Kitu gani kinajumuishwa katika My Health Record yako?

***My Health Record* inaweza kuwa na:**

- Dawa unazotumia zilizoandikwa na daktari wako
- Historia ya madai yako ya Medicare
- Maamuzi yako ya kuchangia viungo

Madaktari wako na watoa huduma wengine wa afya wanaweza kuwa na uwezo wa kuona na kuongeza habari kwa *My Health Record*, yako ikiwa ni pamoja na:

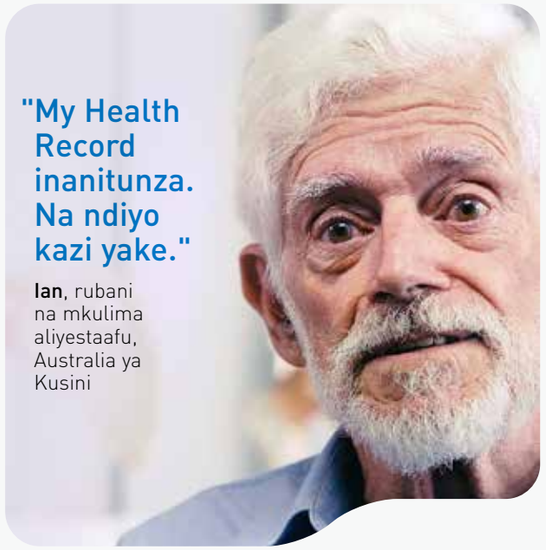
- Muhtasari wa historia ya matibabu yako, hali na matibabu
- Habari zinazo husiana na kuruhusiwa hospitali
- Ripoti ya uchunguzi wa picha (kama matokeo ya ultrasound au X-ray)
- Ripoti za vipimo * (kama vipimo vya damu)
- Barua za wataalamu

Unaweza kuweka pia:

- Mizuio yoyote na athari mbaya unayoweza kuwa nayo
- Mawasiliano ya dharura na maelezo yao
- Maelezo yako binafsi ya afya
- Habari za mipango ya huduma zako za afya (hii inaandika matakwa yako kuhusu huduma za afya zako katika tukio hilo kwamba hauko vizuri mno katika kuwasiliana)
- Dawa yoyote au vitamini ambayo unaweza kuwa unatumia, kama madawa ya kununulia kwenye mapokezi

Unaweza pia ukaweza upatikanaji wa taarifa zako za *My Health Record* kwa kuweka udhibiti wa upatikanaji ikiwa ni pamoja na kuzuia watu ambao wanaweza kuona taarifa yako, au kufuta rekodi yako, wakati wowote.

* Utendaji unakuja hivi karibuni



Jinsi My Health Record ilivyonisaidia wakati wa dharura

Ilikuwa ni siku ya kuzaliwa kwa mtoto wangu na mimi nilimtembelea kwake Sydney ili kusherehekea. Tulipokelewa katika hoteli na saa tatu baadaye nilikuwa katika gari la wagonjwa (ambulance) nikiwa nakimbizwa hospitalini.

Walinikuta nilikuwa na kitu kinaitwa kongosho. Baada ya siku nne katika hospitali, nilizungumza nao ili kuniruhusu kwa masharti kwamba nitaendelea kuonana na daktari wangu kwa mafuatilio ya muhimu mara tu baada kuwasili nyumbani.

Nilipofika kwa daktari wangu nikagundua kwamba hospitali haikunipa taarifa yoyote kuhusu matibabu ninayoyahitaji. Kwa bahati daktari wangu alichunguza *My Health Record* na ndani ya dakika moja alikuwa na uwezo wa kupata maelezo ya nini kinahitajika kufanyika ili kuweza kunihudumia."

Habari na msaada

Wapi ninaweza kupata habari zaidi au msaada?

- Nenda **myhealthrecord.gov.au**
- Pigia **Mstali wetu wa msaada** kwa **1800 723 471**
- Tembelea **Kituo cha Huduma za Medicare**

Msaada mwingine?

