SYDNEY WEST
Area Health Service

Produced by Sydney West Area Health Service,
Multicultural Health Network & NSW Multicultural
Health Communication Service.

**BHC5565 Does your child have a Personal Health Record – Tamil**

# உங்களது குழந்தைக்கு ஒரு தனிப்பட்ட உடல்நல பதிவுகள் இருக்கிறதா?

“எனது நீலப் புத்தகத்திற்கு நன்றி” அண்மையில் ஒரு நண்பன் கூறினார். “ ஒரு குடும்பத்துடன் இருந்துகொண்டு ஒரு வேலையையும் செய்யும் போது நினைவில் வைத்துக்கொள்ளவேண்டிய காரியங்கள் எப்போதும் பல உண்டு – ஆனால் எப்போது அடுத்த நோய்தடுப்பு மருந்து ஏற்றவேண்டும் அல்லது எனது உள்ளூர் ஆரம்ப குழந்தைப் பருவ உடல்நல மையத்தின் தொலைபேசி எண்ணைக் குறித்துக்கொள்வது, இவை எல்லாம் எனது நீலப் புத்தகத்தில் இருக்கும்.”

தனிப்பட்ட உடல்நல பதிவிற்கு வேறு ஒரு பெயர் தான் “நீலப் புத்தகம்”. இந்தச் சிற்றேடு நீல நிற பிளாஸ்டிக் உறையினால் கட்டப்பட்டு நி தெ வே (NSW) உடல்நல திணைக்களத்தினால் உற்பத்தி செய்யப்படுகிறது. இது ஒரு குழந்தை பிறந்தவுடன் நி தெ வே இல் இருக்கும் எல்லாப் பெற்றோருக்கும் வழங்கப்படுகிறது. இந்தப் புத்தகம் பெற்றோருக்கு பயனுள்ளது ஏனென்றால் அவர்களது குழந்தைகளின் உடல்நலம் பற்றிய முக்கியமான பதிவுகளை இது வழங்கும்.

## எப்படி இந்த நீலப் புத்தகம் உபயோகிக்கப் படுகிறது?

இது இவ்வாறாக வேலை செய்கிறது. நீங்கள் குழந்தை பிரசவித்தபின் வைத்தியசாலையை விட்டு வெளியேறுமுன் குழந்தையின் பிறப்பு விவரங்கள் மற்றும் குழந்தை பிறந்தபின் குழந்தையின் முதல் பரிசீலனையின் விவரங்கள் ஆகியவை வைத்தியசாலை அலுவலர்களால் இந்தப் புத்தகத்தில் பதியப்படப்படும். இதன் பின்பு ஒவ்வொரு முறை நீங்கள் குழந்தையை வைத்தியரிடம், ஆரம்ப குழந்தைப்பருவ மையம், அல்லது வைத்தியசாலைக்கு கொண்டுசெல்லும் போதும் நீலப் புத்தகத்தையும் உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள். இதன் அர்த்தம் வைத்தியர், தாதி, அல்லது வேறு உடல்நல உத்தியோகஸ்தர்கள் ஒவ்வொரு கலந்தாய்வின் விவரங்களையும் (திகதி, தரிசிப்பின் காரணம், எடுக்கப்பட்ட நடவடிக்கை) நீலப் புத்தகத்தில் எழுத முடியும்.

கைக் குழந்தைகளும், இளம் குழந்தைகளுக்கும் ஒரு வைத்தியரினால் அல்லது முன்பு அழைக்கக்கப்படும் ஆரம்ப குழந்தைப்பருவத் தாதியைப்போல் ஒரு குழந்தை மற்றும் உடல்நலத் தாதியால் அவர்களது வளர்ச்சி முன்னேற்றத்தைச் சரிபார்க்கவும், சிகிச்சை தேவைப்படும் பிரச்சினைகளைக் கண்டுபிடிக்கவும், ஒழுங்கான உடல்நலம் மற்றும் வளர்ச்சிப் பரிசீலனைகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும். நீலப் புத்தகத்தில் எப்போ இந்த பரிசீலனைகள் மேற்கொள்ள வேண்டும் என்று பெற்றோருக்குத் தகவல்களும், உடல்நலத் தொழிலாளிகள் சோதனை முடிவுகளைக் குறிப்பதற்கு பக்கங்களும் இருக்கின்றன.

பெற்றோருக்கு குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றம் பற்றிய விவரங்களை எழுதவும், இது பற்றிய கேள்விகளுக்கு விடைகள் எழுதவும் நீலப் புத்தகத்தில் பக்கங்கள் உண்டு (முன்பு குழந்தைப்பருவ தாதி என்று அழைக்கப்பட்ட குழந்தை மற்றும் குடும்ப உடல்நலத் தாதியால் இந்தப் விவரங்களை நிரப்ப உதவி செய்ய முடியும்). இவற்றின் சில விவரங்கள் – உங்களது குழந்தை முதல் முறை “அப்பா” அல்லது “அம்மா” என்று அழைத்த திகதிகள் போன்றவை அல்லது முதல் முறை நடக்கத் தொடங்கிய திகதி – ஆகியவை குடும்பத்தின் மைல்கற்கள் எதிர்காலத்தில் இதைப் பார்த்து மகிழ்ச்சியடைவீர்கள்.

