



Date published: 19 August, 2025

Date last updated: 19 August, 2025

آپ اور آپ – You and your general practice کے جنرل پریکٹس

[Publication \(/publication\)](#)

Content

- آپ کب اور کیسے اپنے جنرل پریکٹس سے رابطہ کر سکتے ہیں؟
- اگر پریکٹس بند ہو تو اس صورت میں کیا ہوگا؟
- اگر کوئی ہنگامی صورتحال ہو تو؟
- جب آپ اپنی پریکٹس سے اپائنٹمنٹ کی درخواست کے لیے رابطہ کرتے ہیں تو کیا ہوتا ہے؟
- آپ کی مدد کون کر سکتا ہے؟
- اگر آپ کو اضافی مدد کی ضرورت ہو؟
- آپ جنرل پریکٹس کا انتخاب کیسے کرتے ہیں؟
- کیا کوئی پریکٹس آپ کو رجسٹر کرنے سے انکار کر سکتی ہے؟
- کیا آپ اپنے ریفر کردہ ہسپتال یا کلینک کا انتخاب کر سکتے ہیں؟
- میں نئے ہیں (UK) اگر آپ برطانیہ
- اگر آپ گھر سے دور ہیں لیکن ابھی بھی برطانیہ میں موجود ہیں
- کیا جنرل پریکٹس کسی چیز کے لیے چارج کرتے ہیں؟
- ہر کسی کے ساتھ کیسا برتاؤ کیا جانا چاہیے؟
- آپ اپنے جنرل پریکٹس کی مدد کیسے کر سکتے ہیں؟
- آپ رائے یا خدشات کا اظہار کیسے کر سکتے ہیں؟

سے کیا توقع رکھنی چاہیے اور آپ ان کی مدد (GP) یہ کتابچہ آپ کو بتاتا ہے کہ آپ کو اپنے جنرل پریکٹس کیسے کر سکتے ہیں، تاکہ آپ کو قومی صحت کی بہترین سروس میسر ہو سکے۔ ذیل میں فراہم کردہ لنکس کے ذریعے سے مزید تفصیلات ملاحظہ کی جا سکتی ہیں۔

آپ کب اور کیسے اپنے جنرل پریکٹس سے رابطہ کر سکتے ہیں؟

آپ کا جنرل پریکٹس پیر سے جمعہ، صبح 8:00 بجے تا شام 6:30 بجے تک دستیاب ہے۔

ان تمام اوقات کے دوران آپ، یا آپ کی جانب سے آپ کے نگہداشت کنندہ، ایسا کر سکتے ہیں

- پریکٹس کا دورہ کر سکتے ہیں۔
- انہیں کال کر سکتے ہیں۔
- **کی ایپ** استعمال کرتے ہوئے آن لائن جا سکتے ہیں **NHS** پریکٹس کی ویب سائٹ یا

آپ اپنی پریکٹس سے رابطہ کرنے کے لیے اُس طریقے کا انتخاب کر سکتے ہیں جو آپ کے لیے بہترین ہو۔ کچھ پریکٹسز کے لیے کام کے طویل گھنٹے ہو سکتے ہیں یا وہ درخواست کر سکتے ہیں کہ آپ فوری سوالات کے لیے ان سے فون یا ذاتی طور پر رابطہ کریں۔

اگر پریکٹس بند ہو تو اس صورت میں کیا ہو گا؟

جنرل پریکٹس بند ہونے کی صورت میں اگر آپ کو اپنی جسمانی یا ذہنی صحت کے لیے فوری مدد کی پر آن لائن جائیں یا **nhs.uk** ضرورت ہو، اور آپ اس کے کھلنے تک انتظار نہ کر سکتے ہوں، تو **111** پر کال کریں۔ وہ آپ کو بتائیں گے کہ اس کے بعد کیا کرنا ہے۔

اگر کوئی ہنگامی صورتحال ہو تو؟

پر جائیں (حادثہ اور ہنگامی صورتحال) **A&E** اگر یہ کوئی سنگین یا جان لیوا ہنگامی صورتحال ہے، تو فوراً یا **999** پر کال کریں۔

