|  |  |
| --- | --- |
| **Seeing a doctor ការទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិត**  **specialist or health professional | អ្នកឯកទេស ឬអ្នកជំនាញសុខភាព** | |
|  |  |
| Victoria has a wide range of health care professionals to meet all your health needs.  From your local GP to specialists and allied services covering both complimentary medicine and conventional treatments, there is a diverse range of expert to help you.  For everyday non-emergency and ongoing health issues, your first place for treatment and advice will usually be your local GP, who is a general practitioner, but is commonly known as a GP.  GPs, as well as other allied health professionals, such as physiotherapists, psychologists, podiatrists, and dentists can be accessed directly without referral.  This is called primary, or first, care.  There are also medical specialists.  However, you will need to have a referral from your GP to access these services.  Talk to your GP for more information.  Your GP will have an understanding of you and your medical history.  “I think it's really important for someone to have a good relationship with their GP. As someone they can come to and trust with their health problems.  A GP is a person who's fairly central and you might have any kind of health problem, whether it be physical problem or a mental problem or you might want to just talk about your general health and prevention, you can be really well assured that anything you tell the doctor's not going to go outside of the room. It's completely confidential.  It's really important when a person comes to the doctor to tell the doctor exactly what you're doing, exactly what you're taking. Whether it be prescribed medication or over the counter medication, alternative substances, natural medicines. That's all okay, just tell the doctor and also alcohol and any elicit substances you might be taking. The doctor just wants to know to get the best outcome for you.”  Your GP can also prescribe suitable medications, refer you to specialists for further treatment, recommend allied health professionals, or write medical leave cover notes for your employer if you are unwell.  Having an open and honest relationship with your GP and any other healthcare professionals you see is essential to assist in helping you stay as healthy as possible.  If you are dissatisfied with a healthcare professional, you have the right to get a second medical opinion.  Healthcare professionals play an important role in advising and helping you to prevent illness and maintain good health.  They can help with a whole range of health and wellbeing issues, such as eating well, keeping active, maintaining good mental health.  As an example, let's say you're concerned about a painful knee.  Your GP will assess your condition and may refer you to a radiologist.  You may decide to contact a physiotherapist and make an appointment.  You don't always require a referral from your GP.  There are, of course, benefits to seeing your GP about this issue, too.  Your GP can assess your issue in conjunction with the picture they already have of your overall health.  Once you have seen the radiologist you have been referred to the results will be returned to your GP who will talk with you about the next steps in your health plan.  If it turns out that you need further more specialised help, in this case it could be an orthopaedic surgeon, then a referral must be obtained.  