

مشرقی لندن اوشن سروس East London Ocean) Service کے لیے معلومات اور ریفرل کی تفصیلات



پیدائشی صدمے اور پیدائشی نقصان کے
متاثرین کے لیے بمردانہ جذباتی مدد کی
پیشکش

ہم پرواہ کرتے ہیں
ہم احترام کرتے ہیں
ہم سب کو ساتھ لے کر چلتے ہیں



اگر آپ ہمارے محکمے سے ناخوش ہیں تو کس سے رابطہ کریں (PALS/شکایات)

پہلے آپ کے ساتھ اس پر بات کیے اور آپ کی
رضامندی حاصل کیے بغیر ہم آپ کی ہمیں دی گئی
کسی بھی معلومات کا تبادلہ نہیں کریں گے۔ اس
میں واحد استثناء یہ ہے کہ اگر ہم سمجھیں کہ آپ
کی زندگی یا کسی اور کی بھلائی خطرے میں ہو
سکتی ہے۔

ہم اپنی پیش کردہ خدمات کے بارے میں جوابی رائے
کا خیرمقدم کرتے ہیں لہذا براہ کرم فری فون 0800
783 4839 پر یا ای میل: elft.pals@nhs.net
پر مریض کے مشورے اور رابطہ سروس سے رابطہ
کریں۔

اگر آپ محکمے اور اپنے علاج سے خوش نہیں ہیں، تو
براہ کرم محکمہ مینیجر سے بات کریں اور اسے حل
کرنے کی کوشش کریں، یا PALS ٹیم سے رابطہ کریں۔
اگر آپ شکایت کرنا چاہتے ہیں، تو آپ کر سکتے ہیں:

0800 085 8354 ☎

elft.complaints@nhs.net @

یہاں خط بھیجیں: Complaints and PALS
Manger, FREEPOST RTKB-ESXB-HYYX, Trust
, Headquarters, 9 Alie Street, London
.E1 8DE

یہ خدمت مندرجہ ذیل کی شراکت داری سے فراہم کی جاتی ہے:

NHS
East London
NHS Foundation Trust

NHS
Barts Health
NHS Trust

NHS
Homerton Healthcare
NHS Foundation Trust

کوئی بھی دیگر مفید معلومات

اگر آپ اپنی دماغی صحت کے نازک دور میں
ہیں یا فوری مدد درکار ہے، تو آپ کو اپنے
مقامی بحرانی لائن سے رابطہ کرنا چاہیئے:

Newham - 0800 073 0066

Hackney - 0800 073 0006

Tower Hamlets - 0800 073 0003

ہم پرواہ کرتے ہیں، ہم احترام کرتے ہیں،
ہم سب کو ساتھ لے کر چلتے ہیں۔

ہم کون ہیں؟

OCEAN دماغی صحت اور زچگی کا یکجا ماہرانہ شعبہ ہے جو City & Hackney، Newham اور Tower Hamlets میں پیدائشی صدمے اور نقصان سے متاثر ہونے والی خواتین اور بچے پیدا کرنے والے لوگوں کو مدد فراہم کرے گا۔

ہم کس کی مدد کرتے ہیں

ہم ان افراد کو مدد کی پیشکش کرتے ہیں جو دماغی صحت کی اہم مشکلات کا سامنا کر رہے ہیں، جو ان کے حمل یا پیدائش کے سفر سے پیدا ہوئے، یا اس سے متعلق ہیں۔

