

इटली में, स्वास्थ्य सेवाएँ  
सभी के लिए एक  
सुनिश्चित अधिकार हैं।

# प्रवासी व्यक्तियों के लिए स्वास्थ्य का अधिकार



यदि आप अस्वस्थ महसूस कर रहे हैं या डॉक्टर से मिलने की आवश्यकता है, तो आप बिना किसी दस्तावेज़ के भी चिकित्सा सेवा प्राप्त कर सकते हैं। कोई भी आपको पुलिस में रिपोर्ट नहीं कर सकता। आपको केवल एसटीपी कोड (Straniero Temporaneamente Presente – अस्थायी रूप से उपस्थित विदेशी) की आवश्यकता होगी, जो स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण (ASL) या सरकारी अस्पतालों द्वारा प्रदान किया जाएगा। एसटीपी कोड के साथ, आपको क्षेत्रीय स्वास्थ्य सेवा के माध्यम से आपातकालीन और आवश्यक उपचार प्राप्त करने का अधिकार है। अपने नजदीकी ASL से संपर्क करें।

## प्राथमिक चिकित्सा सेवा

यदि आपके पास पहले से निवास परमिट है, तो आपको अपने निवास परमिट पर दिए गए पते के अनुसार अपने नगर पालिका के एएसएल में जाकर राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (SSN) में पंजीकरण कराना होगा। अपने साथ निवास परमिट (या इसके जारी होने या नवीनीकरण के आवेदन की रसीद) और अपना कर कोड (अस्थायी या स्थायी) लेकर जाएँ।

राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा में पंजीकरण के समय, आप अपने लिए एक सामान्य चिकित्सक (जीपी) और/या बच्चों के लिए एक शिशु रोग विशेषज्ञ चुनेंगे। वे निःशुल्क सेवाएँ प्रदान करते हैं, जैसे: चिकित्सा परामर्श, दवाओं के लिए पर्ची, विशेषज्ञ परामर्श और जाँच के लिए रेफरल, अस्पताल में भर्ती की सिफारिश, तथा स्कूल और कार्यस्थल के लिए प्रमाण पत्र।

आपको एक स्वास्थ्य बीमा कार्ड मिलेगा। डॉक्टर, फार्मसी या अस्पताल जाते समय इसे हमेशा अपने साथ रखें।

यदि रात में या सार्वजनिक अवकाश पर तबीयत खराब हो जाए, तो आउट-ऑफ-ऑवर्स सेवा उपलब्ध है। आप कॉल कर सकते हैं या सीधे निकटतम क्लिनिक जा सकते हैं।

## विशेषज्ञ जाँच और अपॉइंटमेंट

विशेषज्ञ जाँच और अपॉइंटमेंट के लिए, स्वास्थ्य देखभाल लागत को आंशिक रूप से पूरा करने हेतु “टिकट” नामक शुल्क लिया जा सकता है। कुछ लोग — जैसे कि मधुमेह, उच्च रक्तचाप, हृदय रोग या कैंसर जैसी पुरानी बीमारियों से पीड़ित — को यह शुल्क नहीं देना पड़ता।

### अपॉइंटमेंट कैसे बुक करें

आप निम्नलिखित तरीकों से विशेषज्ञ परीक्षण और अपॉइंटमेंट बुक कर सकते हैं (जैसा कि आपके जीपी या बाल रोग विशेषज्ञ द्वारा अनुरोध किया गया हो):

- एएसएल बारी के सीयूपी काउंटर पर जाकर;
- निःशुल्क हेल्पलाइन 800 345477 पर कॉल करके, यह सेवा सोमवार से शुक्रवार सुबह 8:00 से शाम 18:30 तक और शनिवार सुबह 8:00 से दोपहर 13:00 तक उपलब्ध है
- एएसएल वेबसाइट की ऑनलाइन सेवाओं के माध्यम से
- पुगलिया सैल्यूट ऐप का उपयोग करके, या वेबसाइट से; <https://www.sanita.puglia.it/servizi-online>
- Servizio.cup(@asl.bari.it पर ईमेल द्वारा, केवल रोगी का टैक्स कोड और इलेक्ट्रॉनिक प्रिस्क्रिप्शन नंबर (एनआरई) भेजें। ईमेल में फोन नंबर और आवश्यक चिकित्सकीय जानकारी शामिल करना उपयोगी रहेगा। ध्यान दें: ऊपर दिए गए ईमेल पते पर भेजी गई रिक्वेस्ट केवल ASL बारी से संबंधित संस्थानों द्वारा ही संभाली जाएगी।
- अधिकृत फार्मसियों में (इस सेवा का शुल्क €2 है)।

## यदि आप अपनी अपॉइंटमेंट पर नहीं आ सकते

आप कम से कम 48 घंटे पहले (रविवार और सार्वजनिक अवकाश को छोड़कर) अपनी अपॉइंटमेंट रद्द कर सकते हैं।