Aboriginal na Torres Strait Islanders
piga **1800 723 471**

Ikiwa wewe ni mzazi, mlezi au unatoa msaada kwa mtu ambaye anahitaji msaada, na unataka kujua jinsi hii huathiri wewe, nenda kwa:
myhealthrecord.gov.au/parentsandcarers

Kama una tatizo la kusikia au kusema, tumia **relayservice.gov.au**
or call **1300 555 727**

Kama unahitaji msaada katika lugha nyingine **131 450**

Sera yetu ya faragha ina taarifa kuhusu jinsi unaweza kupata na kusahihisha maelezo yako, au kulalamika kuhusu uvunjaji wa faragha. Tazama **myhealthrecord.gov.au/privacy** au tupigie kwenye **1800 723 471**

Australian Government
Australian Digital Health Agency

My Health Record

My Health Record

Yote unahitaji kujua

myhealthrecord.gov.au

My Health Record
Ukweli wa haraka

My Health Record ni jina jipya la mfumo wa taifa wa rekodi ya afya wa kisasa. Kuwa na *My Health Record* ina maana taarifa yako muhimu ya afya kama kitu usichotumia, hali ya matibabu na matibabu, maelezo ya dawa, mtihani au ripoti ya skani zinaweza kuhifadhiwa kwa teknolojia ya kompyuta katika sehemu moja.

Watoa huduma ya afya kama madaktari, wataalamu na wafanyakazi wa hospitali wanaweza kuwa na uwezo wa kuona kwenye mtandao kutoka mahali popote wakati wowote wakati wanahitaji, kama vile wakati wa ajali au dharura.

Kama watu zaidi wakitumiatumia mfumo *My Health Record*, mfumo wa kitaifa wa afya wa Australia utakuwa bora katika kushikamana. Hii itasababisha huduma bora, kasi na ufanisi zaidi kwa wewe na familia yako.

Zaidi ya watu milioni 2.6 wana Australia tayari wana *My Health Record* (mara moja iitwayo Rekodi Binafsi ya Afya Inayomilikiwa kwenye Mtandao au PCEHR). Karibu **2,000** wana Australia wanajiunga kila siku.

My Health Record ni ulinzi na umewekwa na sheria, kama benki ya kwenye mtandao.

Faida za kuwa na My Health Record

Upatikanaji mzuri

Taarifa yako muhimu afya inaweza kuwa inapatikana katika sehemu moja kwenye ambayo ni rahisi kupatikana kwa madaktari wako wenye mamlaka, wataalamu, au hospitali.

Hata kama ukihama au kusafiri mikoani, taarifa zinaweza kutazamwa salama kwenye mtandao, mahali popote, wakati wowote.

Kama unataka, unaweza kupata habari za afya yako kutoka kwenye kompyuta yoyote na uhusiano wa interneti. Unaweza kudhibiti watu ambao wanaweza kuona. Mara moja baada ya kuianzisha huna haja ya kufanya kitu chochote.

Ulinzi imara

Kama ukichagua unaweza kudhibiti ni nani ambaye anaona habari yako ya *My Health Record*.

Kuna sheria kali na kanuni kuhusu watu gani wanaweza kuona au kutumia *My Health Record* yako ili kulinda habari yako ya afya kutokana na matumizi mabaya au hasara. Kuna adhabu kwa mtu yeyote ambaye hafuati hayo.

Ubora zaidi

Hauhitaji kuogopa kuhusu kuweza kuogopa juu ya kuwa na kukumbuka na kurudia historia yako ya afya kama madawa, maelezo ya hali sugu, na tarehe ya vipimo hivi karibuni na watoa huduma mbalimbali au watoaji wapya waa afya.

Hiyo inaendelea kwa historia ya afya ya watoto wako kama chanjo na vipimo vya afya.

Koboresha Usalama

Katika dharura ya matibabu, watoa huduma ya afya wanaoshikamana na mfumo wa *My Health Record* wanaweza kuona habari za afya yako na kutoa huduma bora kwa haraka.

Kama unataka, unaweza kuorodhesha mizio yoyote, athari mbaya na hali ya matibabu unaweza kuwa nayo na kusaidia watoa huduma ya afya kukupa ushauri bora na matibabu.

Mambo ya faragha

Sisi tunaheshimu usiri wako.

Kujenga *My Health Record*, sisi hukusanya taarifa kuhusu wewe na watoto wako kutoka Medicare na baadhi vyombo vingine vya serikali ikiwa ni pamoja na jina lako, tarehe ya kuzaliwa, na rekodi ya Medicare kutoka miaka miwili iliyopita.

Mashirika yanayotoa huduma ya afya kama vile matibabu ya jumla na hospitali yatakuwa na uwezo wa kupata *My Health Record* yako wakati wa kutoa huduma ya afya kwako. Unaweza kuweka udhibiti wa upatikanaji kwa kuzuia mashirika ya watoa huduma ya afya ambayo yanaweza kuona habari zako za afya.

Hatutoi taarifa zako kwa mtu mwingine yeyote, isipokuwa kama inavyotakiwa au inaruhusiwa na sheria.

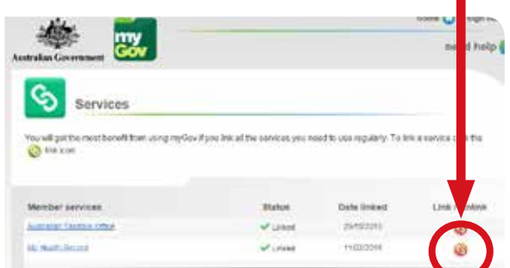
Habari zaidi zinaweza kupatikana kwenye www.myhealthrecord.gov.au/privacy

Unaweza kuanza

1 Tembelea www.myhealthrecord.gov.au

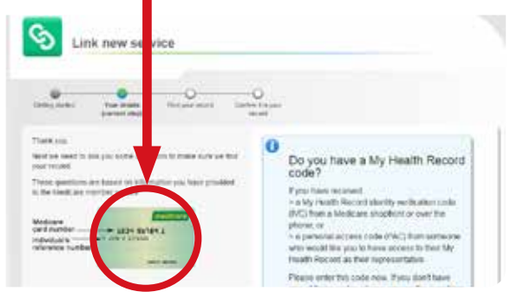
Tembelea www.myhealthrecord.gov.au na chagua sehemu ya REGISTER. Weka Medicare yako au kadi ya Idara ya Wazee tayari. Kama wewe umeshajiandikisha kwa njia nyingine, ponyeza kifungo cheupe 'kuhusisha na rekodi yako' .

2 kupata myGov



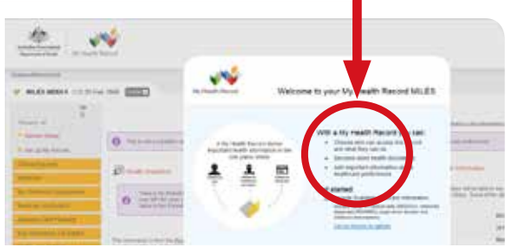
Hii itakuchukua kwenye my.gov.au na kukuuliza kuingia ndani. Kama huna akaunti, fuata hatua ya kujiandikisha. Mara wewe baaada ya kupata akaunti yako ya myGov bonyeza kifungo cha huduma 'mwongozo' kwa *My Health Record*.

3 Jiandikishe kwenye *My Health Record*



Kujiandikisha kwa ajili yako *My Health Record* unahitaji kutoa Medicare yako au taarifa za DVA na baadhi ya taarifa nyingine.

4 Weka mapendeleo yako



Mara ya kwanza kuweza kuona rekodi yako, unaweza kuweka kwa kufanya udhibiti wa upatikanaji na kuongeza baadhi ya maelezo muhimu kama mawasiliano ya dharura na mizio. Kila wakati unapoonana na daktari, waombe waandike kwenye rekodi yako.