

Seeing a doctor, specialist or health professional

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.

மருத்துவர், சிறப்பு மருத்துவர் அல்லது சுகாதாரத் தொழிலர் ஒருவரைப் பார்த்தல்

உங்களுக்குத் தேவைப்படும் உடல்நலச் சேவைகளை அளிப்பதற்கு விக்டோரிய மாநிலத்தில் பலதரப்பட்ட சேவைகள் உள்ளன.

உங்களுடைய பொது மருத்துவர்(ஜி.பி.), சிறப்புமருத்துவர்கள் மற்றும் இதர சேவைகள் ஆகியோர் உள்ளனர். வழக்கமான மருத்துவ சிகிச்சைகள் மற்றும் வேறு வகைப்பட்ட மருத்துவ சிகிச்சைகளை இவர்கள் உங்களுக்கு வழங்குவர்.

அவசரமல்லாத பொதுவான உடல்நலப் பிரச்சினைகளுக்கும் தொடர்ந்து நீடிக்கும் பிரச்சினைகளுக்கும் வைத்தியம் பார்க்க நீங்கள் உங்களுடைய பொது மருத்துவரையே முதலில் பார்க்க வேண்டும், இவரைப் பொதுவாக ஜி.பி. என்று சொல்வார்கள்.

ஜி. பி-யையும், உடலியக்கச் சிகிச்சையாளர்கள் (physiotherapists) உளவியலாளர்கள், பாத மருத்துவர்கள் மற்றும் பல் மருத்துவர்கள் போன்றவர்களை நீங்கள் பரிந்துரை ஏதும் இல்லாமலேயே பார்க்கலாம்.

இது துவக்க நிலைக் கவனிப்பு எனப்படும்.

சிறப்புமருத்துவர்கள் எனப்படுபவர்களும் உள்ளனர்.

இருப்பினும், இந்தச் சேவைகளை அணுகுவதற்கு உங்களுடைய ஜி.பி-யின் பரிந்துரை தேவைப்படும்.

மேலதிகத் தகவல்களுக்கு உங்களுடைய ஜி.பி-யுடன் பேசுங்கள்.

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 illicit substances you might be taking. The doctor just wants to know to get the best outcome for you.

உங்களைப் பற்றியும் உங்களுடைய மருத்துவ வரலாற்றினைப் பற்றியும் உங்களுடைய ஜி.பி. அறிந்திருப்பார்.

ஜி.பி.-யுடன் நல்ல தொடர்புறவில் இருப்பது நமக்கு முக்கியம் என்று நினைக்கிறேன்.

உங்களுடைய ஜி.பி-யை நம்பி அவரிடம் உடல்நலப் பிரச்சனைகளைப் பற்றி நீங்கள் சொல்லலாம் என்ற நிலை இருக்கவேண்டும்.

ஜி.பி-யே உங்கள் உடல் நலத்தின் மையம்.

உங்களுக்கு உடல்நலப் பிரச்சினையோ, மன நலப் பிரச்சினையோ இருக்கலாம், அல்லது உங்களுடைய பொதுநலம் மற்றும் நோய்த்தடுப்பு ஆகியவற்றைப் பற்றி மட்டும் நீங்கள் பேச விரும்பலாம். நீங்கள் எதைப் பற்றிப் பேசினாலும், உங்களுடைய ஜி.பி-யிடம் நீங்கள் சொல்லும் விடயங்கள் அவருடைய அறையை விட்டு வெளியே போகாது என்ற நம்பிக்கையோடு நீங்கள் நிம்மதியாக இருக்கலாம். ஜி.பி.-யிடம் சொல்லும் விடயங்கள் முற்றிலும் இரகசியமாக இருக்கும்.

