

ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ



ਤੁਰੰਤ, ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:



ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਜਕੜਨ



ਚਿਹਰੇ, ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਸੁੰਨ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਅਧਰੰਗ ਹੋਣਾ



ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਲ ਜਾਣਾ



ਗੰਭੀਰ ਹਾਦਸੇ



ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਗਣਾ



ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ



ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ



ਬੇਹੋਸ਼ੀ

ਟ੍ਰਿਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਾਲ ਸੁਣਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਜਾਨਲੇਵਾ ਨਹੀਂ ਹੈ:



ਇੱਕ ਅਰਜੈਂਟ ਕੇਅਰ ਕਲੀਨਿਕ 'ਤੇ ਜਾਓ

betterhealth.vic.gov.au/urgent-care-clinics

* ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ, ਕੋਈ ਰੈਫਰਲ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ



ਵਰਚੁਅਲ ED ਨਾਲ ਵੀਡੀਓ ਕਾਲ

www.vved.org.au

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਵਰਚੁਅਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ

* ਮੁਫਤ 24/7 ਸੇਵਾ, ਕੋਈ ਰੈਫਰਲ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ



ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਨਰਸ-ਆਨ-ਕਾਲ

24/7 1300 60 60 24
'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ



ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਡਾਕਟਰ

13SICK (13 7425) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
healthdirect.gov.au 'ਤੇ ਜਾਓ



ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ

ਨੇੜੇ ਦੀ ਲੱਭਣ ਲਈ
www.pharmacy.vic.gov.au 'ਤੇ ਜਾਓ

ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ urgentcare.vic.gov.au 'ਤੇ ਜਾਓ

ਆਸਾਨ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ambulance.vic.gov.au/translated-resources 'ਤੇ ਜਾਓ



ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ

ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣੋ।
ਇਸ 'ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਹੈ:

www.ambulance.vic.gov.au/membership



AmbulanceVictoria

ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਨਾਮ

ਸਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ

ਸਾਡਾ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜਲਾ ਅਰਜ਼ੈਂਟ ਕੇਅਰ ਕਲੀਨਿਕ

ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ

ਟ੍ਰਿਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (ਪੁਲਿਸ, ਫਾਇਰ, ਐਂਬੂਲੈਂਸ)	000
ਵਿਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੋਟਲਾਈਨ	1800 225 226
ਸਟੇਟ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸ (SES)	13 25 00

ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਵਰਚੁਅਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ (VVED)	vved.org.au
ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਾ ਡਾਕਟਰ	13Sick or 17 27 25
ਨਰਸ-ਆਨ-ਕਾਲ	1300 60 60 24
ਹੈਲਥ ਡਾਇਰੈਕਟ	1800 022 222

ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨਾਂ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਪੋਇਜ਼ਨਜ਼ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ	13 11 26
ਮਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ ਲਾਈਨ	13 22 29
ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਐਡਵਾਈਸ ਸਰਵਿਸ	1800 360 000
ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਪੰਗਤਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਹੋਟਲਾਈਨ	1800 880 052
LGBTIQ+ ਸਹਾਇਤਾ	1800 184 527
ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ	1800 514 845
1800 ਆਦਰ	1800 727 732
ਪੁਲਿਸ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ	131 444
ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰੀਲੇਅ ਸੇਵਾ	TTY 106

24-ਘੰਟੇ ਸੰਕਟ ਸਹਾਇਤਾ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਾਈਨ	1800 55 18 00
ਲਾਈਫਲਾਈਨ	13 11 14
ਸੁਸਾਈਡਲਾਈਨ	1300 651 251
ਬਿਓਂਡ ਬਲੂ	1300 224 636
ਟਰਨਿੰਗ ਪੁਆਇੰਟ	1800 250 015
ਆਦਿਵਾਸੀ ਜਾਂ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਸੰਕਟ ਸਹਾਇਤਾ	13YARN ਜਾਂ 13 92 76
ਸੇਫ ਸਟੈਪਸ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕੇਂਦਰ	1800 015 188



AmbulanceVictoria