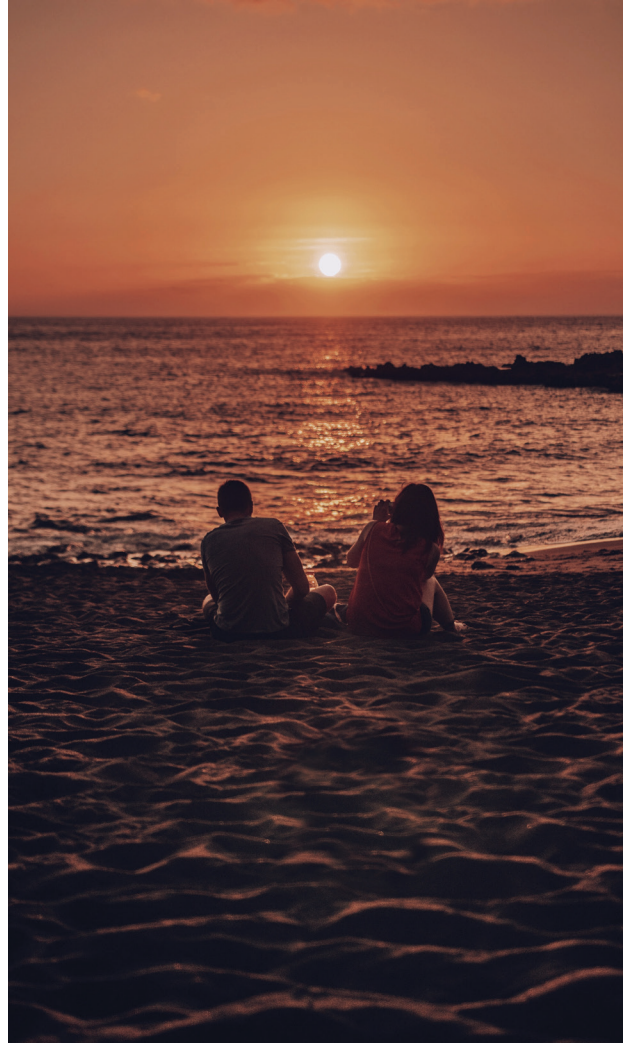
اس میں مندرجہ ذیل کے نتیجے میں ہونے والی مشکلات شامل ہو سکتی ہیں:

- بار بار ناکام IVF علاج
- حمل کا ضیاع (بشمول کسی بھی مرحلے پر اسقاط حمل اور حمل کا اختتام)
- پیدائشی صدمہ
- بچہ ضائع ہو جانا
- بچے کی پیدائش کا شدید خوف (Tokophobia)

Ocean سروس صرف ان ماؤں اور لوگوں کو مدد کی پیشکش کرنے کے قابل ہے جنہوں نے اس وقت بچے کو جنم دیا ہے۔ اہل خانہ، بشمول وہ شریک حیات جن کو دماغی صحت کی مدد درکار ہے انہیں East London Talking Therapies سروس سے رابطہ کرنا چاہیئے۔ مکمل تفصیلات یہاں آن لائن مل سکتی ہیں۔ <https://www.elft.nhs.uk/get-help-emergency>

ہم کیسے مدد کرتے ہیں

- علاجی نگہداشت جو نفسیاتی معاونت اور ماہرانہ دایہ گیری کو یکجا کرتی ہے۔
- رفقاء کی معاونت
- اکیلے اکیلے اور گروہ کی صورت میں معاونت کا ملاپ۔



Ocean کی طرف ریفرل

آپ کو خود ہی رجوع کرنے یا اپنے جی پی اور/یا صحت کے دیگر پیشہ ور افراد سے بات کرنے کا خیرمقدم ہے جو آپ کے لیے ریفرل جمع کروا سکتے ہیں۔

ریفرل فارم ہماری ویب سائٹ پر مل سکتے ہیں:

OCEAN MENTAL HEALTH SERVICE – EAST LONDON

<https://www.elft.nhs.uk/services/ocean-mental-health-service-east-london>

ٹیلی فون: 020 3222 8047

ای میل: elft.eastlondonocean@nhs.net

ہم سوموار تا جمعہ صبح 9.00 بجے سے شام 5.00 بجے تک کھلے ہوتے ہیں (ماسوائے برطانیہ کی تمام بینک تعطیلات)۔

براہ کرم نوٹ فرمائیں کہ ہم بحرانی حالت کی خدمات فراہم نہیں کرتے اور ہماری خدمات تک رسائی کے لیے انتظار کرنا پڑتا ہے۔

اگر OCEAN مناسب ترین محکمہ نہیں ہے، تو چھان بین کرنے والا معالج رہنمائی کر سکتا ہے اور معاونت کی پیشکش کے لیے بہتر طور پر رکھی گئی خدمات کے بارے میں مشورہ دے سکتا ہے۔

اگر آپ ذاتی تجربے کے حامل سروس صارف ہیں اور OCEAN یا پیدائشی خدمات کی تشکیل میں مدد کرنے میں شامل ہونا چاہتے ہیں تو براہ کرم Rachael Buabeng سے اس ای میل پر رابطہ کریں: rachael.buabeng@nhs.net

ہم پرواہ کرتے ہیں، ہم احترام کرتے ہیں، ہم سب کو ساتھ لے کر چلتے ہیں۔