



موقع رسیدن به استرالیا

وقتی به استرالیا وارد می شوید کیس ورکر یا پیشنهاد دهنده تان به شما کمک می نماید:

- در مدیکر (Medicare) نام نویسی کنید



- به یک داکتر مراجعه کنید:



- برای معاینه صحت



- یقین حاصل کنید که آخرین واکایه کردن خانواده شما انجام شده است



Medicare

Medicare نظام مواظبت صحتی ملی استرالیا است.

Medicare بخشی یا همه مصارف ذیل را پرداخت می کند:

- خدمات طبی
- خدمات شفاخانه ای

برای نام نویسی در Medicare شما سند مسافرتی خود را برای ثبوت هویت – اینکه شما کی هستید، ضرورت خواهید داشت.

به شما یک کارت Medicare داده می شود.

شما هروقت:

- به داکتر مراجعه می کنید

- به شفاخانه می روید، باید آن را همراه داشته باشید



داکتر خانوادگی

شما می خواهید داکتری برای خانواده خود پیدا کنید.



داکتر ها را جی پی (General Practitioners - GPs) هم می گویند.



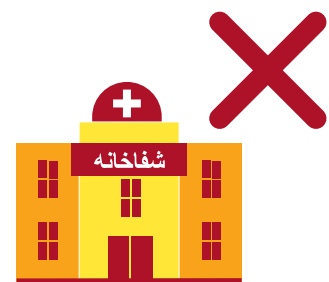
داکتر ها تداوی طبی عمومی را برای تکلیف های صحی معمول فراهم می نمایند.



آنها از مردم در خانه دیدار می کنند اگر تکلیف های صحی مداوم و جدی داشته باشند.



ضرورت ندارد شما برای دیدن داکتر به شفاخانه بروید.



در استرالیا، داکتر ها در ناحیه (سابرب) و در دفاتر خود یا در کلینیک ها کار می کنند.



می توانید یک داکتر در نزدیکی محل زندگی خود پیدا کنید.



داکتر شما باید:

- مورد اعتماد شما باشد



- با فامیل شما آشنا شود
- ضرورت های صحت خانواده شما را بفهمد



اگر شما با خدمتی که داکتر به شما می دهد راضی نیستید می توانید او را تغییر دهید.



داکتر ها می توانند به 13 14 50 زنگ زده از ترجمان های رایگان از طریق خدمات ترجمانی تحریری و شفاهی (Translating and Interpreting Service - TIS National) در هر وقت بخواهند استفاده کنند.



موقع معین کردن وقت ملاقات – اپوینتمنت، اگر ترجمان می خواهید به داکتر خود بگویید.



مواظبت صحی و طبی توسط متخصص

داکترتان ممکن است به شما بگوید که شما باید برای تکلیف صحی یا طبی خود با یک داکتر متخصص ملاقات کنید.



یک متخصص یک داکتری است که در یک رشته از تکلیف طبی یا صحی تخصص دارد.



داکترتان برای شما یک مراجعه خط نوشته می کند.



یک مراجعه خط ای است که می گوید:

- چه تکلیف صحی یا طبی دارید
- چه نوع تخصصی را باید ملاقات کنید



\$\$\$

مصارف دیدن یک متخصص زیاد تر است.

???



گرفتن وقت ملاقات فوری از یک متخصص سخت تر می باشد.



شما ممکن است هفته ها یا حتی ماه ها صبر کنید تا انها راه دیده بتوانید.

شفاخانه ها

شفاخانه های استرالیا یا:

• دولتی

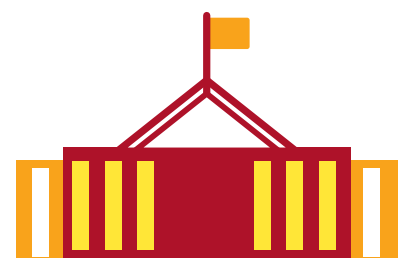


• یا خصوصی هستند



\$\$\$

دولت مصارف شفاخانه های دولتی را پرداخت می کند.





تداوی در شفاخانه های دولتی از طریق Medicare رایگان است.

\$\$

شفاخانه خصوصی



در شفاخانه های خصوصی شما باید مصارف را خودتان بدهید.

Medicare ممکن است بخشی از پولی را که داده اید به شما پس بدهد.



متباقی آن را باید خودتان پرداخت کنید.

دواخانه ها

دواخانه ها دکان هایی هستند که:

- دوا
- محصولات صحتی
- محصولات زیبایی می فروشند

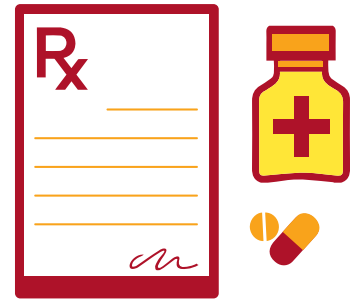


همچنین به آنها کمیستز هم می گویند.