आपको एक संदर्भ संख्या दी जाएगी — इसे कम से कम छह महीने तक संभालकर रखें ताकि दंड से बचा जा सके (डीजीआर 2268/2010 के अनुसार)। अपना समय-स्लॉट दूसरों के लिए उपलब्ध कराना एक जिम्मेदाराना कार्य है।

आप अपनी अपॉइंटमेंट निम्न तरीकों से रद्द कर सकते हैं:

- 080 5842998 पर कॉल करके, यह सेवा 24/7 उपलब्ध है;
- एएसएल वेबसाइट की ऑनलाइन सेवाओं के माध्यम से
- पुगलिया सैल्यूट ऐप का उपयोग करके, या वेबसाइट से; <https://www.sanita.puglia.it/servizi-online>
- एएसएल बारी के सीयूपी काउंटर पर जाकर;
- अधिकृत फार्मसियों में (इस सेवा का शुल्क €2 है)।

## फार्मसियाँ और दवाइयाँ

दवाइयाँ आपके डॉक्टर द्वारा निर्धारित की जाती हैं और उन्हें आप फार्मसी से खरीद सकते हैं। हर क्षेत्र में रात के समय और सार्वजनिक छुट्टियों पर कम से कम एक फार्मसी हमेशा खुली रहती है। प्रत्येक फार्मसी अपने परिसर में उस क्षेत्र की ड्यूटी फार्मसी के संपर्क विवरण प्रदर्शित करती है। कुछ दवाइयाँ मुफ्त होती हैं, जबकि अन्य के लिए सह-भुगतान (जिसे "टिकट" कहा जाता है) करना पड़ता है। अन्य को पूरा भुगतान किया जाना चाहिए।

## आपातकालीन स्थिति में क्या करें

किसी आपातस्थिति या जीवन-संकट की स्थिति में, 112 पर कॉल करें। आपको ऑपरेटर को अपना पूरा नाम, कॉल करने का कारण और वह सटीक पता बताना होगा जहां से एम्बुलेंस आपको लेने आएगी। इसके अलावा, आप सीधे नजदीकी अस्पताल के एक्सीडेंट और इमरजेंसी (ए&इ) विभाग में भी जा सकते हैं। ए&इ में, आपकी स्थिति की गंभीरता के आधार पर — आपकी एक रंग कोड दिया जाएगा — सफेद, हरा, पीला, या लाल। ए&इ में जाने के लिए निवास परमिट की आवश्यकता नहीं होती।

# महिलाओं और बच्चों का स्वास्थ्य

यदि आप गर्भवती हैं, तो आपको इटली में चिकित्सा देखभाल प्राप्त करने का अधिकार है। आपके पास निम्नलिखित सेवाओं का भी अधिकार है:

गर्भनिरोधक विधियाँ - इटली में गर्भनिरोधक गोलियाँ कानूनी हैं और उन्हें consultori (परिवार नियोजन क्लीनिक्स) में स्त्री रोग विशेषज्ञ निःशुल्क प्रिस्क्राइब कर सकते हैं। इन दवाइयों को फार्मेशियों से प्राप्त किया जा सकता है।

गर्भपात - इटली में, महिला अपनी अंतिम मासिक धर्म की तारीख से 90 दिनों के भीतर गर्भपात कराने का विकल्प चुन सकती है। ऐसे मामलों में जहां महिला या बच्चे के स्वास्थ्य को गंभीर खतरा हो, वहां यह प्रक्रिया - चिकित्सा प्रमाणन के साथ - अंतिम मासिक धर्म के 150 दिन बाद तक की जा सकती है। गर्भपात सेवाएं निःशुल्क हैं और केवल सार्वजनिक अस्पतालों में ही की जाती हैं।

गुमनाम जन्म - इटली में, यदि कोई महिला अपने बच्चे की देखभाल करने में असमर्थ है, तो भी वह प्रसव के दौरान चिकित्सा सहायता प्राप्त कर सकती है और अपनी पहचान माँ के रूप में न बताने का विकल्प चुन सकती है।

अपने क्षेत्र में किसी परिवार नियोजन क्लिनिक (कंसल्टोरियो) से संपर्क करें। सेवाएं निःशुल्क हैं और किसी चिकित्सीय पर्वे की आवश्यकता नहीं है।

आपके बच्चे का स्वास्थ्य महत्वपूर्ण है, और संक्रामक रोगों और संबंधित जटिलताओं को रोकने के लिए टीकाकरण सबसे प्रभावी तरीका है। इटली में कुछ टीके अनिवार्य हैं (डिप्थीरिया, टेटनस, पोलियो और हेपेटाइटिस बी के विरुद्ध), जबकि अन्य की सिफारिश की जाती है। सलाह और जानकारी के लिए किसी बाल रोग विशेषज्ञ से बात करें। टीकाकरण आपके स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण (एएसएल) द्वारा प्रदान किया जाता है और यह सभी बच्चों के लिए उपलब्ध है, भले ही उनके पास निवास परमिट न हो।

