سۆرانی / KURDISCH SPRACHE / KURDE / CURDO

مافەکانی نەخۆش زانیاریی گرنگ

کاتێ کە نەخۆشەکان بە باشی ئاگادار بن لە مافەکانی خۆیان، دەتوانن هەموو چارەسەرێکی پێشنیارکراو وەربگرن و پەیوەندیەکی باش لەگەڵ پسپۆرانی چاودێریی تەندروستی دروست بکەن.

1. مافی وەرگرتنی زانیاری

نەخۆشەکان مافی ئەوەیان هەیە کە زانیاریی ڕوون و گونجاویان پێ بدرێت سەبارەت بە دۆخی تەندروستیی خۆیان، ئەو تێست و چارەسەرانە کە ڕەنگە بۆ ئەوان بکرێت، کاریگەری و مەترسیە ئیحتمالیەکانی پرۆسەی چارەسەرکردن، و هەروەها پێشناسین (پرۆگنەوسیس) و لایەنە داراییەکانی چارەسەرکردن. کاتێك کە نەخۆش لە ناوەندێکی چاودێریی تەندروستی وەردەگیرێت، لە بنەما دا، دەوێت نەخۆش زانیاریی نووسراوی پێ بدرێت سەبارەت بە مافەکان و ئەرکەکانی ئەو، و هەروەها سەبارەت بە مەرجەکانی مانەوەی.

2. ڕەزامەندیی ئازاد و ئاگاهانە

نابێت چاودێریی پزیشکی بەبێ ڕەزامەندیی ئازاد و ئاگاهانەی نەخۆشێك کە توانای تێگەیشتن و بڕیاردانی هەیە دابین بکرێت، سا ئەو کەسە گەورە بێت یان مناڵ. نەخۆش مافی ئەوەی هەیە هەرکات بیهەوێت چاودێریی پزیشکی ڕەت بکاتەوە، دەست لە بەکارهێنانی هەرجۆرە چارەسەرێك هەڵبگرێت و لە ناوەندی چاودێریی تەندروستی بڕوات.

3. دەستوو و ڕێنمایی سەرەتایی، نوێنەرانی دەرمانی، و ڕێپێدان لە حاڵەتی نەتوانین دا

هەموو کەسێك مافی ئەوەی هەیە کە لەپێشەوە هەندێ ڕێنمایی و دەستوور بدات بۆ ئەوەی دیاری بکات لەو کاتانە دا کە ناتوانێت خواستی خۆی دەرببڕێت چ جۆرە خزمەتێکی چاودێریی بۆ دابین بکرێت. هەروەها ڕەنگە نەخۆش کەسێك، کە ناسراوە بە نوێنەری دەرمانی، بۆ خۆی دەستنیشان بکات تاوەکوو لەو کاتانە دا کە نەخۆشەکە خۆی ناتوانێت قسە بکات بە جێگەی ئەو بڕیار بدات و شێوازی چارەسەرکردن هەڵبژێرێت.

4. مافی ئازادیی هەڵبژاردن

ئەگەر چارەسەرکردن سەرپێیی بێت، نەخۆش مافی ئەوەی هەیە ئازادانە ئەو پسپۆرەی چاودێریی تەندروستی کە دەیهەوێت بیبینێت هەڵبژێرێت. لە بنەمادا، نەخۆش مافی ئەوەیشی هەیە کە ئازادانە ئەو ناوەندەی چاودێریی تەندروستی هەڵبژێرێت کە دەیهەوێت لەوێ چارەسەر بکرێت، سا ئەو ناوەندە گشتی بێت یان بە کارکردن لەپێناو بەرژەوەندیی گشتی دا ناسراو بێت. ئەم ئازادیەی هەڵبژاردنی پسپۆر یان ناوەندی چاودێریی تەندروستی ڕەنگە بەپێی ئەو چاودێریە کە لە هەر پلانێکی بنەڕەتیی بیمەی تەندروستی دا دابین دەکرێت ناڕاستەوخۆ سنووردار بکرێت. ڕەنگە بیمە تەنها تێچووی بەشێك لە چارەسەرکردن بدات، بەتایبەت ئەگەر چارەسەرکردن لە نەخۆشخانەیەك لە دەرەوەی کانتۆن ئەنجام بدرێت.

5. سەندنەوەی ئازادی لە نەخۆش و چارەسەرکردنی ئەو بەبێ ڕەزامەندی

لە بنەما دا، ئەنجامدانی هەر کارێك بۆ ڕێگرتن لە نەخۆش یان سەندنەوەی ئازادی لە ئەو قەدەغەنە. هەروەها هەرجۆرە چارەسەرکردن بەبێ ڕەزامەندیی ئەو قەدەغەنە. بەڵام، لە هەندێ حاڵەتی زۆر تایبەت دا، ڕەنگە هەندێ شت وەکوو سنووردارکردنی ئازادیی جمووجووڵ یان چارەسەرکردنی بەبێ ڕەزامەندی بەسەر نەخۆش دا بسەپێنرێت.

