

# तपाईं अत्तालिनु भएको छ

हालसालै तपाईंको वा तपाईंको प्रीयजनको अवस्थामा  
भएको परिवर्तन ले अत्तालिनु भएको छ?

यदि तपाईं आफ्नो अवस्थामा वा तपाईंले हेरचाह गर्ने व्यक्तिमा एक चिन्ताजनक परिवर्तन महसुस गर्नुहुन्छ भने, तलका चरणहरू पालना गर्नुहोस्।

## 1

तपाईंको सरोकार डाक्टर वा नर्सलाई भन्नुहोला।

## 2

यदि तिनीहरूले तपाईंलाई आफ्नो सरोकार माथी सहयोग गर्दै भने सेवामा रहेको प्रमुख नर्सलाई 'clinical review\*' (क्लिनिक समीक्षा\*) सोध्नु पर्छ। यो ३० मिनेट भित्रमा हुनु पर्दछ।

\*यो डाक्टर वा एक नर्स द्वारा रोगीको मेडिकल अवस्थाको समीक्षा हो।

## 3

यदि तपाईं अझै पनि चिन्तित हुनुहुन्छ भने 'R.E.A.C.H.' को आपतकालीन टोलीलाई फोन गर्नुहोस्। तपाईंले आफ्नो ओछ्यानको छेउको फोन प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ वा वार्ड फोनको लागि सोध्न सक्नुहुनेछ।

तपाईंको R.E.A.C.H. नम्बर :

फोन:

अस्पताल:

याद गर्नुहोला: तपाईंको नर्स वा डाक्टर संग पहिला कुरा गर्नुहोला।  
उनिहरूले तपाईंको सोरकारको बारेमा मद्दत गर्न सक्नेछन्।

R	Recognise
E	Engage
A	Act
C	Call
H	Help is on its way

## R.E.A.C.H. के हो?

R.E.A.C.H. बिरामीहरू, तिनीहरूका परिवार र संरक्षकहरूको लागि एक प्रणाली हो जुन एक रोगीको अवस्थामा सरोकारको बारेमा कर्मचारीलाई व्यक्त गर्न दिन्छ। हामी जान्दछौं कि तपाईं आफु संग परिचित हुनुहुन्छ वा तपाईंले सबैभन्दा राम्रो हेरचाह गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ।

## यसले कसरी काम गर्दछ?

तपाईंले एक चिन्ताजनक परिवर्तन पहिचान गर्न सक्नुहुन्छ वा तपाईंको अवस्थाको बारेमा वा तपाईंले हेरचाह गर्ने व्यक्तिको बारेमा।



यदि तपाईंले त्यसो गर्नुभएमा नर्स वा डाक्टर संग कुरा गर्नुहोला। आफ्नो सरोकारहरू उनिहरूलाई भन्नुहोला।



यदि तिनीहरूले तपाईंलाई आफ्नो सरोकार संग मद्दत गर्दैन वा अवस्था खराब हुँदैछ भने नर्स प्रमुख संग सोध्नुहोला। “Clinical Review”. को लागि सोध्नुहोस्। यो ३० मिनेट भित्र पर्दछ।



यदि तपाईं अझै चिन्तित हुनुहुन्छ भने आपातकालीन टोली बोलाउनको लागि R.E.A.C.H. लाई फोन कल गर्नुहोला। यस पानाको अर्को पट्टी दिईएको नम्बरमा फोन गर्नुहोस्। तपाईंले ओछ्यानको छेउको फोन प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ वा वार्ड फोनको लागि सोध्न सक्नुहुनेछ।



एक नर्स वा डाक्टरले तपाईंको सरोकारको बारेमा पुनरावलोकन गर्नेछन्।

## आकस्मिक सेवा समुहलाई कसरी फोन गर्न सक्नुहुनेछ?

यदि तपाईं अंग्रेजी बोल्नु हुन्न भने तपाईंले नर्सलाई एक अनुवादकको लागि सोध्नुहोस् वा अर्को व्यक्तिलाई तपाईंको लागि फोन गर्नलाई भन्न सक्नुहुनेछ।

## R.E.A.C.H फोन कल गर्ने तरिका

### अपरेटरलाई भनिदिनुहोला:

- तपाईं को हो – बिरामी, परिवारका सदस्य वा संरक्षक
- ‘R.E.A.C.H.’ कल गर्नु भएकोमा धन्यवाद
- वार्डको नाम
- तपाईंको ओछ्यान नम्बर, वा तपाईंले हेरविचार गर्ने व्यक्ती उपस्थित हुनुहुन्छ।

## यदि मैले R.E.A.C.H. कल गरेमा के मैले कर्मचारीलाई मानहानी गरेको हुन्छ?

हुँदैन। हामी रोगीहरू, संरक्षकहरू र परिवारहरू संलग्न भएको चाहन्छौं। आफ्नो लागि उत्तम अनुभव सृजना गर्नकोलागि वा अस्पतालमा बसेको बेला तपाईंले रेखदेख गर्नुहुने व्यक्तिको लागि हामी संग सहकार्य गर्नुहोला।

## यस जानकारीको बारेमा म संग प्रश्न भएमा के हुन्छ?

कृपया आफ्नो नर्स वा डाक्टरसँग कुरा गर्नुहोला। तिनीहरूले तपाईंलाई निशुल्क: तपाईंको भाषामा जानकारी व्याख्या गर्न मद्दत गर्नको लागि एक अनुवादकको व्यवस्था गर्न सक्दछ।



एकजुट भएर हामीले एउटा बृहत समुह बनाउन सक्नेछौं