



Date published: 19 August, 2025

Date last updated: 19 August, 2025

You and your general practice – आप और आपकी जनरल प्रैक्टिस

[Publication \(/publication\)](#)

Content

- [आप अपने सामान्य चिकित्सक से कब और कैसे संपर्क कर सकते हैं?](#)
- [यदि प्रैक्टिस बंद हो जाए तो क्या होगा?](#)
- [यदि आपातकालीन स्थिति हो तो क्या होगा?](#)
- [जब आप अपॉइंटमेंट के लिए अपने प्रैक्टिस से संपर्क करते हैं तो क्या होता है?](#)
- [आपकी मदद कौन कर सकता है?](#)
- [आप किस उम्र से स्वयं किसी चिकित्सक से मिल सकते हैं?](#)
- [यदि आपको अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता हो तो क्या होगा?](#)
- [आप जनरल प्रैक्टिस का चयन कैसे करते हैं?](#)
- [क्या आपको ID या पते के प्रमाण की आवश्यकता है?](#)
- [क्या कोई प्रैक्टिस आपको पंजीकृत करने से इन्कार कर सकती है?](#)
- [आपको किस अस्पताल या क्लिनिक में भेजा जाए यह क्या आप चुन सकते हैं?](#)
- [यदि आप UK में नए हैं](#)
- [यदि आप घर से दूर हैं लेकिन अभी भी UK में हैं](#)
- [क्या जनरल प्रैक्टिस में किसी भी चीज़ के लिए शुल्क लिया जाता है?](#)
- [सभी के साथ कैसा व्यवहार किया जाना चाहिए?](#)
- [आप अपने जनरल प्रैक्टिस को कैसे मदद कर सकते हैं?](#)
- [आप फीडबैक कैसे दे सकते हैं या चिंताएं कैसे व्यक्त कर सकते हैं?](#)

यह मार्गदर्शिका आपको बताती है कि आपको अपने जनरल प्रैक्टिस (GP) से क्या अपेक्षा करनी चाहिए और आप उनकी किस प्रकार मदद कर सकते हैं, ताकि आपको राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा से सर्वोत्तम लाभ मिल सके। अधिक विवरण नीचे दिए गए लिंक से प्राप्त किया जा सकता है।

आप अपने सामान्य चिकित्सक से कब और कैसे संपर्क कर सकते हैं?

आपकी सामान्य प्रैक्टिस **सोमवार से शुक्रवार तक सुबह 8:00 बजे से शाम 6:30 बजे तक** खुली रहती है।

इन घंटों के दौरान आप या आपकी ओर से आपका देखभालकर्ता निम्न कार्य कर सकता है:

- अभ्यास पर जाएँ।
- उनको कॉल करें।
- प्रैक्टिस की वेबसाइट या **NHS ऐप** का उपयोग करके ऑनलाइन जाएँ

आप अपने लिए सर्वोत्तम तरीका चुन सकते हैं और अपने प्रैक्टिस से संपर्क कर सकते हैं। कुछ प्रैक्टिस में अधिक समय लग सकता है या वे आपसे तत्काल प्रश्नों के लिए फोन या व्यक्तिगत रूप से संपर्क करने के लिए कह सकते हैं।

यदि प्रैक्टिस बंद हो जाए तो क्या होगा?

यदि आपको अपने शारीरिक या मानसिक स्वास्थ्य के लिए तत्काल सहायता की आवश्यकता है, जब सामान्य प्रैक्टिस बंद है, और आप उनके खुलने तक इंतजार नहीं कर सकते, तो **111.nhs.uk** पर ऑनलाइन जाएँ या **111** पर कॉल करें। वे आपको बताएंगे कि आगे क्या करना है।

यदि आपातकालीन स्थिति हो तो क्या होगा?

यदि यह गंभीर या जीवन-को जोखिम वाली आपातस्थिति है, तो सीधे **A&E** (दुर्घटना और आपातकाल) पर जाएँ या **999** पर कॉल करें।

जब आप अपॉइंटमेंट के लिए अपने प्रैक्टिस से संपर्क करते हैं तो क्या होता है?