جب آپ اپنی پریکٹس سے اپائنٹمنٹ کی درخواست کے لیے رابطہ کرتے ہیں تو کیا ہوتا ہے؟

خواہ آپ بذریعہ فون، آن لائن، یا اپنی پریکٹس کا دورہ کر کے درخواست کریں، آپ سے اپنی پریکٹس کو کچھ تفصیلات فراہم کرنے کے لیے کہا جا سکتا ہے تاکہ وہ جائزہ لے سکیں کہ آپ کی طبی ضرورت کی بنیاد پر کون سا طریقہ کار بہترین ہے۔ پریکٹس کی ٹیم آپ کی درخواست کے لیے اپائنٹمنٹ مقرر کرنے یا طبی مشورہ دینے پر غور کرے گی اور جو بھی ہو گا وہ ایک کاروباری دن کے اندر آپ کو بتا دے گی۔

یہ مندرجہ ذیل ہو سکتا ہے:

- اس دن یا اگلے دن کی اپائنٹمنٹ
- اس دن یا اگلے دن فون کال
- آپ کے سوال کے جواب میں ٹیکسٹ پیغام۔
- سروس حاصل کرنے کا مشورہ۔ NHS کسی فارمیسی پر جانے یا کوئی دوسری

آپ کی طبی ضرورت کی بنیاد پر آپ کی پریکٹس یہ فیصلہ کرے گی کہ آپ کے لیے کیا بہترین ہے۔

آپ کی پریکٹس آپ کو یہ نہیں کہہ سکتی کہ اگلے دن دوبارہ کال کریں۔

آپ کی مدد کون کر سکتا ہے؟

کے ساتھ فون کال یا پریکٹس کے عملے کے دوسرے ممبر، جیسے نرس یا GP آپ کو بالمشافہ اپائنٹمنٹ یا فارماسسٹ کی پیشکش کی جا سکتی ہے۔

اگر آپ کے کوئی نگہداشت کنندہ ہیں، تو وہ آپ کی رضامندی سے آپ کے لیے گفتگو کر سکتے ہیں۔

آپ کسی ترجیحی نگہداشت صحت کے ماہر کے ساتھ ملاقات کی درخواست کر سکتے ہیں، اور پریکٹس آپ کی درخواست کو پورا کرنے کی کوشش کرے گی، تاہم آپ کو اس شخص کے دستیاب ہونے تک طویل انتظار کرنا پڑ سکتا ہے۔

ایک ہی نگہداشت صحت کے ماہر فرد سے ملاقات کرنا مفید ہو سکتا ہے، خاص طور پر تب جب آپ کو کوئی دیرینہ صحت کا مرض لاحق ہو۔

کے ساتھ خود ملاقات کر سکتے ہیں؟ GP آپ کس عمر سے

اگر آپ 16 یا اس سے زائد عمر کے ہیں، تو آپ خود اپائنٹمنٹس لے سکتے اور جا سکتے ہیں۔

کے ساتھ ملاقات GP اگر آپ 16 سال سے کم عمر کے ہیں، تب بھی آپ اپنے والد/والدہ یا سرپرست کے بغیر یہ فیصلہ کرے گا کہ آیا یہ آپ کے لیے موزوں ہے۔ GP کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کو اضافی مدد کی ضرورت ہو؟

اگر آپ انگریزی نہیں بولتے، تو آپ اپائنٹمنٹ لیتے ہوئے اپنی ترجیحی زبان میں ترجمانی کی سروسز کی درخواست کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کو اضافی مدد جیسے طویل اپائنٹمنٹس، پرسکون جگہ، وہیل چیئر تک رسائی، یا کسی مختلف فارمیٹ میں معلومات کی ضرورت ہو، تو اپنی پریکٹس کو بتائیں اور وہ آپ کی مدد کرنے کی کوشش کریں گے۔

آپ جنرل پریکٹس کا انتخاب کیسے کرتے ہیں؟

آپ ایسا کر سکتے ہیں:

- مقامی پریکٹس کو کال کر سکتے ہیں یا دورہ کر سکتے ہیں۔
- تلاش کریں کا استعمال کر سکتے ہیں GP آن لائن

اگر آپ تبدیل کر کے کسی نئے جنرل پریکٹس کو منتخب کرنا چاہتے ہیں تو آپ کسی بھی وقت ایسا کر سکتے ہیں۔ زیادہ تر لوگوں کے قریب چند ہی اختیارات ہوتے ہیں۔

