

# मेडिकेयर छूट र निजी पेशेवरको पहुँच

## MEDICARE REBATES

Nepali

# मेडिकेयर छूट र निजी पेशेवरको पहुँच

**WayAhead**  
**Mental Health Information Service**  
Level 5, 80 William St  
Woolloomooloo NSW 2011

**1300 794 991**  
**info@wayahead.org.au**  
**www.wayahead.org.au**

Fact Sheet written by



Fact Sheet translated by



**Health**

South Eastern Sydney  
Local Health District

# सूची

## प्रश्नहरू

मेडिकेयर छूट के हो?

यदि मलाई बिसञ्चो हुँदा मैले कसलाई सम्पर्क गर्नुपर्छ?

म निजी मानसिक स्वास्थ्य पेशेवार संग कसरी पहुँच पाउन सक्दछु?

## मद्दतको लागि म कहाँ जाऔं?

अन्तर साम्प्रदायिक मानसिक स्वास्थ्य केन्द्र

WayAhead मानसिक स्वास्थ्य जानकारी लाईन

अष्ट्रेलियन मनोवैज्ञानिक सोसाईटी

मेडिकेयर लाईन

तपाईंको स्थानिय डाक्टरलाई फोन गर्नुहोला(GP)

“ केही  
विरामीहरुलाई  
सञ्चो हुन्छ  
किनकी  
तिनीहरुले  
डाक्टरलाई  
विश्वास गर्दछन्”

हिप्पोकारेट

# मेडिकेयर छूट के हो?

मेडिकेयरले अष्ट्रेलियन बासिन्दाहरूका लागि स्वास्थ्य पहुँच प्रदान गर्दछ। तपाईंले एक स्वास्थ्य पेशेवर द्वारा जाँच गर्दा सरकारले आंशिक वा पुरै शुल्क: तिरिदिन्छ। यो भुक्तानीलाई छूट भनिन्छ। तपाईंले छूट प्राप्त गर्न तपाईं संग मेडिकेयर कार्ड हुनुपर्छ।

यदि तपाईं संग मेडिकेयर कार्ड छैन भने, कृपया सेन्टरलिङ्कको १३२ २०२ मा फोन गर्नुहोला।

यदि तपाईं सरकारबाट लाभ प्राप्त गर्नुहुन्छ भने, तपाईं एक स्वास्थ्य हेरविचार कार्डकोलागि पनि हकदार हुन सक्छ। आफ्नो स्वास्थ्य कार्ड तपाईं आफ्नो डाक्टर हेर्न आवश्यक हरेक समय लिएर जानुहोला। तपाईंको स्वास्थ्य कार्ड तपाईं एक कम दरमा दबाइ र स्वास्थ्य हेरविचार पहुँच किन्न मदत गर्नेछ।

छूट रकम प्रत्येक स्वास्थ्य पेशेवर लागि फरक हुन सक्छ।

## यदि मलाई बिसञ्चो भएमा मैले कसलाई सम्पर्क गर्नुपर्छ?

यदि तपाईं आफ्नो मानसिक स्वास्थ्यको बारेमा चिन्ता वा अरु कसैको बारेमा छ भने, कृपया तपाईंको स्थानीय डाक्टर (जीपी) लाई हेर्नुहोस्। आवश्यक परेमा तपाईंको आफ्नो जीपीले तपाईंलाई एक मानसिक स्वास्थ्य पेशेवर समक्ष शिफारिस गर्नेछ।

आपतकालीन मा कृपया 000 कला।

एक मानसिक स्वास्थ्य आपतकालीन मा 1800 011 511 तपाईंको स्थानीय मानसिक स्वास्थ्य टोली सम्पर्क गर्नुहोस्।

# म निजी मानसिक स्वास्थ्य पेशेवार संग कसरी पहुँच पाउन सक्दछु?

तपाईंको जीपीले तपाईंलाई एक मनोचिकित्सक वा मनोवैज्ञानिक को मा सिफारिस गर्न सक्छ। ती दुबैले मानसिक रोग लागेकाहरूलाई हेरचरा गर्न मद्दत गर्दछन्। तथापि, तिनीहरूको आफ्नो हेरचरा मा फरक भूमिका छ।

- Psychiatrists चिकित्सा डाक्टर हुन्। तिनीहरू चिकित्सा अध्ययन गरेका र दबाइ सल्लाह दिन सक्छन्। तिनीहरूले तपाईंलाई दबाइको कस्तो प्रभाव परेको छ भन्ने जाँच गर्दछन्। तिनीहरूले अन्य औषधी प्रयोग गरेर मानसिक रोगी मानिसहरूलाई मद्दत गर्न प्रशिक्षण प्राप्त गरेका हुन्छन्।
- मनोवैज्ञानिकहरूले मान्छेले कसरी व्यवहार गर्छन् भन्ने अध्ययन गरेका हुन्छन्। तिनीहरूले आकलन र विभिन्न औषधी प्रयोग गरेर मानिसहरूलाई व्यवहार गर्छन्।