चाहे आप अपना अनुरोध फोन द्वारा करें, ऑनलाइन करें या अपने प्रैक्टिस में जाकर करें, आपसे अपने प्रैक्टिस के बारे में कुछ विवरण देने के लिए कहा जा सकता है, ताकि वे आपकी नैदानिक आवश्यकता के आधार पर यह आकलन कर सकें कि आपके लिए क्या सर्वोत्तम है। प्रैक्टिस टीम आपकी अपॉइंटमेंट या चिकित्सा सलाह के अनुरोध पर विचार करेगी और **एक कार्य दिवस के भीतर** आपको बताएगी कि आगे क्या होगा।

यह हो सकता है:

- उस दिन या उसके बाद के दिन अपॉइंटमेंट
- उस दिन या उसके बाद के दिन फ़ोन कॉल
- आपके प्रश्न का उत्तर देने वाला एक पाठ संदेश।
- किसी फार्मसी या अन्य NHS सेवा में जाने की सलाह।

आपकी क्लिनिकल आवश्यकता के आधार पर आपको प्रैक्टिस यह तय करेगी कि आपके लिए क्या सर्वोत्तम है।

आपका प्रैक्टिस आपको अगले दिन पुनः कॉल करने के लिए नहीं कह सकता।

आपकी मदद कौन कर सकता है?

आपको किसी GP या प्रैक्टिस स्टाफ के अन्य सदस्य, जैसे कि नर्स या फार्मासिस्ट, से आमने-सामने मुलाकात या फोन पर बात करने का प्रस्ताव दिया जा सकता है।

यदि आपका कोई देखभालकर्ता है, तो वह आपकी सहमति से आपकी ओर से बात कर सकता है।

आप किसी पसंदीदा स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से मिलने का अनुरोध कर सकते हैं, और प्रैक्टिस आपके अनुरोध को पूरा करने का प्रयास करेगी, हालांकि आपको उस व्यक्ति के उपलब्ध होने के लिए अधिक समय तक इंतजार करना पड़ सकता है।

एक ही स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से मिलना उपयोगी हो सकता है, विशेषकर यदि आपको कोई दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्या हो।

आप किस उम्र से स्वयं किसी चिकित्सक से मिल सकते हैं?

यदि आपकी आयु **16 वर्ष या उससे अधिक** है, तो आप स्वयं अपॉइंटमेंट ले सकते हैं और जा सकते हैं।

यदि आपकी आयु **16 वर्ष से कम** है, तो भी आप अपने माता-पिता या अभिभावक के बिना किसी चिकित्सक से मिलने का अनुरोध कर सकते हैं। आपके लिए उपयुक्त है या नहीं यह GP यह तय करेगा।

यदि आपको अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता हो तो क्या होगा?

यदि आप अंग्रेजी नहीं बोल सकते हैं, तो आप अपॉइंटमेंट लेते समय अपनी पसंदीदा भाषा में अनुवाद सेवाएं मांग सकते हैं।

यदि आपको अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता है, जैसे लम्बी अपॉइंटमेंट, शांत स्थान, व्हीलचेयर की सुविधा, या किसी भिन्न प्रारूप में जानकारी, तो अपने प्रैक्टिस को बताएं और वे आपकी सहायता करने का प्रयास करेंगे।

आप जनरल प्रैक्टिस का चयन कैसे करते हैं?

आप ऐसा कर सकते हैं:

- किसी स्थानीय क्लिनिक पर कॉल करें या जाएं।
- **ऑनलाइन GP खोजें (Find a GP online)** का उपयोग करें

यदि आप किसी नए जनरल प्रैक्टिस में बदलाव करना चाहते हैं तो आप ऐसा किसी भी समय कर सकते हैं। अधिकांश लोगों के पास पास में ही कुछ विकल्प होते हैं।

क्या आपको ID या पते के प्रमाण की आवश्यकता है?