شما می توانید آز دواخانه:

- دواهای معمولی یا
- دوا های با نسخه داکتر خریداری کنید



دواهای معمولی دواهایی هستند که ممکن است برای تکلیف های
صحتی تان بگیریید ولی برای گرفتن آن ها ضرورتی نیست که
داکتری را ملاقات کنید.



همچنین آن ها را می توانید در سوپر مارکیت ها خریداری کنید.

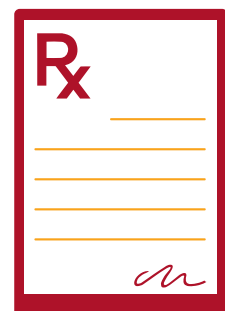


دواهای نسخه ای دواهایی هستند که به اساس توصیه یک داکتر
شما نیاز دارید که انها را بگیریید.



داکتر به شما یک نسخه می دهد – یک نوشته ای که می گوید:

- چه چیز باید بگیریید
- چه قدر باید بگیریید
- چند بار در روز باید بگیریید



اگر شما کارت های ذیل را نشان دهید می توانید دواهای نسخه ای را ارزان تر خریداری کنید:

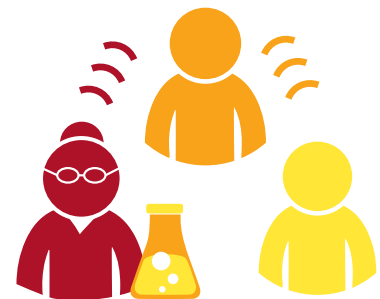
• کارت Medicare



• کارت مواظبت صحت



دو فروش ها هم می توانند از ترجمان ها از طریق TIS National استفاده کنند.



می توانید با 13 14 50 با TIS National تماس بگیرید.



مواظبت از کهنسالی من (My Aged Care)

مواظبت های سالمندی من خدمتی برای سالمندان است.



این خدمت به مردمان کهنسال، خانواده ها و مواظبین آنها معلوماتی راجع به خدماتی می دهند که می توانند استفاده می کنند.



می توانید معلومات بیشتری را در ویبسایت My Aged Care پیدا کنید.

www.myagedcare.gov.au



یا با تلفون زدن به 1800 200 422.

یادتان باشد

شما می توانید به تیس نشنل زنگ بزنید تا شما را با قرارهای ملاقات
صحی تان کمک کند.



برای شما هزینه ای نخواهد داشت.



می توانید از طریق 13 14 50 به TIS National زنگ بزنید.



می توانید معلومات بیشتری راجع به TIS National از ویبسایت آن ها
پیدا کنید.

www.tisnational.gov.au/en/Non-English-speakers



Medicare بخشی یا همه مصارف تداوی طبی را پرداخت می کند، از این اشخاص:

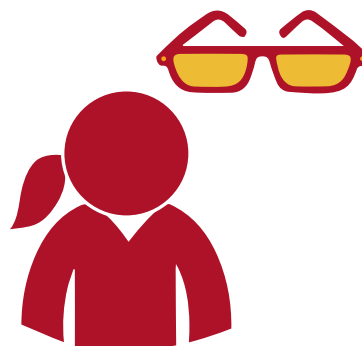
• داکتر ها



• متخصص ها



• متخصص چشم – داکتر های چشم



Medicare شاید هزینه بعضی از انواع تداویها را که از خدمات صحی ذیل میگیرید بپردازد:

• داکتر های دندان



- سایر خدمات مواظبت صحت



اگر شما به شفاخانه عمومی بروید، Medicare مصارف
ذیل را پرداخت می کند:

- تداوی شما
- مصارف بستری شدن شما



بیمه صحت خصوصی

شما می توانید با پرداخت پول، بیمه صحت خصوصی
خودتان را داشته باشید.



بیمه صحت خصوصی به شما کمک می کند تا مصارف
تداوی را که Medicare پوشش نمی دهد پرداخت کنید.



این مصارف به شمول خدماتی از قبیل:

- شفاخانه های خصوصی



- داکترها



- داکترهای دندان



- متخصصین، به شمول متخصص چشم و



- سایر خدمات مواظبت صحتی است



فیس (مصارف)

Medicare هزینه ای که مردم باید برای خدمات مختلف بپردازد تعیین میکند.

این ها را مصارف استاندارد یا مصارف بر طبق تعرفه می گویند.

Medicare به شما فقط مصارف استاندارد را پس می دهد.

برخی از داکترها از شما بیش از مبلغ استاندارد می گیرند.

شما این مصارف اضافی را باید خودتان پرداخت کنید.



