

Tôi cần được săn sóc gì?

English version: www.healthdirect.gov.au/what-care-do-i-need

Có nhiều loại dịch vụ và thông tin về săn sóc sức khỏe có sẵn tại Úc. Bài này giải thích làm cách nào để tìm đúng dịch vụ vào đúng lúc.

- **Nếu quý vị bệnh hay bị thương nặng:** Hãy gọi xe cứu thương trên số ba số không (000) hoặc đi đến phòng cấp cứu tại bệnh viện ở gần quý vị nhất.
- **Nếu quý vị bệnh hay bị thương nhẹ:** Hãy gọi healthdirect ở số 1800 022 222 để được tư vấn, hoặc đi đến GP của quý vị, trung tâm y khoa địa phương hoặc dược sĩ.
- **Nếu quý vị cần được săn sóc y tế liên tục:** Hãy gặp GP của quý vị.
- **Nếu quý vị cần tư vấn về sức khỏe bản thân:** Hãy gặp GP hoặc dược sĩ của quý vị, hoặc gọi healthdirect ở số 1800 022 222.
- **Nếu quý vị cần thông tin về sức khỏe tổng quát:** Hãy tìm trực tuyến, dùng những liên kết được healthdirect gợi ý.

Thông tin về sức khỏe trực tuyến

Nếu quý vị chỉ cần thông tin về một vấn đề sức khỏe, quý vị có thể tìm thấy thông tin chất lượng cao trực tuyến. Điều quan trọng là biết cách dò tìm như thế nào để tìm được thông tin đáng tin cậy.

Hãy đoán chắc là quý vị chỉ dùng thông tin từ những tổ chức có tiếng tăm, như là hội từ thiện hoặc các bộ trong chính phủ. Luôn luôn kiểm tra với GP của quý vị nếu quý vị không chắc về điều gì đó.

[healthdirect](#) là một dịch vụ tư vấn và thông tin về sức khỏe do chính phủ làm chủ. Dịch vụ cung cấp thông tin an toàn và thích đáng về sức khỏe và kết nối với các nguồn khác mà quý vị có thể tin tưởng.

Để biết thêm các mạch nước để tìm thông tin về sức khỏe đáng tin cậy trực tuyến, hãy xem xét hình ảnh thông tin ([infographic](#)) này về [thông tin sức khỏe trực tuyến](#).

Gọi đường dây giúp đỡ healthdirect

Nếu quý vị có thêm nhiều câu hỏi hoặc muốn hỏi về hoàn cảnh của cá nhân mình, quý vị có thể gọi đường dây giúp đỡ healthdirect trên số 1800 022 222. Quý vị có thể gọi 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần.

Khi quý vị gọi đường giây giúp đỡ healthdirect quý vị sẽ nói chuyện với một y tá có đăng ký, người này sẽ hỏi quý vị vài câu hỏi và tư vấn quý vị cần làm gì kế tiếp.

Hãy gọi đường giây giúp đỡ:

- nếu vấn đề của quý vị không phải trường hợp cấp cứu hoặc nếu quý vị không chắc chắn
- để xin tư vấn xem quý vị cần đi gặp chuyên viên sức khỏe nào
- để được kết nối với đường giây giúp đỡ ngoài giờ của GP
- để tìm những dịch vụ gần quý vị nhất

Vai trò của GP

Bác sĩ tổng quát (GP) là người đầu tiên mà quý vị thường đi gặp nếu quý vị có vấn đề sức khỏe. Họ điều hợp việc săn sóc sức khỏe cho quý vị và có thể giới thiệu quý vị đi gặp những bác sĩ hoặc chuyên viên về sức khỏe khác nếu cần. Trong một số nước, GP được gọi là bác sĩ gia đình.

GP của quý vị biết quý vị, gia đình quý vị và cộng đồng quý vị và có thể săn sóc quý vị suốt cả đời. Hãy thử tìm một GP mà quý vị thích và có thể thực thà trao đổi với người đó.

Quý vị có thể gặp một GP tại phòng mạch đôi khi gọi là phòng mạch gia đình hoặc trung tâm y khoa. Vài phòng mạch GP và trung tâm y khoa cung cấp một loạt các dịch vụ tại cùng địa điểm – thí dụ, khám tổng quát, rọi kiếng x-ray, dược sĩ và săn sóc các vết thương nhẹ.

GP có thể tư vấn quý vị về sức khỏe của quý vị và cung cấp những văn bản pháp lý như giấy chứng nhận hoặc báo cáo y khoa nếu quý vị đã gặp tai nạn.

Tìm hiểu thêm về [vai trò của một GP](#)

Muốn tìm một GP trong vùng của quý vị, hãy viếng mục tìm dịch vụ ([service finder](#)) của healthdirect.