नहीं, आपको ID, NHS नंबर या पते के प्रमाण की आवश्यकता नहीं है। यदि आप ऐसा करते हैं तो इससे प्रैक्टिस को मदद मिल सकती है, लेकिन इसके लिए पंजीकरण कराने या किसी GP से मिलने की आवश्यकता नहीं है। यदि आप बेघर हैं तो आप भी किसी प्रैक्टिस में पंजीकरण करा सकते हैं।

क्या कोई प्रैक्टिस आपको पंजीकृत करने से इन्कार कर सकती है?

यदि वे नहीं कहते हैं तो उन्हें **14 दिनों** के भीतर आपको पत्र लिखकर कारण बताना होगा। कोई भी प्रैक्टिस केवल तभी इन्कार कर सकती है जब कोई उचित कारण हो, जैसे कि यदि आप बहुत दूर रहते हैं या उनकी रोगी सूची बंद हो। उदाहरण के लिए, वे आव्रजन स्थिति, स्थायी पता न होने, या समानता कानून के तहत संरक्षित अन्य विशेषताओं से जुड़े कारणों के लिए 'नहीं' नहीं कह सकते।

आपको किस अस्पताल या क्लिनिक में भेजा जाए यह क्या आप चुन सकते हैं?

यदि आपके GP को आपको किसी शारीरिक या मानसिक स्वास्थ्य स्थिति के लिए रेफर करने की आवश्यकता है, तो अधिकांश मामलों में आपको वह अस्पताल या सेवा चुनने का अधिकार है, जहां आप जाना चाहते हैं। आप अपने चयन के अधिकार के बारे में अधिक जानकारी [here](https://www.nhs.uk/using-the-nhs/about-the-nhs/your-choices-in-the-nhs/) (<https://www.nhs.uk/using-the-nhs/about-the-nhs/your-choices-in-the-nhs/>) प्राप्त कर सकते हैं।

यदि आप UK में नए हैं

आप अभी भी GP के साथ पंजीकरण करा सकते हैं। **इसका उपयोग निःशुल्क है और आपकी आव्रजन स्थिति किसी GP के पास पंजीकरण कराने के आपके अधिकार को प्रभावित नहीं करती है।**

यदि आप घर से दूर हैं लेकिन अभी भी UK में हैं

यदि आप 24 घंटे से अधिक समय (परन्तु 3 महीने से कम) के लिए घर से बाहर रहते हैं, तो आप जहां रह रहे हैं, उसके निकट **अस्थायी रोगी** के रूप में पंजीकरण करा सकते हैं।

आप अपनी नामित फार्मसी भी बदल सकते हैं ताकि आपको अपनी दवाई नजदीक में मिल सके। आप अपने प्रैक्टिस से संपर्क करके या NHS ऐप के माध्यम से ऐसा कर सकते हैं।

क्या जनरल प्रैक्टिस में किसी भी चीज़ के लिए शुल्क लिया जाता है?

NHS GP सेवाएँ **निःशुल्क** हैं। कभी-कभी, यदि आप GP से निजी कार्य करने को कहते हैं (जैसे बीमा के लिए पत्र लिखना), तो वे शुल्क ले सकते हैं।

सभी के साथ कैसा व्यवहार किया जाना चाहिए?

प्रैक्टिस में सभी के साथ निष्पक्ष, दयालु और सम्मानपूर्वक व्यवहार किया जाना चाहिए। इसी तरह, आपको भी कर्मचारियों के साथ सम्मानपूर्वक व्यवहार करना चाहिए। यदि कोई मरीज स्टाफ के साथ हिंसक या दुर्व्यवहार करता है तो उसे प्रैक्टिस अपनी सूची से हटा सकता है।

अपने अधिकारों के बारे में अधिक जानने के लिए आप **NHS संविधान** पढ़ सकते हैं।

आप अपने जनरल प्रैक्टिस को कैसे मदद कर सकते हैं?

