राष्ट्रिय मधुमेह सेवा योजना (National Diabetes Services Scheme) (NDSS) मा तपाईलाई स्वागत छ।

तपाई हामीसँग दर्ता हुनुभएको छ। अब तपाईको गर्भावस्थामा विकसित मधुमेहलाई व्यवस्थापन गर्न मद्दत गर्नका लागि तपाईले थुप्रै NDSS सेवाहरू जस्तै मधुमेह शिक्षा कार्यक्रमहरू, संसाधन तथा उत्पादनहरू सहुलियत दरमा पाउन सक्नुहुन्छ।

तपाईको NDSS दर्ता कार्ड यससँगै संलग्न छ र यसको म्याद 12 महिनाको हुन्छ।

- NDSS मार्फत सहुलियतको मधुमेह संसाधनहरूमाथिको पहुँचका प्राप्त गर्नका लागि सबै NDSS पहुँच स्थलमा (NDSS Access Point), प्रायः गरी तपाईको स्थानीय सामुदायिक औषधालयमा, यो कार्डलाई आफूसँगै लानुहोस्
- तपाईको क्षेत्रमा रहेको स्थानिय सामुदायिक सामुदायिक औषधालय पत्ता लगाउन **healthdirect.gov.au/search-results/pharmacy** मा हेर्नुहोस् वा हाम्रो NDSS हेल्पलाइन (Helpline) नम्बर **1800 637 700** मा फोन गर्नुहोस्। यदि तपाईलाई दोभाषेको आवश्यकता पर्छ भने अनुवाद तथा दोभाषे सेवा (Translating and Interpreting Service) (TIS) लाई **131 450** मा फोन गर्नुहोस् र आफ्नो भाषा बताउनुहोस्। दोभाषे जोडिनका लागि पर्खनुहोस् र त्यसपछि **1800 637 700** नम्बरमा फोन लगाउन भन्नुहोस्।
- कृपया तपाईको कार्डको पछाडिपट्टि हस्ताक्षर गर्नुहोस्। यदि तपाई 15 वर्षको उमेर भन्दा कम हुनु हुन्छ भने वा नियमित हेरचाह प्राप्त गरिरहेको वयस्क हो भने तपाईको बाबुआमा वा हेरचाहकर्ताले यो कार्डमा हस्ताक्षर गर्नुपर्छ।
- NDSS मार्फत तपाईले हरेक पल्ट सामानहरू मगाउँदा वा सेवाहरू प्रयोग गर्दा तपाईको कार्डको जरूरत पर्छ।

यस पत्रसँग तपाईले एक Gestational Diabetes: Caring for yourself and your baby (गर्भावस्थामा हुने मधुमेह: आफू र आफ्नो बच्चाको स्याहार) नामको पुस्तिका प्राप्त गर्नुभएको छ जसले तपाईको गर्भावस्थामा हुने मधुमेहको व्यवस्थापन गर्नका लागि तपाईलाई जानकारी प्रदान गर्छ।

तपाई गर्भावस्थामा हुने मधुमेहको राष्ट्रिय सूची (National Gestational Diabetes Register) मा पनि दर्ता हुनुभएको छ। थप जानकारीका लागि यस पत्रसँग संलग्न पर्चा हेर्नुहोस्।

यदि तपाईलाई कुनै प्रश्न छ भने कृपया तपाईको NDSS हेल्पलाइनलाई **1800 637 700** मा फोन गर्नुहोस्वा हाम्रो **ndss.com.au** वेबसाइट हेर्नुहोस्।

भवदीय,

Jan Ridd
महाप्रबन्धक, NDSS
मधुमेह अष्ट्रेलिया (Diabetes Australia)

NATIONAL **GESTATIONAL DIABETES** REGISTER
राष्ट्रिय **गर्भावस्थाको मधुमेह** दर्ता सूची

nDSS
National Diabetes Services Scheme
An Australian Government Initiative

Nepali | नेपाली

राष्ट्रिय गर्भावस्थाको मधुमेह दर्ता सूचीमा स्वागत छ

राष्ट्रिय गर्भावस्थाको मधुमेह दर्ता सूची राष्ट्रिय मधुमेह सेवा योजना (NDSS) को अंश हो। यो दर्ता सूचीले गर्भावस्थाको समयमा र पछिको स्वास्थ्यको व्यवस्थापन गर्न गर्भावस्थाको मधुमेह भएका महिलाहरूलाई सहयोग गर्ने उद्देश्य राखेको छ।

जब तपाईं NDSS मा दर्ता हुनुहुन्थ्यो, तपाईंलाई राष्ट्रिय गर्भावस्थाको मधुमेह दर्ता सूचीमा पनि समावेश गरिएको थियो। यो दर्ता सूचीले नियमित स्वास्थ्य जाँचका लागि सम्झाउने सन्देशहरू पठाएर मद्दत गर्न सक्छ र तपाईंको भविष्यको स्वास्थ्यको हेरचाहमा मद्दत गर्न सघाउन सक्छ।

NDSS हेल्पलाइन 1800 637 700
ndss.com.au

diabetes australia
The NDSS is administered by Diabetes Australia

दर्ता सूचीको बारेमा

दर्ता सूचीले निम्न लाभ प्रदान गर्दछ:

- अहिले र गर्भावस्थापछि स्वस्थ जीवनशैलीको लागि सहायता।
- गर्भावस्थाको मधुमेह भएको तपाईंको गर्भावस्थापछि नियमित स्वास्थ्य जाँचहरूबारे सम्झाउने सन्देशहरू - यी सम्झाउने सन्देशहरू तपाईं र तपाईंको सामान्य चिकित्सक (जीपी) दुवैलाई पठाइन्छन्।
- तपाईंको दीर्घकालीन स्वास्थ्यको लागि सहायता गर्न थप जानकारी र सेवाको लिङ्कहरू।

आफ्नो विवरण अद्यावधिक गर्न

- हामी तपाईंलाई गर्भावस्थापछि जानकारी पठाउन जारी राख्नेछौँ।
- यो गर्नको लागि, हामीलाई तपाईंको हालको हुलाक ठेगाना, इमेल, मोबाइल नम्बर र तपाईंको जीपीको सम्पर्क विवरणहरू चाहिन्छ।
- तपाईं आफ्नो विवरण अद्यावधिक गर्न सक्नुहुन्छ, वा यहाँ बाहिरिन सक्नुहुन्छ **ndss.com.au/gdm-update** वा NDSS हेल्पलाइन **1800 637 700** मा फोन गर्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंले हाम्रो वेबसाइटमा अन्य भाषाहरूमा यो जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।

ndss.com.au/gestational-welcome

Version 3, December 2022.
First published October 2019.
NDSSPTC002N