یا ایڈریس کے ثبوت کی ضرورت ہوتی ہے؟ ID کیا آپ کو

نمبر یا ایڈریس کے ثبوت کی ضرورت نہیں ہوتی۔ اگر آپ ایسا کرتے ہیں NHS کسی ID نہیں، آپ کو کسی سے ملاقات کرنے کے لیے اس کی GP تو یہ پریکٹس کے لیے مددگار ہو سکتا ہے، لیکن رجسٹر کرنے یا ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ بے گھر ہیں تب بھی آپ پریکٹس کے ساتھ رجسٹر کر سکتے ہیں۔

کیا کوئی پریکٹس آپ کو رجسٹر کرنے سے انکار کر سکتی ہے؟

اگر وہ انکار کرتے ہیں تو انہیں 14 دنوں کے اندر آپ کو لازماً تحریری طور پر بتانا ہو گا اور وضاحت کرنی ہو گی۔ کوئی بھی پریکٹس صرف کسی موزوں وجہ کے باعث ہی انکار کر سکتی ہے، جیسے آپ بہت دور رہتے ہیں یا ان کے مریضوں کی فہرست میں گنجائش نہیں ہے۔ مثال کے طور پر، وہ ان وجوہات کی بناء

پر انکار نہیں کر سکتے جیسے کہ امیگریشن کی حیثیت، کوئی مستقل ایڈریس نہ ہونا، یا دیگر خصوصیات سے منسلک وجوہات کی بناء پر جو مساوات کے قانون کے تحت محفوظ ہیں۔

کیا آپ اپنے ریفر کردہ ہسپتال یا کلینک کا انتخاب کر سکتے ہیں؟

کو آپ کی کسی جسمانی یا ذہنی صحت کی حالت کے لیے ریفر کرنے کی ضرورت پڑے، GP اگر آپ کے تو زیادہ تر کیسز میں آپ کو اپنی مرضی کے ہسپتال یا سروسز منتخب کرنے کا حق حاصل ہے۔ آپ اپنے حاصل کر سکتے ہیں۔ (<https://www.nhs.uk/using-the-nhs/about-the-nhs/your-choices-in-the-nhs/>)۔ منتخب کرنے کے حق پر مزید معلومات یہاں

میں نئے ہیں (UK) اگر آپ برطانیہ

کے ساتھ رجسٹر کر سکتے ہیں۔ اس کا استعمال مفت ہے اور آپ کی امیگریشن کی حیثیت آپ GP تب بھی آپ کے ساتھ رجسٹر کرنے کے حق پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ GP کے

اگر آپ گھر سے دور ہیں لیکن ابھی بھی برطانیہ میں موجود ہیں

اگر آپ 24 گھنٹے سے زیادہ (لیکن 3 ماہ سے کم کے عرصے) سے گھر سے دور ہیں، تو آپ اپنی قیام کی جگہ کے نزدیک عارضی مریض کی حیثیت سے رجسٹر کروا سکتے ہیں۔

آپ اپنے لیے نامزد شدہ فارمیسی کو بھی تبدیل کروا سکتے ہیں تاکہ آپ کو اپنی قریبی جگہ سے ہی دوا مل ایپ کے ذریعے ایسا کر سکتے ہیں۔ NHS سکے۔ آپ اپنی پریکٹس سے رابطہ کر کے یا

کیا جنرل پریکٹسز کسی چیز کے لیے چارج کرتے ہیں؟

سے کسی ذاتی کام کی درخواست کرتے GP کی سروسز مفت ہیں۔ تاہم بعض اوقات، اگر آپ GP کے NHS ہیں (جیسے انشورنس کے لیے خط تحریر کرنا)، تو وہ فیس چارج کر سکتے ہیں۔

ہر کسی کے ساتھ کیسا برتاؤ کیا جانا چاہیے؟

پریکٹس کو ہر کسی کے ساتھ منصفانہ انداز میں، شفقت اور احترام کے ساتھ برتاؤ کرنا چاہیے۔ اسی طرح، آپ کو بھی عملے کے ساتھ احترام کا برتاؤ کرنا چاہیے۔ اگر مریض پُرتشدد ہوں یا عملے کے ساتھ بدسلوکی کریں تو پریکٹس انہیں اپنی فہرست سے ہٹا سکتی ہے۔

