

## ਸੈਂਟਰ ਕਦੋਂ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? When is the Centre open?

### ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ:

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸੁਭਾ 9:00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4.30

ਸਨਿੱਚਰਵਾਰ, ਐਤਵਾਰ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ।

ਉਪਲਬਧ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।

### ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਸਮਾਂ:

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸ਼ਾਮ 2:00 ਤੋਂ ਸੁਭਾ 8:00

ਸਨਿੱਚਰਵਾਰ, ਐਤਵਾਰ ਸੁਭਾ 9:00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 9:00

### ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ:

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਾਈਟ ਤੇ ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ:

- ਐਕਸ-ਰੇ, ਅਲਟ੍ਰਾ ਸਾਊਂਡ, ਮੈਡੀਕਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਜਾਂ ਸੀ.ਟੀ. ਸਕੈਨਿੰਗ
- ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

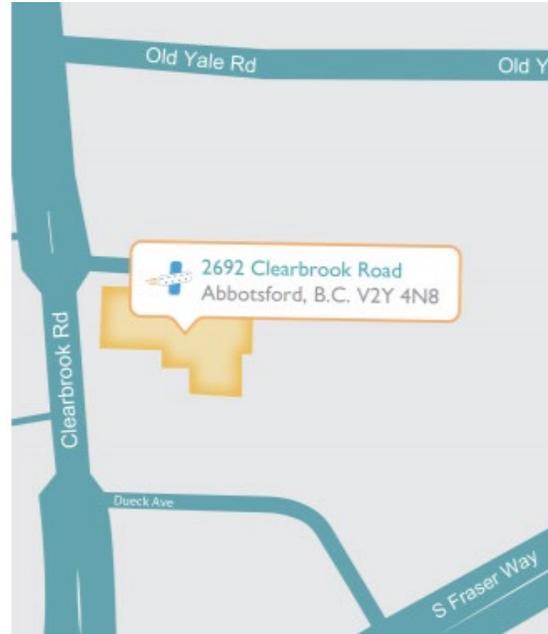
ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਥੈਰੇਪੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਾਈਟ ਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥ (ਓਪੀਓਡ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਅਸੀਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਜਾਂ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ (ਬੈਨਜ਼ੋਡਿਆਜ਼ੋਪਾਈਨ) ਲਈ ਪਰਚੀ ਲਿਖ ਕੇ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ।

ਜੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਫਾਰਮ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਭਰ ਸਕਦੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਬੀਮੇ ਵਾਲੇ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫਾਰਮ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੀ 3 ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

## ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਹਾਂ Where to find us ਯੂਨਿਟ 100-2692 ਕਲੀਅਰਬਰੁਕ ਰੋਡ ਐਬਟਸਫੋਰਡ, ਬੀ.ਸੀ.



ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੇਦ ਭਾਵ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਨਾਲ ਹਮਦਰਦੀ, ਮਾਣ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੇ ਹਾਂ।

[www.fraserhealth.ca](http://www.fraserhealth.ca)

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ।



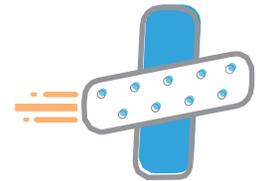
## ਐਬਟਸਫੋਰਡ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ

### Abbotsford Urgent and Primary Care Centre

ਸੁਭਾ 9:00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8:00 ਤੱਕ ਹਫ਼ਤੇ  
ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ

**604-870-3325**

ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ  
[fraserhealth.ca/urgentcare](http://fraserhealth.ca/urgentcare)



## ਕੀ ਫ਼ਰਕ ਹੈ? What is the difference?

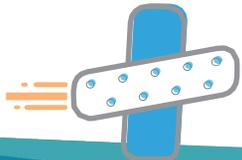
### ਤੁਰੰਤ ਦੇਖਭਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜੋ:

- ✓ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਨਹੀਂ ਸਕੇ, ਅਤੇ
- ✓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 12 ਤੋਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਹੀਂ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਦਾ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਇੱਥੇ ਆਉਣ ਤੇ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਅਸੀਂ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਣਾ ਹੈ।

### ਤੁਰੰਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ:

- ਖੰਘ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ
- ਗਲਾ ਦਰਦ
- ਛਾਤੀ, ਕੰਨ, ਗਲਾ, ਚਮੜੀ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਲੀ ਦੀ ਮਮੂਲੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ
- ਨਵਾਂ ਜ਼ਖਮ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਕੱਟ ਜਾਣੀ
- ਹਲਕਾ ਕਮਰ ਦਰਦ
- ਸੈਕਸ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਚਿੰਤਾ
- ਆਮ ਸਿਰ ਦਰਦਾਂ ਜਾਂ ਥਕਾਵਟ



### ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜੋ:

- ਗੰਭੀਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਚੋਟ ਲੱਗੀ ਹੈ
- ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

### ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਕਦੋਂ ਜਾਣਾ ਹੈ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਮਿਸਾਲਾਂ:

- ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਜਾਂ ਸਾਹ ਫੁੱਲਣਾ
- ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਖੂਨ ਜੋ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ
- ਦੌਰੇ ਦਾ ਸ਼ੱਕ
- ਓਵਰਡੋਜ਼ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰ
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸੰਕਟ
- ਹੱਡੀ ਟੁੱਟਣੀ/ ਜੋੜ ਹਿੱਲਣਾ

### ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜੋ:

- ਐਬਟਸਫੋਰਡ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ

### ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ
- ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸਾਂ
- ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ
- ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ

### ਅਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ 2 ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ:

- ਵਰਚੁਅਲ ਮੁਲਾਕਾਤ
- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁਲਾਕਾਤ

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਮੁਤਾਬਿਕ ਅਸੀਂ ਟੀਮ ਅਧਾਰਿਤ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕੋਲ ਵੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

## ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਕਿੱਥੇ ਜਾਵਾਂ? Not sure where to go?

### ਫ਼ਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਵਰਚੁਅਲ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

1-800-314-0999

- ਨਰਸ ਨਾਲ ਸੁਭਾ 10:00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 10:00 ਤੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਗੱਲ ਕਰੋ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ 8-1-1
- ਨਰਸ ਨਾਲ ਦਿਨੇ ਜਾਂ ਰਾਤੀਂ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮੀਂ 5:00 ਤੋਂ ਸੁਭਾ 9:00 ਤੱਕ ਹਰ ਰਾਤ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ 130 ਵਿਚ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਲਈ ਆਪਣੀ ਬੋਲੀ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਦਸੋ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਤੇ ਆਉਣ ਤੱਕ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ।

### ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

604-870-3325

- ਸੁਭਾ 9:00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5:00 ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਐਤਵਾਰ

