

## زما مسؤلیتونه

✓ ټولو ملاقاتونو ته تگ

✓ ملاقات ته 15 دقیقې مخکې رسېدل

✓ که ورته نشم کولی، ملاقاتونه 24 ساعتونه مخکې لغو کړم

✓ د ټولو طبي راپورونو خوندي کول

✓ ټیکسي ته 3 ورځې مخکې زنگ وهل



## زما حقونه

✓ ژباړه



✓ د نارینه یا بنځینه ډاکټر غوښتنه کول

✓ محرمت او رازساتنه

✓ یوښتی کول

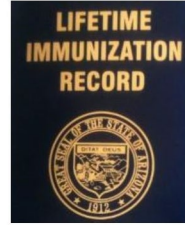


## خپل ملاقات ته راوړئ

درمل



د واکسين کارت/نيلی کتاب

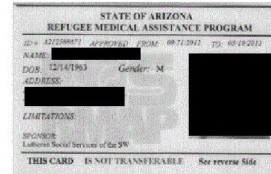
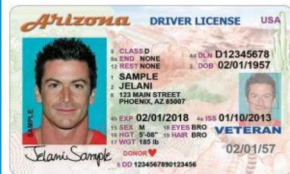


بهرنی روغتيايي يا طبي راپور  
(که تاسې يې لرئ)

د بیمې کارت



د شناخت کارت



د روغتيا پاملرني ليدني: خپل ملاقات ته څه شی راوړئ  
او چيرته لارښی



Thank you to Catholic Charities, Arizona State University School of Social Work, Dignity Health, and International Rescue Committee who donated this material for adaptation and translation. These materials have been approved by the Minnesota Center of Excellence in Newcomer Health.



## د بل ډاکټر ملاقات

نیته: \_\_\_\_\_ وخت: \_\_\_\_\_

پته: \_\_\_\_\_

د تلیفون شمیره: \_\_\_\_\_

آد میشته کولو اداره: \_\_\_\_\_

د کیس مدیر: \_\_\_\_\_

د تلیفون شمیره: \_\_\_\_\_

د ترانسپورټیشن اړیکه:



## د بل ډاکټر ملاقات

نیته: \_\_\_\_\_ وخت: \_\_\_\_\_

پته: \_\_\_\_\_

د تلیفون شمیره: \_\_\_\_\_

د میشته کولو اداره: \_\_\_\_\_

د کیس مدیر: \_\_\_\_\_

د تلیفون شمیره: \_\_\_\_\_

د ترانسپورټیشن اړیکه:



پخپله يې پاملرنه  
وگرئ

د ډاکټر  
ملاقات

بیرنی پاملرنه

911 ته تلیفون کول

زما د ډاکټر

نوم:

پته:

د تلیفون شمېره:



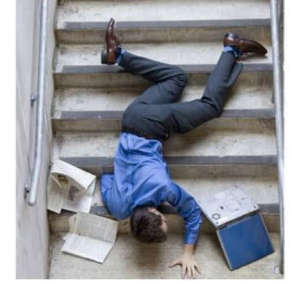
ستاسې پزه بهیرې یا ساره مو شوي.



تاسې د څو ورځو راهیسې د خفگان او بې وسې احساس کوئ.



تاسې د 2 یا ډیرو ورځو راهیسې تبه لرئ.



کوم څوک بې هوښه دی.

هغه ځای ته تر ټولو نږدې  
وختون...

نوم

پته



ستاسې سر یوڅه درد کوي.  
حل: درد ارامونکي درمل وخورئ.



تاسې د څو ورځو راهیسې د زړه بدې احساس کوئ.



تاسې هډوکي مات کړئ.



په کوم چا ناڅاپي حمله راغلي.

هغه ځای ته تر ټولو نږدې  
پاملرنه...

نوم

پته



ستاسې کوم ځای لږ ټپي یا پري شوی دی.  
حل: پټی يې کړئ یا په پټی يې وتړئ.



په تاسې یوه کوچنی دانه راختلې چې نه ورکیري.



تاسې د څو ورځو راهیسې د غوړ یا سر ډیر ناوړه درد لرئ.



ستاسې سینه یا زړه درد کوي.  
ستاسې کین مټ بې حس دی.  
تاسې ساه نشئ اخیستلی.