Vai trò của dược sĩ

Dược sĩ là những chuyên viên có bằng cấp, họ cung cấp sự tư vấn và thông tin về thuốc men và sức khỏe của quý vị. Hãy viếng dược sĩ của quý vị để được tư vấn về các bệnh và thương tích nhẹ.

Nếu bác sĩ của quý vị cho quý vị một toa thuốc (đôi khi gọi là script) để mua thuốc, quý vị có thể mua thuốc đó từ một dược sĩ. Các dược sĩ cũng bán những

thuốc mua tại quầy và cung cấp một loạt những dịch vụ bao gồm tư vấn, kiểm tra sức khỏe và một số chích ngừa.

Tìm biết thêm về việc [tìm hiểu tối đa nơi dược sĩ của quý vị](#).

Để tìm một dược sĩ trong vùng của quý vị, hãy viếng mục [tìm dịch vụ \(service finder\)](#) của healthdirect.

Những dịch vụ ngoài giờ

Những dịch vụ ngoài giờ đem đến sự sẵn sóc nếu quý vị cần gặp ai đó sau khi GP hoặc dược sĩ của quý vị đã đóng cửa. Hãy hỏi GP thường ngày của quý vị là họ có cung cấp dịch vụ ngoài giờ không, và quý vị phải làm gì nếu quý vị ngã bệnh sau khi họ đã đóng cửa.

Đường giây GP giúp đỡ ngoài giờ của healthdirect có thể thu xếp cho một GP gọi lại quý vị. Đường giây cũng có thể giúp quý vị tìm những dịch vụ ngoài giờ trong vùng của quý vị. Hãy gọi số 1800 022 222.

Đến phòng cấp cứu

Nhiều bệnh viện tại Úc có phòng cấp cứu. Những phòng này mở cửa 24 giờ một ngày và cung cấp việc chữa trị khẩn cấp cho những người có bệnh hay thương tích nặng cần được chữa thật nhanh.

Hãy đến phòng cấp cứu nếu quý vị bị thương hay bệnh nặng. Nếu quý vị bị bệnh hoặc bị thương nhẹ, thì tốt hơn nên đi gặp GP của quý vị hay đến một trung tâm y tế hoặc gặp dược sĩ.

Các phòng cấp cứu sẽ luôn luôn chữa trị các bệnh nhân bị bệnh hay bị thương nặng càng sớm càng tốt. Nếu bệnh trạng của quý vị ít nghiêm trọng hơn quý vị có thể phải chờ đợi.

Gọi xe cứu thương

Nếu thương tích của quý vị nghiêm trọng và khẩn cấp, quý vị có thể gọi xe cứu thương trên ba số không (000). Quý vị phải gọi xe cứu thương nếu quý vị hoặc người nào khác bị:

- đau ngực hoặc tức ngực
- bất chợt thấy yếu sức, tê dại hoặc tê liệt mặt, cánh tay hoặc chân
- khó thở
- bất tỉnh

- chảy máu không kiểm soát được
- bất chợt suy sụp hoặc té không giải thích được
- co giật không giải thích được (động kinh)
- thương tích do tai nạn xe hơi nghiêm trọng
- té từ trên rất cao
- tấn công nghiêm trọng, bao gồm đâm hay bắn
- phỏng nặng, đặc biệt nơi các em nhỏ
- trẻ em bị co giật hoặc sốt liên tục.

Tìm hiểu thêm về [gọi ba số không \(000\)](#) tại đây.

Giúp đỡ và các tài nguyên để dùng các dịch vụ y tế

Làm thế nào để tìm dịch vụ y tế

Để tìm các dịch vụ y tế, quý vị có thể dùng mục [tìm dịch vụ \(service finder\)](#) của healthdirect.

Quý vị cũng có thể nhờ GP hoặc dược sĩ tư vấn cách tìm các dịch vụ y tế trong vùng của quý vị.

Giúp đỡ cho những người không nói tiếng Anh

Nếu Anh Ngữ không phải là ngôn ngữ chính của quý vị, quý vị có thể tìm người phiên dịch qua [Dịch Vụ Phiên Dịch và Thông Dịch \(TIS National\)](#). Quý vị có thể nói với một thông dịch viên ngay lập tức bằng cách gọi số 131 450. Dịch vụ này miễn phí và sẵn sàng 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần.

Nếu đó là trường hợp cấp cứu, hãy luôn luôn gọi ba số không (000) trước tiên. Nhân viên điều hành 000 sẽ gọi TIS National và kết nối quý vị với một thông dịch viên.

Bác sĩ, dược sĩ hoặc bệnh viện của quý vị cũng có thể thu xếp một thông dịch viên cho quý vị.