

ਸਹਿਤ ਸਸਿਟਮ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹੈ - ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਇੱਕ ਦੇ ਵਧੀਆ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਯਤਨਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਇੱਕ ਗੜਬੜ ਕਰਕੇ ਫੈਕਸ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ) ਜੋ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਭੇਜੀ ਰੈਫ਼ਰਲ (ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਚੀਠੀ ਭੇਜਣ ਦੀ ਕਰਿਆ) ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਰੈਫ਼ਰਲ ਪ੍ਰਕਰਿਆ ਦੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਵਾਸਤੇ ਆਪ ਕਦਮ ਉਠਾਉਣਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਰੈਫ਼ਰਲ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਰੈਫ਼ਰਲ ਪ੍ਰਕਰਿਆ ਦੇ ਤੰਨ ਮੁੱਖ ਪੜਾਅ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1. ਤੁਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦੀ ਰੈਫ਼ਰਲ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
2. ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ (ਮੁਢਲੀ ਸਹਿਤ ਸਹੂਲਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ) ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ (ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਉਡੀਕ-ਸੂਚੀ) ਨੂੰ ਰੈਫ਼ਰਲ (ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਰੈਫ਼ਰਲ ਪੈਕੇਜ) ਭੇਜਦਾ ਹੈ।
3. ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ (ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਉਡੀਕ-ਸੂਚੀ) ਮੁਲਾਕਾਤ ਵੇਰਵਿਆਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੀ ਰੈਫ਼ਰਲ ਨੂੰ ਨਰਿਵਘਿਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਹਨ:

ਆਪਣੇ ਮੁਢਲੇ ਸਹਿਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਤਾ (ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ) ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਹੇਠ-ਲਿਖਤ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ:

- ਕੀ ਰੈਫ਼ਰਲ ਭੇਜੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ?
- ਉਸ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਨਾਂ ਕੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਰੈਫ਼ਰਲ ਭੇਜੀ ਹੈ?
- ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?
- ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਸ਼ਟੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਰੈਫ਼ਰਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਲਿ ਗਈ ਹੈ?
- ਕੀ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਦਾ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਦੋਂ ਉਹ ਕਲੀਨਿਕ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ?
- ਕੀ ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਮਥਿ ਮੇਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ (ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:

- ਸੁਝਾਅ: ਕਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਪੀ ਐੱਚ ਐਨ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ।
- ਕੀ ਰੈਫ਼ਰਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਹੈ?
- ਕੀ ਰੈਫ਼ਰਲ ਪੂਰੀ ਸੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਕਮੀ ਹੈ?
- ਜਦ ਤੱਕ ਮੈਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਿਯਤ ਹੋਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?
- ਕੀ ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਸਮੇਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਦ ਤੱਕ ਮੈਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਟਾਈਮ ਦੇਵੋਗੇ?

ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਸਲੇ ਆਪ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਫਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਤੇ ਪਤਾ ਦੇਵੋ।

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਦੱਤੀ ਗਈ ਸੀ:

- ਆਪਣੇ ਕਲੰਡਰ ਵੱਚਿ ਇੱਕ ਰਮਿਐਡਰ (ਯਾਦ ਚੰਨ੍ਹ) ਲਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਉਹ ਸਮਾਂ ਲੰਘ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਕੋਈ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਤਾਂ ਆਪ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਡੀਕ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ (ਨਵਿਆਉਣ ਦੀ) ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਦੱਤੀ ਗਈ ਹੈ:

- ਪੁੱਛੋ ਕਿਕੀ ਉਹ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ?
- ਜੇਕਰ ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾ ਚੁਣੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਪੁੱਛਣ ਵਾਸਤੇ ਢੁਕਵੀਂ ਹੋਵੇ (ਜਵਿੰ: 3 ਮਹੀਨੇ)
- ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਲੰਡਰ ਵੱਚਿ ਇੱਕ ਰਮਿਐਡਰ (ਯਾਦ ਚੰਨ੍ਹ) ਪਾਓ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਂ ਉਡੀਕ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਦੁਬਾਰਾ ਤਹਕੀਕਾਤ (ਪੁੱਛ-ਪੜਤਾਲ) ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੁਨੇਹਾ ਛੱਡਦੇ ਹੋ ਪਰ ਵਾਪਸ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ:

- ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਫੋਨ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਦੇਰੀ ਹੋਣਾ ਸਧਾਰਨ ਗੱਲ ਹੈ।
- ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬੋਲ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬੇਨਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਦੱਸ ਕੇ (ਅਤੇ ਟੀ ਪੀ ਐੱਚ ਐਨ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਦੱਸ ਕੇ) ਇੱਕ ਸੁਨੇਹਾ ਛੱਡੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ 3 ਤੋਂ 5 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਨਿੰ ਵੱਚਿ ਕੋਈ ਹੁੰਗਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਲਿਦਾ ਤਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਕਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਪੰਛਿ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣ ਵੱਚਿ (ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵੱਚਿ) ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਦਫ਼ਤਰ ਰੈਫਰਲ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਇਸ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੰਗੋ।

**ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਬੇਨਤੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਟ੍ਰਾਂਸ ਰਾਈਟਸ ਬੀ ਸੀ ਦੀ 'ਸੈਲਫ਼ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਗਾਈਡ' ਦੇਖੋ:**  
[transrightsbc.ca](http://transrightsbc.ca)