இந்த புத்தகத்தில் அவசரகாலச் சேவைகள் மற்றும் பெற்றோருக்குத் தகவல் சேவைகள் உட்பட்ட பயனுள்ள தொலைபேசி எண்கள் இருப்பதோடு பெற்றோருக்கு அவர்களது தனிப்பட்ட தொலைபேசி எண்களைக் குறிக்கவும் ஒரு பக்கம் இருக்கும் – குறிப்பாக உள்ளூர் வைத்தியர், பல் வைத்தியர், குழந்தையின் பாடசாலை ஆகியவற்றின் எண்கள்.

வேறு வார்த்தைகளில் முக்கியமான தகவல்கள் எல்லாவற்றையும் ஒரே இடத்தில் வைப்பதற்கு இது ஒரு சிறந்த வழி.

## நீலப் புத்தகத்தின் அனுகூலங்கள் என்ன?

குழந்தைகளின் உடல்நலத்தைக் கவனிப்பது பெற்றோரும் உடல்நலத் தொழிலாளிகளும் ஒரு இணைக்குழுவாக வேலைசெய்வதாகும் – நீலப் புத்தகம் பெற்றோருக்கும் உடல்நல உத்தியோகஸ்தர்களுக்கும் குழந்தையின் உடல்நலத்தையும் முன்னேற்றத்தையும் தெரிந்துணர உதவி செய்கிறது. அத்தோடு ஒவ்வொரு முறை நீங்கள் குழந்தையை ஒரு வித்தியாசமான உடல்நல உத்தியோகஸ்தரிடம் எடுத்துச்செல்லும் போது நீலப் புத்தகம் அவருக்கு குழந்தையின் வைத்தியச் சரித்திரத்தை அறிவிக்கிறது – இது ஆங்கிலத்தில் தேர்ச்சியற்ற பெற்றோருக்கு குறிப்பாக உதவும்.

## எவ்வளவு காலத்திற்கு பெற்றோர்கள் நீலப் புத்தகத்தை உபயோகிக்க வேண்டும்?

பிறப்பு முதல் உங்கள் குழந்தை 18 வயதடையும் வரை உபயோகிக்கக்கூடிய வகையில் நீலப் புத்தகம் வடிவமைக்கப் பட்டிருக்கிறது. உங்கள் குழந்தை பாடசாலைக்குச் செல்லத் தொடங்கும் வரை இப் புத்தகத்தை உபயொகிப்பது முக்கியம். அத்தோடு குழந்தைப்பருவம் முதல் வளர் இளம் பருவமடையும் காலம் வரை தொடர்ந்து நீங்கள் இந்தப் புத்தகத்தை உபயோகிக்கும்படி உற்சாகப்படுத்தப் படுகிறீர்கள்.

## நீலப் புத்தகத்தின் பிரதிகளை பெற்றோர்கள் எப்படிப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்?

குழந்தை பிறந்தவுடன் பெண்களுக்கு இத்தப் புத்தகம் வழங்கப்படுகிறது – இது வழக்கமாக பிறப்பு பதிவுப் படிவம் போன்ற வேறு ஆவணங்களுடன் சேர்த்துக் கொடுக்கப் படுகிறது. கைக்குழந்தைகள் மற்றும் சிறு குழந்தைகளின் பெற்றோர்களிடம் ஒரு நீலப் புத்தகம் இல்லாவிட்டால் – அவர்கள் தங்கள் பிரதியை கைதவற விட்டிருந்தால் அல்லது அவர்களது குழந்தைகள் நி தெ வே விற்கு வெளியே பிறந்திருந்தால் – அவர்கள் உள்ளூர் ஆரம்ப குழந்தைப் பருவ மையத்திடம் எவ்வாறு ஒரு பிரதியைப் பெறமுடியும் என்று கேட்கலாம்.

உங்களுக்கு ஆங்கிலத்தில் தொலைபேசி அழைப்புகள் மேற்கொள்ள உதவி தேவைப்பட்டால் மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைக்கும் சேவை (டிஸ்) ஐ 131 450 இல் அழையுங்கள்.

நீங்கள் கூடுதலான உடல்நலத் தகவல்கள் உங்கள் மொழியில் பல்கலாச்சார தொடர்பு இணையத்தளம் http://mhcs.health.nsw.gov.au இல் காணலாம்.

தொலைபேசி எண்கள் பிரசுரித்த வேளையில் சரியாக இருந்தது ஆனால் தொடர்ந்து சரிபார்க்கப்பட மாட்டாது. நீங்கள் தொலைபேசிப் புத்தகத்தில் எண்களைச் சரிபார்க்க வேண்டும்.