மருத்துவரிடம் போகும்போது நீங்கள் செய்யும் வேலைகள் மற்றும் நீங்கள் உட்கொண்டுவரும் மருந்துகள் என்ன என்பதை மருத்துவருக்கு நீங்கள் சொல்லவேண்டியது மிக முக்கியம். நீங்கள் உட்கொள்வது பரிந்துரை மருந்தாகவோ, நேரடியாக வாங்கும் மருந்தாகவோ, மாற்று மருந்தாகவோ, மாற்று வஸ்தாகவோ, இயற்கை மருந்தாகவோ இருக்கலாம். தயங்காமல் அதை மருத்துவரிடம் சொல்லுங்கள். மது மற்றும் போதைமருந்து அல்லது சட்டவிரோதப் போதைவஸ்து ஆகிய பழக்கம் இருந்தால் அதையும் சொல்லுங்கள். சிகிச்சையினால் உங்களுக்கு நல்ல பலன் கிடைக்கவேண்டும்

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.

என்பதற்காகவே மருத்துவர் இதைத் தெரிந்துகொள்ள விரும்புவார்.

உங்களுக்குச் சுகம் இல்லாதபோது, உங்களது ஜி.பி தகுந்த மருந்துகளைப் பரிந்துரைப்பார், மேலதிக சிகிச்சைக்குச் சிறப்புமருத்துவரைப் பார்க்குமாறு பரிந்துரைப்பார், மற்ற உடல்நல நிபுணர்களுக்குச் சிபாரிசு செய்வார் அல்லது நீங்கள் பணி புரியும் இடத்திற்குக் கொடுப்பதற்காக மருத்துவ விடுப்புச் சான்று மற்றும் குறிப்புகளைக் கொடுப்பார்.

உங்கள் ஜி.பி-யுடனும் மற்ற உடல்நலத் தொழிலர்களுடனும் நம்பிக்கையோடும் திறந்த மனத்தோடும் இருப்பது கூடிய வரைக்கும் உங்களை ஆரோக்கியமாக வைத்துக்கொள்ள உதவியாக இருக்கும்.

உடல்நல நிபுணர் ஒருவரிடம் உங்களுக்குத் திருப்தி இல்லை என்றால் இரண்டாவதாக ஒரு மருத்துவக் கருத்தைப் பெறும் உரிமை உங்களுக்கு உண்டு.

நோய்களைத் தடுத்து நல்ல உடல்நலத்தை நீங்கள் பராமரிப்பதற்கான அறிவுரையை உங்களுக்கு அளிப்பதில் உடல்நலத் தொழிலர்களது பங்கு முக்கியமாகும்.

ஆரோக்கியமான உணவு, சுறுசுறுப்பாக இருத்தல், நல்ல உடல்நலத்தையும் மன நலத்தையும் பேணுதல் போன்ற பலதரப்பட்ட உடல்நலப் பிரச்சினைகளில் இவர்களால் உதவ இயலும்.

உதாரணத்திற்கு, நீங்கள் மூட்டு வலியைப் பற்றிக் கவலைப்படுகிறீர்கள் என்று வைத்துக்கொள்வோம்.

உங்களுடைய ஜி.பி. உங்கள் நிலையை மதிப்பீடு செய்து கதிர்வீச்சம் படம் எடுப்பதற்கு உங்களைப் பரிந்துரைக்கலாம்.

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.

உடலியக்க சிகிச்சையாளர் ஒருவரைப் பார்ப்பதற்கு சந்திப்புவேளை ஒன்றை நீங்கள் ஏற்படுத்திக்கொள்ள நீங்கள் விரும்பக்கூடும்.

சகல வேளைகளிலும் உங்களுடைய ஜி.பி-யின் பரிந்துரை தேவைப்படாது.

இந்தப் பிரச்சினையைப் பற்றியும் உங்களுடைய ஜி.பி-யை நீங்கள் பார்ப்பதால் நிச்சயம் பலன்கள் உண்டு.

உங்களுடைய ஒட்டுமொத்த உடல்நலனைப் பற்றிய உங்களது ஜி.பி.-யின் கருத்தோடு இதை ஒப்பிட்டு ஜி.பி-யால் மதிப்பீடு செய்ய இயலும்.

