My Health Record (मेरा स्वास्थ्य रिकॉर्ड) में क्या शामिल होता है?

आपके *My Health Record* में निम्न शामिल हो सकता है:

- आपके डॉक्टर द्वारा निर्धारित दवाइयाँ जो आप ले रहे हैं
- आपका मेडिकेयर दावा इतिहास
- आपके अंग दान निर्णय

आपके डॉक्टर और अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदाता आपके *My Health Record* देख सकते हैं और उसमें जानकारी जोड़ सकते हैं, जिसमें निम्न शामिल हैं:

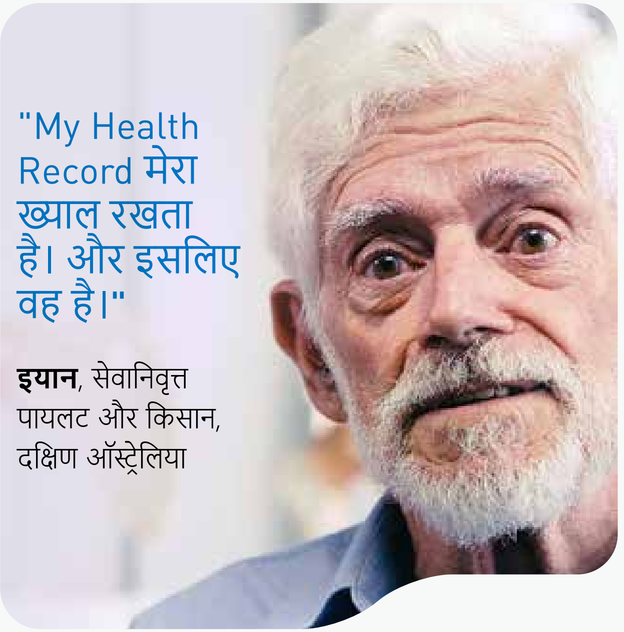
- आपकी चिकित्सा इतिहास, बीमारी और उपचार का सारांश
- अस्पताल से डिस्चार्ज होने संबंधी जानकारी
- नैदानिक इमेजिंग रिपोर्ट (जैसे कि अल्ट्रासाउंड या एक्स-रे परिणाम)
- रोग-निदान रिपोर्ट* (जैसे रक्त जाँच)
- विशेषज्ञ के पत्र

आप जोड़ सकते हैं:

- एलर्जी और हानिकर प्रतिक्रियाएँ जो आपको हो
- आपातकालीन संपर्क और उनके विवरण
- आपके निजी स्वास्थ्य नोट्स
- आपकी उन्नत देखभाल योजना जानकारी (इसमें आपकी स्वास्थ्य सेवा के बारे में आपकी इच्छाएँ उस स्थिति के लिए दर्ज होती हैं जब आप कुछ बता पाने के हिसाब से बहुत बीमार होते हैं)
- अन्य दवाइयाँ या विटामिन जो आप ले रहे हो सकते हैं, जैसे कि ओवर-द-काउंटर दवाइयाँ

आपकी जानकारी कौन देख सकता है, या आपके रिकॉर्ड कौन रद्द कर सकता है जैसे पहुँच नियंत्रण सेट करके आप अपने *My Health Record* तक पहुँच अनुकूलित कर सकते हैं।

* कार्यात्मकता शीघ्र आने वाली है



"My Health Record मेरा ख्याल रखता है। और इसलिए वह है।"

इयान, सेवानिवृत्त पायलट और किसान, दक्षिण ऑस्ट्रेलिया

My Health Record ने कैसे आपातस्थिति में मेरी सहायता की।

"मेरे बेटे का जन्मदिन था और मैं उसका जन्मदिन मनाने सिडनी गया। हमलोग एक होटल में गए और तीन घंटों के बाद मैं एंबुलेंस के पीछे हिस्से में था जो तेजी से अस्पताल की ओर जा रही थी।

उन्हें पता लगा कि मुझे पैंक्रियाटिस है। अस्पताल में चार दिन के बाद, मैंने उन्हें यह कहकर मुझे अस्पताल से जाने देने के लिए मना लिया कि मैं घर जाते ही महत्वपूर्ण अनुवर्ती कार्य के लिए अपने डॉक्टर से मिलूँगा।

जब मैं अपने डॉक्टर के पास गया तब मुझे अहसास हुआ कि अस्पताल ने मुझे आवश्यक उपचार के बारे में कोई जानकारी दी ही नहीं। सौभाग्यवश मेरे डॉक्टर ने *My Health Record* देखा और एक मिनट के भीतर ही मेरे उपचार के लिए जरूरी जानकारी का पता लगा लिया।"

जानकारी और सहायता

मुझे अधिक जानकारी या सहायता कहाँ मिल सकती है?

- Go to **myhealthrecord.gov.au**
- हमारी **हेल्प लाइन** को **1800 723 471 पर कॉल करें**
- हमारे **मेडिकेयर केंद्र** पर जाएँ

अन्य सहायता?

ऑस्ट्रेलियाई आदिवासी और टोरेस स्ट्रैट द्वीप निवासी
1800 723 471 पर कॉल करें

यदि आप माँ या बाप, देखभालकर्ता हैं या किसी ऐसे व्यक्ति को सहारा प्रदान करते हैं जिसे सहायता की आवश्यकता है, और जानना चाहते हैं कि यह आपको कैसे प्रभावित करेगा, तो यहाँ जाएँ: **myhealthrecord.gov.au/parentsandcarers**

NATIONAL RELAY SERVICE — यदि आपको सुनने या बोलने में परेशानी होती है, तो **relayservice.gov.au** का उपयोग करें या **1300 555 727** को कॉल करें

यदि आपको किसी दूसरी भाषा में सहायता चाहिए तो **131 450** पर कॉल करें

हमारी गोपनीयता नीति में इससे संबंधित जानकारी है कि आप अपनी जानकारी तक कैसे पहुँच सकते हैं और उन्हें कैसे ठीक कर सकते हैं, या किसी उल्लंघन की शिकायत कैसे कर सकते हैं।
myhealthrecord.gov.au/privacy
देखें या हमें **1800 723 471** पर कॉल करें

Hindi

Australian Government
Australian Digital Health Agency

My Health Record

My Health Record

आपके जानने लायक बातें

myhealthrecord.gov.au

My Health Record
त्वरित तथ्य

My Health Record राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य रिकॉर्ड प्रणाली का नया नाम है। ***My Health Record*** होने का मतलब है कि आपकी एलर्जी, बीमारी और उपचार, दवाई के विवरण, जाँच या स्कैन रिपोर्ट जैसी स्वास्थ्य संबंधी महत्वपूर्ण जानकारी डिजिटल रूप से एक जगह संग्रहीत की जा सकती है।

स्वास्थ्य सेवा प्रदाता जैसे कि डॉक्टर, विशेषज्ञ और अस्पताल कर्मचारी दुर्घटना या आपातस्थिति जैसे समय जरूरत पड़ने पर उन्हें किसी भी समय कहीं से भी ऑनलाइन देख सकते हैं।

जैसे-जैसे अधिक से अधिक लोग *My Health Record* प्रणाली का उपयोग करते हैं, ऑस्ट्रेलिया की राष्ट्रीय स्वास्थ्य प्रणाली बेहतर ढंग से कनेक्ट हो जाएगी। इसके फलस्वरूप आपके और आपके परिवार के लिए स्वास्थ्य सेवा बेहतर, तेज़ और अधिक कार्यकुशल हो जाएगी।

26 लाख से अधिक ऑस्ट्रेलियाई के पास पहले से ही *My Health Record* (पूर्व में व्यक्तिगत रूप से नियंत्रित इलेक्ट्रॉनिक स्वास्थ्य रिकॉर्ड या PCEHR के नाम से ज्ञात) है। लगभग **2,000** ऑस्ट्रेलियाई हर दिन साइन अप कर रहे हैं।

My Health Record कानून द्वारा संरक्षित और नियंत्रित होता है, बिल्कुल ऑनलाइन बैंकिंग की तरह।

My Health Record होने के लाभ

बेहतर पहुँच

आपकी महत्वपूर्ण स्वास्थ्य सेवा जानकारी एक जगह ऑनलाइन उपलब्ध हो सकती है जिस तक आपके अधिकृत डॉक्टर, विशेषज्ञ, या अस्पताल द्वारा आसानी से पहुँच सकते हैं।

भले ही आप दूसरे राज्य में चले जाते हों या यात्रा करते हों, जानकारी कहीं से भी किसी भी समय सुरक्षित तरीके से ऑनलाइन देखी जा सकती है।

यदि आप चाहते हैं, तो आप अपनी स्वास्थ्य जानकारी इंटरनेट कनेक्शन वाले किसी भी कंप्यूटर से देख सकते हैं। आप यह भी नियंत्रित कर सकते हैं कि कौन उसे देख सकता है। एक बार यह सेटअप हो जाए फिर आपको कुछ भी करने की जरूरत नहीं है।

मजबूत सुरक्षा

यदि आप निर्णय लेते हैं तो आप नियंत्रित कर सकते हैं कि कौन आपके *My Health Record* की किसी जानकारी को देख सकता है।

आपकी स्वास्थ्य जानकारी को दुरुपयोग या हानि से बचाने के लिए इस बारे में सख़्त नियम और कानून हैं कि कौन आपके *My Health Record* को देख या प्रयोग कर सकता है। इन्हें तोड़ने वाले व्यक्तियों के लिए दंड का प्रावधान है।

अधिक सुविधाजनक

आपको अलग-अलग या नई स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं के पास अपना स्वास्थ्य इतिहास जैसे कि दवाइयाँ, दीर्घकालिक बीमारियाँ, हाल के जाँचों की तिथियाँ याद करने और दोहराने की जरूरत नहीं है।

यहीं आपके बच्चे के स्वास्थ्य इतिहास जैसे कि असंक्रमीकरण और मेडिकल जाँचों पर भी लागू होता है।

बेहतर सुरक्षा

मेडिकल आपात स्थिति में, *My Health Record* प्रणाली से जुड़े स्वास्थ्य सेवा प्रदाता आपको यथासंभव शीघ्रता से श्रेष्ठ उपचार प्रदान करने के लिए आपकी स्वास्थ्य जानकारी देख सकते हैं।

यदि आप चाहते हैं, तो आप बेहतर सलाह और उपचार पाने में स्वास्थ्य सेवा प्रदाता की मदद करने के लिए अपनी एलर्जी, हानिकर प्रतिक्रियाएँ और चिकित्सीय स्थितियाँ सूचीबद्ध कर सकते हैं।

गोपनीयता मामले

हम आपकी गोपनीयता की कद्र करते हैं।

My Health Record बनाने के लिए, हम मेडिकेयर और अन्य सरकारी संस्थाओं से आपके और आपके बच्चे के बारे में जानकारी एकत्र करेंगे जिसमें आपका नाम, जन्मतिथि, और पिछले दो साल के मेडिकेयर रिकॉर्ड शामिल हैं।

पंजीकृत स्वास्थ्य सेवा प्रदाता संगठन जैसे कि सामान्य चिकित्सा और अस्पताल आपको स्वास्थ्य सेवा प्रदान करते समय आपके *My Health Record* देख पाएँगे। आप पहुँच नियंत्रण सेट करके यह निर्धारित कर सकते हैं कि कौन स्वास्थ्य सेवा प्रदाता आपकी जानकारी को देख सकता है।

हम आपकी जानकारी किसी अन्य व्यक्ति को प्रकट नहीं करते हैं, बशर्ते यह कानून द्वारा अपेक्षित या स्वीकृत हो।

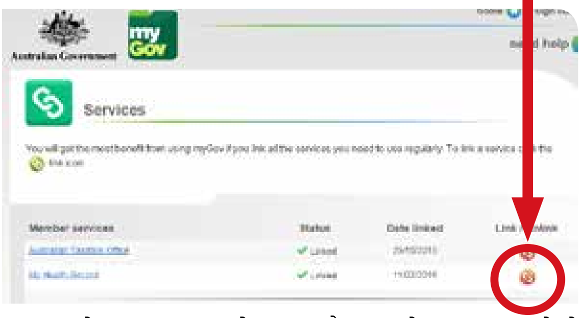
और अधिक जानकारी www.myhealthrecord.gov.au/privacy पर पाई जा सकती है।

आरंभ करना

1 www.myhealthrecord.gov.au पर जाएँ

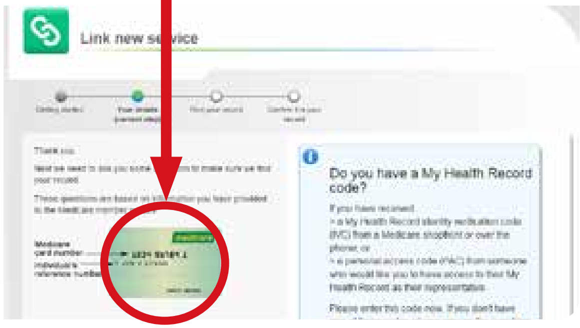
www.myhealthrecord.gov.au पर जाएँ और पंजीकरण बटन चुनें। क्या आपका मेडिकेयर या सेवानिवृत्त सैनिक मामला विभाग कार्ड तैयार है। यदि आपने पहले ही किसी दूसरे तरीके से पंजीकृत कर लिया है, तो सफ़ेद 'अपना रिकॉर्ड लिंक करें' बटन क्लिक करें।

2 myGov पर जाएँ



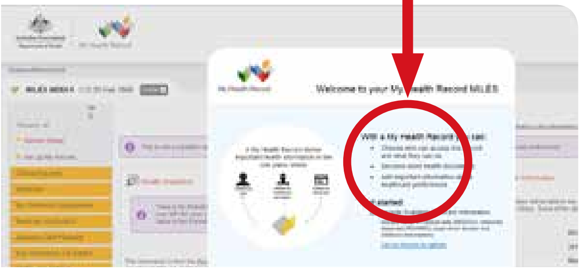
यह आपको my.gov.au पर ले जाएगा और आपको साइन इन करने के लिए कहेगा। यदि आपके पास खाता नहीं है, तो पंजीकरण के लि निम्न चरणों का अनुसरण करें। अपने myGov खाते में प्रवेश करने के बाद सेवाएँ बटन और *My Health Record* को 'लिंक करें' क्लिक करें ।

3 *My Health Record* के लिए साइन अप करें



अपने *My Health Record* के लिए पंजीकृत होने के लिए आपको अपना मेडिकेयर या DVA विवरण और कुछ अन्य जानकारी प्रदान करने की जरूरत पड़ेगी।

4 अपनी प्राथमिकताएँ जोड़ें



अपना रिकॉर्ड पहली बार देखने पर, आप पहुँच नियंत्रण सेट करके और आपातकालीन संपर्क और एलर्जी जैसी कुछ महत्वपूर्ण जानकारी शामिल करके इसे सेटअप कर सकते हैं। हर बार डॉक्टर से मिलने पर, उन्हें आपका रिकॉर्ड अपडेट करने के लिए कहें।