1. **तैयार रहें:** अपॉइंटमेंट से पहले, आपके लक्षण, आप किस बात को लेकर चिंतित हैं और आप किस बारे में बात करना चाहते हैं, यह सब लिख लें।
2. **समय का पालन करें:** अपॉइंटमेंट के लिए देर से पहुंचना या समय पर कॉल-बैक के लिए अनुपलब्ध होना अन्य रोगियों को प्रभावित कर सकता है।
3. **यदि आवश्यक हो तो रद्द करें:** यदि आप अपनी अपॉइंटमेंट पर नहीं जा सकते हैं, तो जितनी जल्दी हो सके प्रैक्टिस को बताएं, ताकि वे इसे किसी और को दे सकें।
4. **NHS ऐप या वेबसाइट का उपयोग करें:** यदि आप स्मार्ट फोन या कंप्यूटर का उपयोग करने में सक्षम हैं, तो आप अपॉइंटमेंट बुक या रद्द कर सकते हैं, दोबारा दवा लिखवा सकते हैं, और अपने परीक्षण के परिणाम ऑनलाइन देख सकते हैं।
5. **सूचनाएं चालू करें:** यदि आप NHS ऐप का उपयोग करते हैं, तो सूचनाएं चालू करें ताकि प्रैक्टिस आपसे अधिक आसानी से संपर्क कर सके। कृपया संदेशों पर ध्यान रखें।
6. **समय पर दोबारा दवाइयां मंगवाएं:** सुनिश्चित करें कि आप समय पर दोबारा दवाइयां मंगवाते हैं, ताकि दवाइयां खत्म न हो जाएं, और केवल वही दवा मंगवाएं जिनकी आपको आवश्यकता है।
7. **रोगी भागीदारी समूह में शामिल हों:** आपकी प्रैक्टिस में रोगियों का एक समूह होगा जो आपके द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं पर फीडबैक दे सकता है। आपकी प्रैक्टिस वेबसाइट पर यह बताया जाना चाहिए कि आप कैसे इसमें शामिल हो सकते हैं।

आप फीडबैक कैसे दे सकते हैं या चिंताएं कैसे व्यक्त कर सकते हैं?

यदि आप फीडबैक देना चाहते हैं, कोई चिंता व्यक्त करना चाहते हैं या कोई औपचारिक शिकायत करना चाहते हैं, तो प्रैक्टिस मैनेजर से बात करें। यदि आप ऐसा करने में सहज महसूस नहीं करते हैं, तो अपने एकीकृत देखभाल बोर्ड (ICB) से संपर्क करें – जो स्थानीय NHS निकाय जो GPs प्रथाओं की देखरेख करता है। आप अपना स्थानीय एकीकृत देखभाल बोर्ड [here](https://www.england.nhs.uk/contact-us/about-nhs-services/contact-your-local-integrated-care-board-icb/)

(<https://www.england.nhs.uk/contact-us/about-nhs-services/contact-your-local-integrated-care-board-icb/>) देख सकते हैं।

आप अपने स्थानीय हेल्थवॉच (Healthwatch) को अपने अभ्यास के बारे में फीडबैक भी दे सकते हैं। उनका काम यह सुनिश्चित करना है कि NHS के नेता और अन्य निर्णयकर्ता आपकी आवाज सुनें और देखभाल में सुधार के लिए आपके फीडबैक का उपयोग करें। Healthwatch स्वतंत्र एवं निष्पक्ष है, तथा आपके द्वारा उनके साथ साझा की गई कोई भी जानकारी गोपनीय है। अपने स्थानीय Healthwatch को खोजने के लिए यहां जाएं: [Find your local Healthwatch | Healthwatch](https://www.healthwatch.co.uk/your-local-healthwatch/list) (<https://www.healthwatch.co.uk/your-local-healthwatch/list>)

Date published: 19 August, 2025

Date last updated: 19 August, 2025

[▲ Back to top](#)