II स्वास्थ्य र चिकित्सा सेवा

II-1 चिकित्सा सेवाको प्रयोग

1. जापानको चिकित्सा सेवाको प्रयोग

जापानको चिकित्सा सुबिधा प्राविधिक हिसाबले धेरै उच्च भए पनि स्वास्थ्यकर्मीहरुले उपचार र औषधीका सम्बन्धमा सामान्यतया बिस्तृत रुपमा वर्णन नगर्ने हुँदा आवश्यक परेमा डाक्टरलाई सोधेर अथवा जापानी भाषा जान्ने व्यक्तिलाई साथमा लिएर जानकारी लिनुहोस ।

डेन्टल क्लिनिकमा उपचार गर्दा सामान्यतया बुकिङ गर्नुपर्ने हुन्छ। तर अस्पतालमा उपचार गर्नु परेमा सामान्यतया पहिला जाने व्यक्तिको पहिला उपचार हुने व्यवस्था गरिएको हुन्छ। साथै, जापानको अस्पतालमा दु:खाइ कम गर्ने औषधी (पेनकिलर)बिदेशका अस्पतालहरुमा भन्दा कम प्रयोग गर्ने गरिन्छ।

2. स्वास्थ्य संस्थाहरु

किसिम

क्लिनिक, अस्पताल (अस्पतालमै बस्ने र उपचार गर्ने सुबिधा भएको)आदि। अस्पतालको बारेमा थाहा नभएको बेला अथवा सामान्य बिरामी भएको बेलामा क्लिनिकमा गएर स्वास्थ्य परिक्षा गराइ आवश्यक निर्देशन लिनु उपयुक्त हुन्छ।

अस्पताल समय

- अस्पतालको हकमा बिहानको समय खुल्ला रहने हुन्छ।
- क्लिनिकहरु बिहान र दिउसो खुल्ने हुन्छ। तर क्लिनिक हेरेर सोमबार देखी शुक्रबार सम्म बेलुकाको समयमा बन्द रहने क्लिनिकहरु पनि हुने गर्दछ।

भाषा

सामान्यतया डाक्टरहरु सामान्य अंग्रेजी भाषा बोल्न जान्ने हुन्छन। तर अस्पातालमा रजिस्टर गर्दा भर्नु पर्ने कागज (मोउसिनह्यो) जापानी भाषामा मात्र लेखिएको हुन्छ। जापानी भाषा नबुझ्दा आफ्नो भाषामा उल्था गरेर बुझ्ने अथवा जापानी भाषा बुझ्ने व्यक्तिलाई साथमा लिएर जानु राम्रो हुन्छ।

अन्य भाषामा अस्पताल रजिस्टर फाराम भर्नको लागि उल्लेखित लिन्क प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ
http://www.kifjp.org/medical/

अस्पतालमा दर्ताको प्रकृया

・रिसेप्सन: आफ्नो स्वास्थ्य बिमा (होकेन) लिएर अस्पताल खुल्ने समयमा रिसेप्सनमा जानुहोस। यहाँले अस्पताल दर्ताको कागज (मोउसिन्ह्यो) मा आफुलाई भएको स्वास्थ्य समस्याको लक्षणहरु, पहिला भएका स्वास्थ्य समस्याहरु आदि भरेर बुझाए पस्चात आफ्नो नाम बोलाउने बेला सम्म प्रतिक्षा गर्नुहोस।

・स्वास्थ्य चेक-जाच: डाक्टर भएको उपचार कक्षमा स्वास्थ्य चेक-जाच गरे पस्चात आवश्यक परेमा थप परिक्षण र उपचारका लागि जानुहोस।

・भुक्तानी: औषधी प्राप्त गरे पस्चात स्वास्थ्य उपक्षरको भुक्तानी गर्न आफ्नो पालो पर्खनुहोस। औषधीको प्रेस्किपसन प्राप्त गरेर औषधी पसलबाट औषधी किन्न लगाउने अस्पतालहरु पनि हालका दिनहरुमा बढेका छन।

3. अस्पताल भर्ना भएर उपचार गर्नु परेमा

जापानको अस्पतालमा भर्ना भएर उपचार गर्नु परेमा सिङ्गल बेड कोठा (प्राइभेट), डबल बेड कोठा र धेरै जनाले प्रयोग गर्न मिल्ने कोठा (चार देखी छ बेड सम्म) को ब्यबस्था गरिएको हुन्छ। सिङल र डबल बेडको कोठा प्रयोग गर्न चाहेमा स्वास्थ्य बिमा (होकेन) लागु नहुनेभएकोले आफैले थप रकम भुक्तानी गर्नुपर्ने हुन्छ। पूर्ण स्वास्थ्य लाभका निम्ती सामान्यतया अस्पतालमा धेरै दिनसम्म बस्नुपर्ने हुन्छ। आवश्यकता अनुसार ठुला अस्पतालहरुले सम्पूर्ण क्यर सुबिधा उपलब्ध गराउने गर्दछन। यदि अस्पतालहरुले बिरामीको सेवा गर्न कोही व्यक्ती राख्न निर्देशन दिएमा स्वास्थ्य बिमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

4. बिदेशी भाषामा सेवा लिन सक्ने अस्पताल

बिदेशी भाषामा सेवा दिन सक्ने अस्पतालको सम्बन्धमा ओसाका प्रिफेक्चर स्वास्थ्य संस्था इन्फर्मेसन सिस्टमबाट जानकारी लिनुहोस। साथै, ओसाका प्रिफेक्चर प्रबाशी इन्फर्मेसन केन्द्र तथा अन्तरराष्ट्रिय स्वास्थ्य सुचना केन्द्रबाट पनि जानकारीहरु लिन सकिन्छ। （अप्पेन्दिक्स वा परिशिष्ट Ⅸ－2）

ओसाका फु स्वास्थ्य संस्था सिस्टम

URL http://www.mfis.pref.osaka.jp/apqq/qq/men/pwtpmenult01.aspx

5. रात्रीकालिन र बिदाको दिनको उपचार

रातको समयमा र बिदाको दिनमा बिरामी भएमा नजिकैको एमर्जेन्सी स्वास्थ्य केन्द्रमा गएर उपचार गर्न सकिन्छ। जापानी भाषा जानेको व्यक्ती संगै लिएर गएमा सहज तवरले उपचार पाउन सकिन्छ। रात्रीकालिन तथा बिदाको दिनमा थोरै सन्ख्यामा क्लिनिक तथा अस्पतालहरु खुल्ने व्यवस्था गरिएको हुन्छ।

6. औषधी

अस्पतालमै उपलब्ध गराउने औषधी र अस्पतालको प्रेस्क्रिप्सन लिएर बाहिरको औषधी पसलबाट किन्न मिल्ने दुई किसिमको औषधी खरिदको व्यवस्था गरिएको हुन्छ। हालका दिनहरुमा जेनेरिक औषधीको प्रयोग पनि बढेको छ। जेनेरिक औषधी पनि सामान्य औषधी जस्तै प्रभावकारी हुने गर्दछ। मुल्यका हिसाबले जेनेरिक औषधी सामान्य औषधी भन्दा सस्तो हुने गर्दछ।

आफ्नो नजिकको क्लिनिकहरु पनि यहाँले इन्टरनेट मार्फत खोज्न सक्नुहुनेछ।

http://kensaku.okiss.jp/Pc/ अंग्रेजी चिनियाँ कोरियाली र जापानी भाषामा