6. ڕازداریی پیشەیی

نەخۆش مافی ئەوەی هەیە کە زانیاریەکانی بە نهێنی بمێننەوە. پسپۆرانی چاودێریی تەندروستی دەبێت پابەند بن بە ڕازدایی پیشەیی، کە هەروەها ناسراوە بە ڕازداریی پزیشکی. ئەوان نابێت هیچیەك لەو زانیاریانە کە لە کاتی جێبەجێکردنی کارەکانیان دا بە دەستی دەهێنن ئاشکرا بکەن. مەگەر یاسا بەجۆرێکی تر دەستووری دابێت، دەنا ئەوان نابێت بەبێ ڕەزامەندیی نەخۆش ئەم زانیارییانە بدەن بە لایەنێکی تر. ڕازدایی پیشەیی هەروەها پەیوەندیی نێوان پسپۆرانی چاودێریی تەندروستیش دەگرێتەوە.

7. دەسگەیشتن بە فایلەکان

نەخۆش مافی هەیە کە فایلەکانی خۆی ببینێت و داوای ڕوونکردنەوە بکات. لە بنەما دا، نەخۆش دەتوانێت نوسخەیەك لە هەربەشێکی ئەو فایلە بەخۆڕایی وەربگرێت، سا ئەسڵ بێت یان کۆپی. هەروەها دەتوانێت بیدات بە پسپۆرێکی چاودێریی تەندروستی کە خۆی هەڵیبژاردووە.

8. مافی هێنانی هاوڕێ لەگەڵ خۆ

نەخۆشێك کە لە ناوەندێکی چاودێریی تەندروستی دەمێنێتەوە مافی ئەوەی هەیە لە ماوەی مانەوەی دا بەردەوام یارمەتی و ئامۆژگاری وەربگرێت. مافی ئەوەی هەیە داوا بکات کەسوکاریی نزیکی یارمەتیی بدەن و بەردەوام لەگەڵ هاوڕێیان و ئەندامانی خێزانی دا پەیوەندی هەبێت. ئەوان ئەگەر بیانەوێت دەتوانن پەیوەندی بکەن بە یاریدەرێکی دەرەکی.

9. بەخشینی ئەندام و شانەی لەش

مرۆڤ دەتوانێت بڕیار بدات لە ماوەی ژیانی دا ئەندامی لەشی بۆ چاندن ببەخشێت. هەرجۆرە حەزی کەمتری کەسەکە ئەولەویەتی هەیە بەسەر حەزی کەسوکاری ئەو دا. بەخشینی ئەندام، شانە یان خانەی لەش دەبێت بەخۆڕایی بێت؛ هەرجۆرە فرۆشتن بۆ سوود قەدەخەنە.

ئایا پێویستت بە زانیاری یان ئامۆژگاری هەیە؟

تکایە داوای بروووشووری تەواوی «زانیاریی بنەڕەتی لەبارەی نەخۆش» بکە یان پەیوەندی بکە بە بەپرسانی تەندروستی لە کانتۆنی خۆت:

کانتۆنی ڤالائیس

Service de la santé publique
Office du médecin cantonal

Av. du Midi 7, 1950 Sion

Tél. 027 606 49 00
santepublique@admin.vs.ch
www.vs.ch/sante

کۆمار و کانتۆنی ژوورا

Service de la santé publique
Médecin cantonal

Fbg des Capucins 20,
2800 Delémont

Tél. 032 420 51 33
medecin.cantonal@jura.ch

کانتۆن بێڕن

Direction de la santé publique
et de la prévoyance sociale

Rathausgasse 1, 3011 Berne

Tél. 031 633 79 20
info@gef.be.ch
www.gef.be.ch

کانتۆنی ڤاو

Service de la santé publique
Bâtiment administratif de la Pontaise

Avenue des Casernes 2,
1014 Lausanne

Tél. 021 316 42 00
info.santepublique@vd.ch
www.vd.ch/ssp

کانتۆنی نۆیشاتێل

Service de la santé publique (DFS)
Rue Pourtalès 2, 2000 Neuchâtel

Tél. 032 889 52 09
www.ne.ch/santepublique

کانترۆنی فریبورگ

Service de la santé publique
Rte des Cliniques 17, 1700 Fribourg

Tél. 026 305 29 13
ssp@fr.ch
www.fr.ch/ssp

کۆمار و کانتۆنی تیشینۆ

Dipartimento della sanità
e della socialità
Ufficio Medico cantonale

Via Dogana 16, 6500 Bellinzona

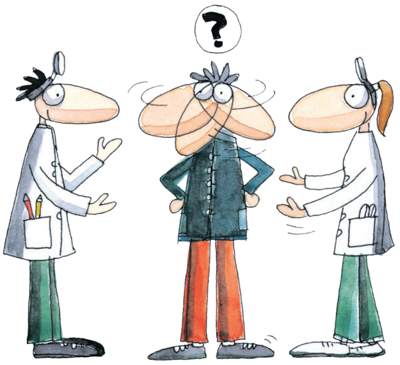
Tél. 091 814 30 50
dss-umc@ti.ch
www.ti.ch/promozionesalute

کۆمار و کانتۆنی ژنێڤا

Direction générale de la santé
Service du médecin cantonal

Av. de Beau-Séjour 24,
Case postale 76,
1211 Genève 4 Plainpalais

Tél. 022 546 50 00
www.ge.ch/deas



canton de vaud
ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG
Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD
REPUBLIQUE ET CANTON DE GENEVE
POST TENEBRAS LUX
JURA.CH
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA
ne.ch
RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL
Repubblica e Cantone Ticino
CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS