

ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਲੈਨਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ

NHS ਲੈਨਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਪੂਰੇ ਲੈਨਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਉਪਯੋਗੀ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ www.lanarkshiresexualhealth.org 'ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਹੈ)

ਸੇਵਾਵਾਂ

21 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ

ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ

ਲੈਨਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਬੁੱਕ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ **0300 303 0251** 'ਤੇ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਬੁੱਕ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਲੀਨਿਕ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ, ਕੰਡੋਮ, ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (STI) ਅਤੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ (BBV) ਟੈਸਟਿੰਗ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਅਤੇ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਲਾਈਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [sexual health clinics](#) ਦੇ ਵੈੱਬਪੇਜ 'ਤੇ ਜਾਓ।



20 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ

ਨੌਜਵਾਨ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ (YP/YP+)

ਇਹ ਕਲੀਨਿਕ ਸਿਰਫ਼ 20 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਿਰਫ਼ ਖਾਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਨਰਸ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਨਰਸ ਅਤੇ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਲੀਨਿਕ ਵਾਕ-ਇਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। **0300 303 0251** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਹੜੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਾਕ-ਇਨ ਹਨ, ਕਿਹੜੇ ਸਿਰਫ਼ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਹਨ ਅਤੇ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਲਾਈਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [Young Peoples clinics](#) ਵੈੱਬਪੇਜ 'ਤੇ ਜਾਓ।



ਇੱਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬੁੱਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਸਾਡੇ ਕਿਸੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ, ਕਾਲ ਕਰੋ: **0300 303 0251**

ਟੈਕਸਟਫੋਨ (ਬੋਲਿਆਂ/ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰੱਥ ਲੋਕਾਂ ਲਈ): **07826 874190**

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਵੀਰਵਾਰ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ: ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4.30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਅਤੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 3:30 ਵਜੇ ਤੱਕ (ਮੌਜੂਦਾ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ) (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਕਾਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ)

ਔਨਲਾਈਨ ਬੁਕਿੰਗ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ: [online booking criteria](#) ਵੈੱਬਪੇਜ

ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਮਰਦ ਅਤੇ ਔਰਤ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਮਹਿਲਾ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਬੁਕਿੰਗ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

ਬਲਾਤਕਾਰ/ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ: ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [NHS Inform](#) ਵੈੱਬਪੇਜ 'ਤੇ ਜਾਓ (ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ)।

ਮੁਫਤ ਕੰਡੋਮ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ - ਸੀ ਕਾਰਡ ਮੁਫਤ ਕੰਡੋਮ ਕੋਈ ਝਗੜਾ ਨਹੀਂ

ਕੰਡੋਮ ਖੂਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ (BBVs) ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਲਾਗਾਂ (STIs) ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਣਚਾਹੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਲੈਨਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਜੀਪੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ ਤੋਂ ਮੁਫਤ ਕੰਡੋਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿੱਥੇ ਸੀ ਕਾਰਡ ਸਟਿੱਕਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ [location finder](#) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮੁਫਤ ਕੰਡੋਮ ਕਿੱਥੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੇ ਹਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [Free Condoms No Fuss](#) ਵੈੱਬਪੇਜ 'ਤੇ ਜਾਓ।



ਲੈਨਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ:

www.lanarkshiresexualhealth.org

ਗੁਪਤਤਾ

ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਗੁਪਤ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 16 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਦੂਜੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਸਟਾਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਰੱਖੇਗਾ।