ਬੁੱਕ ਹੋਣ ਯੋਗ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਅਕਤੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਵਾਕ-ਇਨ ਵਿਕਲਪ ਹਨ ਜੋ ਮਹਿਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹਨ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ **ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ** ’ਤੇ ਪਤਾ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ

ਸਾਡਾ ਮੁੱਖ ਕੇਂਦਰ ਬੀਸਟਨ ਹਿੱਲ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਮਲੀ ਮੂਰ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ, ਚੈਪਲਟਾਊਨ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ, ਸੀਕ੍ਰੌਫਟ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਗੇਟਵੇਅਵੈਸਟ ਵਿਖੇ ਸਾਡੇ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਰਤਾਉਣਯੋਗ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ (ਐੱਲ.ਏ.ਆਰ.ਸੀ.) ਸੇਵਾ ਵਿੰਡਸਰ ਹਾਊਸ ਸਰਜਰੀ, ਬਰਲੀ ਪਾਰਕ ਮੈਡੀਕਲ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਹੇਅਰਹਿੱਲਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੇ ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ ’ਤੇ ਵੀ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ -
www.leedssexualhealth.com

ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: **0113 843 4495**

ਸਾਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ’ਤੇ ਫਾਲੋ ਕਰੋ:

@SexHealthLeeds @LeedsSexHealth

ਇਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ, ਚਿੰਤਾ, ਟਿੱਪਣੀ ਜਾਂ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਟਾਫ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ ’ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਵਾਲੇ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ’ਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬ੍ਰੇਲ, ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਿੰਟ, ਆਡੀਓ ਜਾਂ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਲੀਡਜ਼ ਸੈਕਚੂਅਲ ਹੈਲਥ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਭਾਈਵਾਲੀ ਹੈ:
ਲੀਡਜ਼ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਲ, ਲੀਡਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਐੱਨ.ਐੱਚ.ਐੱਸ. ਟਰੱਸਟ (ਐੱਲ.ਸੀ.ਐੱਚ.), ਲੀਡਜ਼ ਟੀਚਿੰਗ ਹਾਸਪਿਟਲਜ਼ ਐੱਨ.ਐੱਚ.ਐੱਸ. ਟਰੱਸਟ (ਐੱਲ.ਟੀ.ਐੱਚ.ਟੀ.)। ਲੀਡਜ਼ ਜੀ.ਪੀ. ਕਨਫੈਡਰੇਸ਼ਨ (ਐੱਲ.ਜੀ.ਪੀ.ਸੀ.) ਅਤੇ ਵੋਲੀਸ਼ਨ- ਫੋਰਮ ਸੈਂਟਰਲ (ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਤੀਜੇ ਸੈਕਟਰ ਲਈ ਸਾਂਝੀ ਆਵਾਜ਼)।

© ਲੀਡਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਐੱਨ.ਐੱਚ.ਐੱਸ. ਟਰੱਸਟ, ਅਕਤੂਬਰ 2024, ਹਵਾਲਾ: 2983

Punjabi

Leedssexualhealth .com

ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ ਲੀਡਜ਼ ਦੀ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ (ਲੀਡਜ਼ ਸੈਕਚੂਅਲ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸ) ਲਈ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਿਨਸੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਜਨਨ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਨਾ, ਦੋਸਤਾਨਾ ਸਲਾਹ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸ਼ਹਿਰ ਭਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਗੁਪਤ ਵੀ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਜੋ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਯੌਨ ਸਬੰਧਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਗਾਂ (ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈਜ਼.)

ਅਸੀਂ ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈ. ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ **ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ** ’ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈਜ਼. ਬਾਰੇ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਪਯੋਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਜਾਂਚ

ਅਸੀਂ ਸਮੁੱਚੇ ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਜਾਂਚ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਲੀਡਜ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਇਸ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ **ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ** ’ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜੋ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ

ਅਸੀਂ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ, ਜਾਣਕਾਰੀ, ਫਿਟਿੰਗ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬਗੈਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਤੋਂ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ)। ਪਰ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 5 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਤੋਂ ਜਾਂ ਲੀਡਜ਼ ਸੈਕਚੂਅਲ ਹੈਲਥ ਦੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਕਈ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਮੁਫ਼ਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ **ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ** ’ਤੇ ਸਰਵਿਸ ਫਾਈਂਡਰ ’ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ – ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰੋ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. (HIV) ਜਾਂਚ, ਪੀ.ਈ.ਪੀ. (PEP) ਅਤੇ ਪੀ.ਆਰ.ਈ.ਪੀ. (PrEP) (ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਇਲਾਜ)

ਅਸੀਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ, ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੀ.ਈ.ਪੀ. (ਪੋਸਟ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ ਪ੍ਰੌਫੀਲੈਕਸਿਜ਼) ਅਤੇ ਪੀ.ਆਰ.ਈ.ਪੀ. (ਪ੍ਰੀ-ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ ਪ੍ਰੌਫੀਲੈਕਸਿਜ਼) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੀ.ਆਰ.ਈ.ਪੀ.: ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਪੀ.ਆਰ.ਈ.ਪੀ. ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੇਕਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਲਈ ਆਨਲਾਈਨ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪੀ.ਈ.ਪੀ.: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ.+ (ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ) ਬਣਨ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅਸਰਦਾਰ ਹੋ ਸਕਣ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕੇਅਰ ਨੈਵੀਗੇਟਰਾਂ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ.ਈ.ਪੀ. ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਕਾਲ ਆਏਗੀ/ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਮਿਲੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਇਹ ਸ਼ਾਮ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਾਂ ਵੀਕਐਂਡ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੈਕਚੂਅਲ ਹੈਲਥ ਕਲੀਨਿਕ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਏ.ਐਂਡ.ਈ.) ਵਿਭਾਗ ਜਾਓ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੇ **ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ** ’ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।.

ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸਾਡੇ ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ ’ਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਉੱਥੇ ਜਾਣ ਲਈ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੇ ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਜਾਓ:
www.leedssexualhealth.com

ਡੇ ਹੱਬ ’ਤੇ ਤੁਸੀਂ:

- ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਆਨਲਾਈਨ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਕਲਮੀਡੀਆ (ਯੌਨ ਰੋਗ) ਲਈ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਪੋਸਟਲ STI ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਲਈ ਆਰਡਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦੇ ਘੰਟੇ

ਸਾਡੀ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8:30 ਤੋਂ ਬਾਅਦ-ਦੁਪਹਿਰ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਮੁੱਚੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰਾਤ 8:00 ਵਜੇ ਤੱਕ ਵੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵੀਕਐਂਡਾਂ ’ਤੇ ਸੀਮਤ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਸਾਡੇ **ਡਿਜੀਟਲ ਹੱਬ** ’ਤੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।