ती दुबै आफ्नै व्यवसाय मा सार्वजनिक समुदाय स्वास्थ्य सेवा वा निजी मा काम गर्न सक्छन्।

चिकित्सा एक मनोवैज्ञानिक वा मनोचिकित्सक संग आफ्नो हेरचराको लागि भुक्तानी गर्न मद्दत गर्न

सक्छ। थप जानकारीको लागि कृपया तपाईंको जीपी कुरा गर्नुहोला।

मनोचिकित्सक वा मनोवैज्ञानिक लाइ भेट्न आफ्नो जीपी संग सिफारिस माग्नुहोस्। तपाईं एक उपचार योजना विकास गर्न मद्दत गर्न तिनीहरूलाई सोध्नुहोस्। यसले तपाईंको निको प्रक्रिया चलि रहने बेला तपाईं र तपाईंको परिवारलाई सहयोग गर्नेछ।



Help!

# मद्दतको लागि म कहाँ जाऔं?

## यो WayAhead निर्देशिका

न्यू साउथ वेल्स मा मानसिक स्वास्थ्य संग सम्बन्धित सेवाहरूको एक व्यापक सूची प्रदान अनलाइन स्रोत ।

[www.WayAhead.org.au](http://www.WayAhead.org.au)

## फोन लाईन

WayAhead मानसिक स्वास्थ्य जानकारी लाईन  
1300 794 991

तपाईंको स्थानिय डाक्टरलाई फोन गर्नुहोला(GP)

अन्तरसांस्कृतिक र मानसिक स्वास्थ्य  
(02) 9840 3800

मेडिकेयर जनरल लाईन  
132 001

अष्ट्रेलियन मनोवैज्ञानिक सोसाईटी  
1800 333 497



ट्रान्सलेटिङ एण्ड ईन्टरपरटिङ्ग सर्भिस  
(TIS) 131 450

कृपया ट्रान्सलेटिङ एण्ड ईन्टरपरटिङ्ग सर्भिस  
(TIS) मार्फत मानसिक स्वास्थ्य सूचना लाईनमा  
फोन गर्नुहोला। अष्ट्रेलियन नागरिक वा स्थायी  
बासिन्दाको लागि निःशुल्क।

डि रोयल अष्ट्रेलियन एण्ड न्यूजिल्याण्ड  
कलेज अफ साईकियाट्रिक्स  
1800 337 448

## उपयोगी वेबसाईटहरू

अष्ट्रेलियन मनोवैज्ञानिक सोसाईटी  
[www.psychology.org.au](http://www.psychology.org.au)

मानसिक स्वास्थ्य हेरविचारमा  
राम्रो पहुँच  
[www.health.gov.au/internet/main/  
publishing.nsf/content/mental-ba-  
fact-pat](http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/mental-ba-fact-pat)

स्वास्थ्य विभाग – जी पी मानसिक स्वास्थ्य  
हेरबिचार  
[www.health.gov.au/internet/main/  
publishing.nsf/content/pacd-gp-  
mental-health-care-pdf-qa](http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/pacd-gp-mental-health-care-pdf-qa)

सामाजिक कार्यकर्ताहरूको लागि  
अष्ट्रेलियाली संस्था  
[www.aasw.asn.au/practitioner-  
resources/medicare-mental-health-  
descriptions](http://www.aasw.asn.au/practitioner-resources/medicare-mental-health-descriptions)



## टिप्पणी

यो जानकारी शैक्षिक उद्देश्यका लागि हो। न पुस्तिका न त वेबसाइटले मानिसहरूलाई निदान गर्न सक्छन् तसर्थ व्यावसायिक सल्लाह र / वा मद्दत प्राप्त गर्न सधैं महत्त्वपूर्ण छ।

यो जानकारी मानसिक स्वास्थ्य संघ न्यू साउथ वेल्स संग स्वीकृती लिएर पुनरुत्पादन गर्न सक्नुहुन्छ।

एसोसिएशनले प्रतिक्रियालाई प्रोत्साहन र उपलब्ध गराईएका जानकारी टिप्पणी को लागि स्वागत गर्दछ।

यो तथ्यपत्र अन्तिम पटक सेन्ट जर्ज र सदरल्याण्ड मानसिक स्वास्थ्य, २०१६ द्वारा समीक्षा गरिएको थियो।

“मैले मलाई के भैरहेको छ  
त्यो बुझेका मानिसहरू  
फेला पारें”