Seeing your GP is either free or subsidised by a government rebate.  If your GP bulk bills, medicare should cover the whole cost.  If they charge a set consultation fee, medicare pays a portion of this.  Costs to see other healthcare professionals or other specialists can vary.  Most charge a fee, but medicare refunds part of that cost.  It's a good idea to check how much you will have to pay before you start your treatment.  There can be times when your GP and other healthcare professionals are unavailable.  In this instance, there are telephone helplines, like nurse on call, available 24 hours a day for general medical advice.  Finding a GP, specialist, or other healthcare professional is something you can play a big part in.  By being involved in your healthcare and talking openly and honestly with your GP, you'll get the best results.  Remember to ask questions, get a second opinion if you need to, listen to health advice, ask for a translator if needed, and act early.  For more information, visit: betterhealth.vic.gov.au/healthprofessionals. | រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា មានគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកថែទាំសុខភាពជាច្រើន ដើម្បីបំពេញគ្រប់តម្រូវការសុខភាពរបស់អ្នក ។  ចាប់ពីវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលជំងឺទូទៅ(GP) ក្នុងតំបន់ របស់ អ្នក រហូតដល់គ្រូពេទ្យជំនាញ និងសេវាកម្ម​សម្ព័ន្ធភាពដែល ផ្តល់សេវាថ្នាំពេទ្យ និងការព្យាបាលទូទៅ​គឺមានគ្រូពេទ្យ ជំនាញជាច្រើនប្រភេទ ដើម្បីចាំជួយអ្នក។  ចំពោះបញ្ហាសុខភាពធម្មតា និងបញ្ហាសុខភាពជាប្រចាំរៀង រាល់ថ្ងៃ កន្លែងដំបូងរបស់អ្នកសម្រាប់ទៅទទួលការព្យាបាល និងការប្រឹក្សាជាទូទៅគឺ GP ក្នុងតំបន់របស់អ្នក ដែលជាវេជ្ជ បណ្ឌិតព្យាបាលជំងឺទូទៅ ក៏ប៉ុន្តែជាទូទៅគេហៅថា GP។  អ្នកអាចទៅរកសេវាដោយផ្ទាល់ពី GP ព្រមទាំងគ្រូពេទ្យ ជំនាញផ្នែកសុខភាពផ្សេងទៀតដូចជា គ្រូពេទ្យជំនាញព្យា បាលដោយចលនា គ្រូពេទ្យជំនាញចិត្តសាស្ត្រ គ្រូពេទ្យជំនាញ ព្យាបាលជើង និងគ្រូពេទ្យធ្មេញ ដែលអាចប្រើប្រាស់បានផ្ទាល់ ដោយពុំចាំបាច់ការបញ្ជូន។  នេះគេហៅថាការថែទាំបឋម ឬដំបូង។  ក្រៅពីនេះ ក៏មានគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកវេជ្ជសាស្រ្តដែរ។  ទោះជាយ៉ាងណាក្តី អ្នកនឹងត្រូវការការបញ្ជូនពី GP របស់ អ្នកដើម្បីទទួលបានសេវាកម្មទាំងនេះ។  សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមពិគ្រោះជាមួយ GP របស់អ្នក។  GP របស់អ្នកនឹងមានការយល់ដឹងពីអ្នក និងប្រវត្តិជំងឺរបស់ អ្នក។  “ខ្ញុំគិតថា វាពិតជាមានសារសំខាន់ សម្រាប់នរណាម្នាក់មាន ទំនាក់ទំនងល្អជាមួយ GP របស់ពួកគេ។ ក្នុងភាពជាបុគ្គល ម្នាក់ គេអាចមករកសេវា​ ហើយទុកចិត្តលើការដោះស្រាយ បញ្ហាសុខភាពរបស់ពួកគេ។  GP គឺជាបុគ្គលម្នាក់ដែលមានសារសំខាន់ ហើយអ្នកប្រហែល ជាអាចមានបញ្ហាសុខភាពណាមួយ ទោះជាបញ្ហាផ្លូវកាយ ឬបញ្ហាផ្លូវចិត្ត ឬអ្នកប្រហែលជាគ្រាន់តែចង់ពិភាក្សាអំពីបញ្ហា សុខភាពទូទៅ និង​វិធីបង្ការជំងឺក្តី អ្នកអាចប្រាកដថាអ្វីដែល អ្នកប្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិត នោះនឹងមិនបញ្ចេញទៅខាងក្រៅបន្ទប់ ទេ។ វាជាការសម្ងាត់ទាំងស្រុង។  វាពិតជាមានសារសំខាន់ នៅពេលដែលមនុស្សម្នាក់បានមក ជួបវេជ្ជបណ្ឌិត និយាយប្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិតពីអ្វីដែលអ្នកកំពុងធ្វើ និងថ្នាំពេទ្យអ្វីខ្លះដែលអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់។ ទោះជាថ្នាំមាន សំបុត្រពេទ្យ ឬថ្នាំគ្មានសំបុត្រពេទ្យ សារធាតុជំនួស និងថ្នាំ ធម្មជាតិក្តី។ មិនជាថ្វីទេ សូមគ្រាន់តែប្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិត និងអំពី គ្រឿងស្រវឹង និងសារធាតុញៀនខុសច្បាប់ណាមួយដែលអ្នក ប្រហែលជាកំពុងប្រើប្រាស់។ វេជ្ជបណ្ឌិតគ្រាន់តែចង់ដឹងដើម្បី ផ្តល់លទ្ធផលល្អបំផុតសម្រាប់អ្នកប៉ុណ្ណោះ។"  GP របស់អ្នកក៏អាចចេញថ្នាំពេទ្យត្រឹមត្រូវ បញ្ជូនអ្នកទៅគ្រូ ពេទ្យជំនាញ សម្រាប់ទទួលការព្យាបាលបន្ថែម