کا آئین پڑھ سکتے ہیں۔ NHS اپنے حقوق کے بارے میں مزید جاننے کے لیے، آپ

آپ اپنے جنرل پریکٹس کی مدد کیسے کر سکتے ہیں؟

1. تیار رہنا: اپائنٹمنٹ سے پہلے، اپنی علامات، آپ کس بارے میں پریشان ہیں اور آپ کس بارے میں بات کرنا چاہتے ہیں کے متعلق لکھنے کے بارے میں سوچیں۔
2. وقت کی پابندی کرنا: اپائنٹمنٹ میں تاخیر سے پہنچنا یا وقت پر واپس کال کے لیے دستیاب نہ ہونا دوسرے مریضوں کو متاثر کر سکتا ہے۔

3. **ضرورت پڑنے پر منسوخ کرنا:** اگر آپ اپنی اپائنٹمنٹ میں حاضر نہیں ہو سکتے، تو جلد از جلد پریکٹس کو مطلع کریں، تاکہ وہ کسی اور کو اس کی پیشکش کر سکیں۔
4. **کی ایپ یا ویب سائٹ استعمال کرنا:** اگر آپ سمارٹ فونز یا کمپیوٹرز استعمال کرنے میں پُر NHS اعتماد ہیں، تو آپ اپائنٹمنٹس بُک کر سکتے ہیں یا منسوخ کر سکتے ہیں، دہرائے گئے نسخہ جات آرڈر کر سکتے ہیں، اور اپنے ٹیسٹ کے نتائج آن لائن دیکھ سکتے ہیں۔
5. **کی ایپ استعمال کرتے ہیں، تو اطلاعات کو آن کریں تاکہ پریکٹس NHS اطلاعات کو آن کرنا:** اگر آپ آپ سے مزید آسانی سے رابطہ کر سکے۔ براہ کرم پیغامات پر نظر رکھیں۔
6. **مستقل ادویات کو وقت پر آرڈر کرنا:** یقینی بنائیں کہ آپ دہرائے گئے نسخہ جات کی درخواست وقت پر دیں، تاکہ آپ کے پاس ادویات ختم نہ ہوں، اور صرف اپنی ضرورت کی ادویات ہی آرڈر کریں۔
7. **مریضوں کی شرکت کے گروپ میں شامل ہونا:** آپ کی پریکٹس میں مریضوں کا ایک ایسا گروپ ہو گا جو اس کی فراہم کردہ سروسز پر رائے دینے کی پیشکش کر سکتے ہیں۔ آپ کی پریکٹس کی ویب سائٹ پر وضاحت موجود ہے کہ آپ کیسے شامل ہو سکتے ہیں۔

آپ رائے یا خدشات کا اظہار کیسے کر سکتے ہیں؟

اگر آپ رائے دینا، کسی خدشے کا اظہار کرنا یا کوئی رسمی شکایت کرنا چاہتے ہیں، تو پریکٹس کے مینیجر سے گفتگو کرنے کی درخواست کریں۔ اگر آپ ایسا کرنے میں آرام دہ محسوس نہیں کرتے، تو اپنے انٹیگریٹڈ کی پریکٹسز کی نگرانی پر مامور ہے۔ GPs کا ادارہ جو NHS سے رابطہ کریں – مقامی (ICB) کیئر بورڈ تلاش کر سکتے ہیں۔ (<https://www.england.nhs.uk/contact-us/about-nhs-services/contact-your-local-integrated-care-board-icb/>) آپ اپنے مقامی انٹیگریٹڈ کیئر بورڈ کو یہاں

آپ اپنی پریکٹس کے متعلق اپنے مقامی ہیلتھ واچ کو بھی رائے دے سکتے ہیں۔ ان کا کام یہ یقینی بنانا ہے کہ کے قائدین اور دوسرے فیصلہ ساز افراد آپ کی بات پر غور کریں اور آپ کی رائے کو نگہداشت میں بہتری لانے کے لیے استعمال کریں۔ ہیلتھ واچ ایک خود مختار اور غیر جانبدار ادارہ ہے، اور کوئی بھی معلومات جو آپ ان کے ساتھ شیئر کرتے ہیں وہ خفیہ ہوتی ہے۔ اپنے مقامی ہیلتھ واچ کو تلاش کرنے کے لیے [Find your local Healthwatch | Healthwatch](https://www.healthwatch.co.uk/your-local-healthwatch/list) ملاحظہ کریں (<https://www.healthwatch.co.uk/your-local-healthwatch/list>)

Date published: 19 August, 2025

Date last updated: 19 August, 2025

▲ Back to top