ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ

ਇਹ ਇੱਕ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ, ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਹੋਵੇ, ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹੀ ਮਾਹਰ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਭਵ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹਾਂਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਨੇ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕੀਤਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕੀ ਬਿਹਤਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੀ ਫੀਡਬੈਕ ਸਾਡੀ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਸੇਵਾ ਵਧੇਰੇ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹੇ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਸਰਵੇਖਣ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਵਾਬ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ **england.pharmacyintegration@nhs.net** 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰਕੇ ਵੀ ਫੀਡਬੈਕ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ

NHS

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦੀ ਅਗਲੀ ਸਪਲਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਸਪਲਾਈ ਸਾਡੇ ਕੁਝ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟਾਂ ਤੋਂ ਪਰਦੇਦਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ
www.england.nhs.uk/pharmacycontraception/ 'ਤੇ ਲਵੋ ਜਾਂ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਸਪਲਾਈ ਕੁਝ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਸਮਾਂ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਬਾਰੇ ਉਹੀ ਮਾਹਰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਕੌਣ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਕਿਸ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੱਕ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦੀ ਅਗਲੀ ਸਪਲਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹੈਲਥ ਕਲੀਨਿਕ ਦੁਆਰਾ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਸ ਅੰਦਰ ਜਾ ਕੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਗੀਆਂ, ਪਰ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬੱਸ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ, ਅਤੇ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਸਪਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸਕੇਗਾ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਸੇਵਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਸਾਡੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ: **www.england.nhs.uk/pharmacycontraception/.**

ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇੱਕ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹੀ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗਾ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕੁਝ ਜਾਂਚਾਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ – ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਭਾਰ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਾ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਦੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕੇਗਾ ਅਤੇ, ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਦੇਵੇਗਾ।

ਕੀ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਮੇਰੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਭੇਜੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ?

ਜੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਉਹ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ। ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਗੁਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ।

ਕੀ ਮੈਂ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਦੇ ਨਵੇਂ ਢੰਗ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਾਂਗੀ ਜਾਂ ਬਦਲ ਸਕਾਂਗੀ?

ਪ੍ਰਯੋਗ ਦੇ ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦਾ ਕੋਈ ਵੱਖਰਾ ਤਰੀਕਾ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਣਾ ਪਏਗਾ।