ណែនាំទៅ គ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកសុខភាព ឬសរសេរសំបុត្រពេទ្យបញ្ជាក់ ការឈប់សម្រាកពីការងារ សម្រាប់និយោជករបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមិនស្រួលខ្លួន។  ការមានទំនាក់ទំនងដោយបើកចំហ និងស្មោះត្រង់ជាមួយ GP របស់អ្នក និងគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកថែទាំសុខភាពណាមួយ ផ្សេងទៀតដែលអ្នកជួប គឺជាការចាំបាច់ក្នុងការជួយឱ្យអ្នកនៅ តែមានសុខភាពល្អ តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។  ប្រសិនបើអ្នកមិនពេញចិត្តនឹងគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកថែទាំសុខ ភាពណាម្នាក់ អ្នកមានសិទ្ធិក្នុងការទទួលបានការពិគ្រោះជំងឺ ពីគ្រូពេទ្យជំនាញផ្សេងទៀត។  គ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកថែទាំសុខភាព ដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់ក្នុង ការផ្ដល់ប្រឹក្សា និងជួយអ្នកបង្ការជំងឺ និងរក្សាឱ្យមានសុខភាព ល្អ។  ពួកគេអាចជួយដោះស្រាយបញ្ហាសុខភាព និងសុខុមាលភាព ជាច្រើន ដូចជាការបរិភោគឱ្យបានល្អ រក្សាភាពរហ័សរហួន និងរក្សាសុខភាពផ្លូវចិត្តឱ្យបានល្អ។  ជាឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើអ្នកមានការព្រួយបារម្ភអំពីការឈឺ ជង្គង់។  GP របស់អ្នកនឹងវាយតម្លៃស្ថានភាពជំងឺរបស់អ្នក ហើយអាច ណែនាំអ្នកទៅគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកថតកាំរស្មី។  អ្នកអាចសម្រេចចិត្តទាក់ទង គ្រូពេទ្យជំនាញព្យាបាលដោយ ចលនា ហើយធ្វើការណាត់ជួប។  អ្នកមិនត្រូវការការបញ្ជូនពី GP របស់អ្នកជានិច្ចទេ។  ពិតជាមានអត្ថប្រយោជន៍ច្រើនក្នុងការជួប GP របស់អ្នកដើម្បី ពិគ្រោះអំពីបញ្ហានេះផងដែរ។  GP របស់អ្នកអាចវាយតម្លៃពីបញ្ហារបស់អ្នក យោងទៅតាមរូប ថតអេកូដែលពួកគេមាន ស្តីអំពីសុខភាពទាំងអស់របស់អ្នក។  នៅពេលដែលអ្នកបានជួប គ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកកាំរស្មីអ៊ិចដែល គេបានណែនាំអ្នក លទ្ធផលនឹងត្រូវបានបញ្ជូនត្រឡប់ ទៅ GP របស់អ្នក ដែលនឹងពិគ្រោះជាមួយអ្នកអំពីជំហានបន្ទាប់ក្នុង គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។  ប្រសិនបើវាបញ្ជាក់ថា អ្នកត្រូវការជំនួយឯកទេសបន្ថែមទៀត ក្នុងករណីនេះវាអាចជាគ្រូពេទ្យឯកទេសវះកាត់ឆ្អឹង ពេលនោះ អ្នកត្រូវតែឱ្យមានការបញ្ជូន។  ការជួបពិគ្រោះជាមួយ GP របស់អ្នកគឺឥតគិតថ្លៃ ឬត្រូវបាន ឧបត្ថម្ភដោយការបង្វិលប្រាក់សងពីរដ្ឋាភិបាល។  ប្រសិនបើ GP របស់អ្នកទាមទារថ្លៃព្យាបាលផ្ទាល់ពីរដ្ឋាភិបាល នោះ Medicare គួរតែរ៉ាប់រងការចំណាយទាំងមូល។  ប្រសិនបើពួកគេគិតថ្លៃសេវាពិគ្រោះជំងឺ នោះ Medicare នឹង ចេញប្រាក់ថ្លៃព្យាបាលមួយចំណែក។  ការចំណាយលើការជួបពិគ្រោះជំងឺ ជាមួយគ្រូពេទ្យជំនាញ ផ្នែកថែទាំសុខភាពផ្សេងទៀត ឬគ្រូពេទ្យជំនាញឯកទេស ផ្សេងទៀតអាចមានការប្រែប្រួល។  គ្រូពេទ្យភាគច្រើនគិតថ្លៃសេវា ក៏ប៉ុន្តែ Medicare ចេញប្រាក់ សងវិញមួយចំណែកលើថ្លៃចំណាយនេះ។  យកល្អ គួរតែពិនិត្យមើលថាតើអ្នកនឹងត្រូវបង់ប្រាក់ប៉ុន្មាន មុនពេលអ្នកចាប់ផ្តើមការព្យាបាលរបស់អ្នក។  អាចមានពេលខ្លះដែល GP របស់អ្នក និងគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែក ថែទាំសុខភាពផ្សេងទៀតមិននៅប្រចាំការសម្រាប់អ្នក។  ក្នុងករណីនេះ មានទូរស័ព្ទសុំជំនួយ ដូចជា Nurse-On-Call (គិលានុបដ្ឋាកប្រចាំការគ្រប់ពេល) ដែលនៅប្រចាំការ ២៤ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ សម្រាប់ផ្តល់ការពិគ្រោះជំងឺទូទៅ។  ការស្វែករក GP គ្រូពេទ្យជំនាញ ឬគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកថែទាំ សុខភាពផ្សេងទៀត គឺជាកិច្ចការដែលអ្នកអាចបំពេញតួនាទី យ៉ាងសំខាន់។  ដោយការចូលរួមក្នុងការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក និងការ ពិគ្រោះដោយបើកចំហ ហើយដោយស្មោះត្រង់ជាមួយ GP របស់អ្នក អ្នកនឹងទទួលបានលទ្ធផលល្អបំផុត។  សូមចងចាំថាត្រូវសួរសំណួរ ទទួលយកការពិគ្រោះជំងឺពីគ្រូ ពេទ្យផ្សេងទៀត ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការស្តាប់តាមការណែនាំពី សុខភាព ស្នើសុំអ្នកបកប្រែភាសា ប្រសិនបើចាំបាច់ ហើយត្រូវ ចាត់វិធានការភ្លាមៗ។  សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមបើកចូល betterhealth.vic.gov.au/healthprofessionals ។ |
|  |  |