فیس تخفیف یافته داکتر که توسط دولت پرداخته میشود (بلک بیلینگ)

برخی از داکتر ها بالک بلینگ را پیشکش می کنند.

بلک بیلینگ وقتی صورت میگیرد که یک داکتر در عوض خدمات اش فیس معمولی بگیرد.



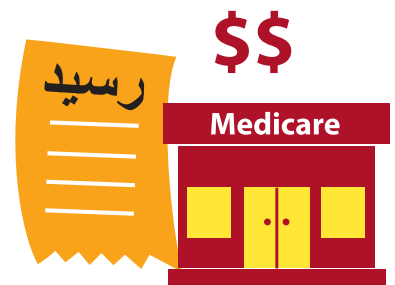
این بدان معنی است که شما خودتان مجبور نیستید برای ملاقات تان
پایه بدهید.



اگر داکتر شما بالک بل نکرد، شما باید برای مراجعه به داکتر پول
بدهید.



اگر رسید خود را به Medicare ببرید، به شما قسمتی از پایه ای
را که پرداخت کرده اید پس می دهد.



پروگرام های وجود دارند تا معیوبین را همراه با فامیل و موظبین
شان کمک کنند.

معیوبیت



شما می توانید معلومات بیشتر را با جستجو کردن کلمات معیوبیت و
موظبین (disability and carers) در ویبسایت وزارت خدمات
اجتماعی پیدا کنید.

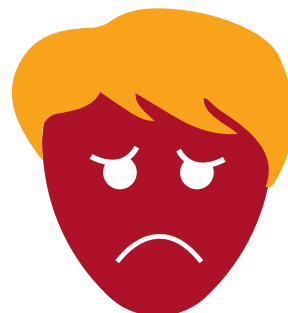
www.dss.gov.au



صحت روحی و مشوره گیری

شما می توانید کسی را پیدا کنید که به شما در موارد ذیل کمک نماید:

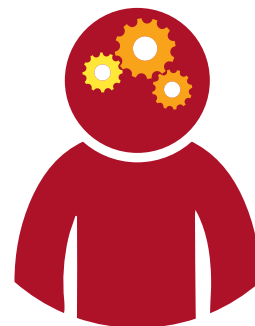
- احساس جگر خونی یا افسردگی داشته باشید



- برای عادت کردن به زندگی در استرالیا تکلیف داشته باشید



این ها را تکلیف های صحت روحی می گویند.



این طبیعی است که چنین احساسی داشته باشید.



این در مورد افرادی که در زندگی آنها تغییرات کلانی رخ داده باشد پیش می آید.



خیلی مهم است که برای تکلیف صحت روحی کمک بگیرید.



این تکلیف ها مثل تکلیف های جسمانی جدی هستند.



می توان آن ها را با مشوره گرفتن تداوی کرد.

اگر با داکترتان صحبت کنید، او می تواند شما را به یک:

- روانشناس یا
- مشوره دهنده رجوع دهد



خدماتی هستند که حمایت های صحت روحی در اختیار نفری قرار می دهند که در استرالیا بود و باش دارد.



برای معلومات بیشتر، به:

- www.beyondblue.org.au
- www.lifeline.org.au
- www.mindhealthconnect.org.au



جمعیت خدمات استرالیایی برای نجات
یافتگان شکنجه روحی و جسمی

(Forum of Australian Services for Survivors of
Torture and Trauma - FASSTT)
به قربانیان شکنجه روحی و جسمی کمک می کند.



می توانید معلومات بیشتر را در وبسایت FASSTT پیدا کنید.
www.fasstt.org.au

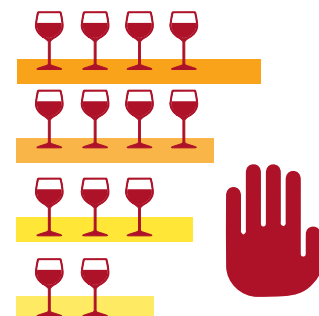
صحتمند ماندن

بهترین راه برای جلوگیری از مریض شدن این است که شیوه
زندگی صحتمندی داشته باشید.



برای سالم ماندن کارهایی هست که شما می توانید انجام دهید:

- نوشیدن الکل را محدود کنید



- سگرت نکشید



- مرتب تمرین ورزشی کنید – این بهترین راه برای ملاقات با افراد دیگر و ورزشیده ماندن است



- خوراک های صحت بخورید



در استرالیا دکان ها پر از چیزهای تازه اند از قبیل:

- میوه
- سبزیجات و ترکاری
- گوشت



این صفحه از قصد سفید رها شده است

استفاده از تصویر کارت Medicare فقط به منظور تعلیم دادن است و به منزله تأیید کامنولث نیست.



ارائه شده توسط سازمان بین المللی مهاجرت
از جانب وزارت خدمات اجتماعی استرالیا



Australian Government
Department of Social Services