கதிர்வீச்சுப் படங்களை நீங்கள் எடுத்த பிறகு அதன் முடிவுகள் உங்களது ஜி.பி-க்கு அனுப்பிவைக்கப்படும். இதையடுத்து உங்களுடைய உடல்நலத் திட்டத்தின் அடுத்த கட்டத்தைப் பற்றி உங்கள் ஜி.பி. உங்களுடன் பேசுவார்.

மேற்கொண்டு சிறப்புமருத்துவ உதவி உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால் அநேகமாக எலும்பு-மூட்டு அறுவைசிகிச்சையாளர் ஒருவரைப் பார்ப்பதற்கான பரிந்துரை உங்களுக்குத் தேவைப்படும்.

ஜி.பி-யைப் பார்ப்பது இலவசமாகவோ அல்லது அரசு தள்ளுபடி பெற்ற கட்டணமாகவோ இருக்கும்.

உங்களுடைய ஜி.பி. கட்டணத்தை அரசாங்கத்திடமிருந்து (bulk bill) பெற்றால், 'மெடிகெயர்' முழுச் செலவையும் ஏற்கவேண்டும்.

நிலையான கலந்துரையாடல் கட்டணம் ஒன்றை ஜி.பி. வசூலித்தால், 'மெடிகெயர்' அதில் ஒரு பகுதியைச் செலுத்தும்.

Costs to see other healthcare professionals or other specialists can vary.

உடல்நல நிபுணர்களை அல்லது மற்றச் சிறப்புமருத்துவர்களைப் பார்ப்பதற்கான செலவுகள் மாறுபடக்கூடும்.

Most charge a fee, but Medicare refunds part of that cost.

பெரும்பாலானோர் கட்டணம் வசூலிப்பார்கள், ஆனால் செலவின் ஒரு பகுதியை 'மெடிகேயர்' செலுத்தும்.

It's a good idea to check how much you will have to pay before you start your treatment.

உங்களுடைய சிகிச்சையைத் துவங்குவதற்கு முன்பாக, எவ்வளவு செலவாகும் என்பதைத் தெரிந்துகொள்வது நல்லது.

There can be times when your GP and other healthcare professionals are unavailable.

சில வேளைகளில் உங்களுடைய ஜி.பி-யையும் மற்ற உடல்நல நிபுணர்களையும் உங்களால் பார்க்க இயலாமல் போகலாம்.

In this instance, there are telephone helplines, like nurse on call, available 24 hours a day for general medical advice.

அப்படிப்பட்ட நேரத்தில் உதவித் தொலைபேசி இணைப்புகளை அழைக்கலாம். உதாரணமாக, பொதுவான மருத்துவ அறிவுரைக்கு 'nurse on call' சேவையை 24 மணி நேரமும் அழைக்கலாம்.

Finding a GP, specialist, or other healthcare professional is something you can play a big part in.

ஜி.பி., சிறப்புமருத்துவர் அல்லது மற்ற உடல்நல நிபுணர்களைத் தேடுவதில் நீங்கள் பெரும் பங்காற்றலாம்.

By being involved in your healthcare and talking openly and honestly with your GP, you'll get the best results.

உங்களுக்கான உடல்நலத் திட்டத்தில் ஈடுபாடு கொண்டு உங்கள் ஜி.பி.-யுடன் நீங்கள் மனம்விட்டுப் பேசினால், உங்களுக்கு நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

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.

கேள்விகள் கேளுங்கள், தேவைப்படால் இரண்டாம் கருத்து ஒன்றை நாடுங்கள். உடல்நல அறிவுரைக்குச் செவி கொடுங்கள், தேவைப்பட்டால் மொழிபெயர்ப்பாளர் வேண்டுமெனக் கேளுங்கள், மற்றும் துரிதமாய்ச் செயல்படுங்கள்.

For more information, visit
BETTERHEALTH.vic.gov.au/healthprofessionals

மேலதிகத் தகவல்களுக்கு:
betterhealth.vic.gov.au/healthprofessionals