مائی ہیلتھ ریکارڈ کیسے دیکھیں گے

اپنا مائی ہیلتھ ریکارڈ دیکھنے کے لیے myGov استعمال کریں۔ myGov آسٹریلین حکومت کی جانب سے کئی آن لائن خدمات استعمال کرنے کا محفوظ طریقہ ہے۔

1. my.gov.au پر جا کر اپنے myGov اکاؤنٹ میں سائن ان کریں
  2. 'Services' (سروسز) چنیں
  3. 'Link another service' (ایک اور سروس کو لنک کریں) چنیں
  4. 'My Health Record' (مائی ہیلتھ ریکارڈ) چنیں
  5. اپنی شناخت کی تصدیق کریں۔
- اگر آپکا myGov اکاؤنٹ نہیں ہے تو آپ my.gov.au پر یہ اکاؤنٹ بنا سکتے ہیں۔

## اپنے ریکارڈ میں معلومات شامل کرنا

شروع میں جب آپ اپنا ریکارڈ دیکھیں گے تو ممکن ہے اس میں زیادہ معلومات موجود نہ ہوں۔ ممکن ہے آپکے گزشتہ طبی ریکارڈ اور ٹیسٹوں کے نتائج اس میں شامل نہ ہوں۔ آپ اور آپکو صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے (معالج) کسی بھی وقت آپکے مائی ہیلتھ ریکارڈ میں نئی معلومات شامل کرنا شروع کر سکتے ہیں۔

معلومات شامل کرنے کے لیے my.gov.au کے ذریعے اپنے مائی ہیلتھ ریکارڈ میں لاگ ان کریں۔

مائی ہیلتھ ریکارڈ کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں:

**MyHealthRecord.gov.au**

امدادی فون لائن (Help line) 1800 723 471

اردو میں مدد کے لیے 131 450 پر تحریری اور زبانی ترجمے کی نیشنل سروس (TIS National) کو فون کریں

اس نظام میں شریک اپنے معالج سے کہیں کہ وہ آپکی ملاقات کا خلاصہ آپکے مائی ہیلتھ ریکارڈ میں اپ لوڈ کر دیں۔



Australian Government

Australian Digital Health Agency