# महिलाओं के खिलाफ हिंसा

महिलाओं के खिलाफ हिंसा मानवाधिकारों का उल्लंघन और भेदभाव का एक रूप है। इसमें कोई भी ऐसा कृत्य शामिल है जो शारीरिक, यौन, मानसिक या आर्थिक क्षति पहुंचाता है। अगर आपके साथ निम्नलिखित में से कोई हिंसा हुई है, तो आप हिंसा का शिकार हुए हैं:

- धमकाया गया हो, अपमानित किया गया हो, या मारा गया हो।
- पीछा किया गया हो, निगरानी की गई हो, या अनुसरण किया गया हो।
- बलात्कार किया गया हो या वेश्यावृत्ति के लिए मजबूर किया गया हो
- कार्यस्थल पर उत्पीड़ित किया गया हो
- गर्भपात कराने या अपने बच्चे को छोड़ने के लिए मजबूर किया गया हो
- सड़कों पर भीख मांगने या बिना वेतन के काम करने के लिए मजबूर किया गया हो
- धोखे या जबरदस्ती से इटली लाया गया हो
- जननांग विकृति कराने के लिए मजबूर किया गया हो या अपनी बेटी पर यह करवाया गया हो

अगर आप हिंसा का शिकार हुए हैं, तो राष्ट्रीय एंटी-वॉयलेंस हेल्पलाइन 1522 से संपर्क करें, या अपने क्षेत्र के किसी एंटी-वॉयलेंस सेंटर से मदद लें।

आप अपने नजदीकी एंटी-वॉयलेंस सेंटर के स्थान निम्नलिखित लिंक पर देख सकते हैं:

[LINK](#)

- यदि आप पहले से इटली में हैं, तो आप निवास परमिट के लिए आवेदन कर सकते हैं:
- यदि आपके साथ उत्पीड़न हुआ है या उत्पीड़न का खतरा है, या आपके मूल देश में गंभीर हिंसा हुई है, तो आप अंतरराष्ट्रीय सुरक्षा के लिए पात्र हो सकते हैं;
- यदि आपने हिंसा, दुर्व्यवहार, श्रम शोषण, जबरन वेश्यावृत्ति, या घरेलू अपराधों का सामना किया है, या आपने किसी एंटी-वॉयलेंस सेंटर या पुलिस से संपर्क किया है, तो आप विधायी आदेश 286/98 के अनुच्छेद 18-बिस के तहत सुरक्षा के लिए निवास परमिट पाने के हकदार हो सकते हैं;
- यदि आप न्यायिक कार्यवाहियों में शामिल हैं — चाहे अपने अधिकारों की रक्षा के लिए हो, अपराध के आरोप में हों, या किसी अपराध के शिकार हों — तो आप न्यायिक कारणों से निवास परमिट के लिए पात्र हो सकते हैं।

## मानसिक स्वास्थ्य

कभी-कभी बहुत उदास, अकेला, भ्रमित या थका हुआ महसूस करना सामान्य बात है। ऐसा कई लोगों के साथ होता है, खासकर जब वे घर से दूर या किसी नए देश में रहते हैं। अगर आप ऐसा महसूस करते हैं, तो याद रखें: आप अकेले नहीं हैं। आप अपने स्थानीय एएसएल के मानसिक स्वास्थ्य विभाग की मुफ्त सेवाओं से संपर्क कर सकते हैं (मानसिक स्वास्थ्य केंद्र, मनोरोग निदान और देखभाल सेवा, परिवार नियोजन क्लिनिक (Consultori), या प्रवासियों के लिए मनोवैज्ञानिक परामर्श काउंटर)।

अधिक जानकारी के लिए एएसएल बारी [सेवा मार्गदर्शिका](#) देखें।

सहायता और अधिक जानकारी के लिए बारी शहर में उपयोगी संपर्क:

- एएसएल बारी प्रवासन कार्यालय: वाया कैडुटी डि वाया फ़ानी, 25
- पीआईएस (सामाजिक आपातकालीन सेवा): नि:शुल्क फोन नंबर 800 093 470 पर कॉल करें, जो वर्ष के प्रत्येक दिन 24 घंटे उपलब्ध रहता है।
- आव्रजन डेस्क - सामाजिक सचिवालय: आप बारी नगर पालिका की वेबसाइट पर सभी स्थान पा सकते हैं  
<https://www.comune.bari.it/web/egov/-/servizio-di-segretariato-sociale>
- कानूनी और सामाजिक-स्वास्थ्य सहायता डेस्क "कासा डेल्ले कल्चर": वाया बारिसानो दा ट्रानी, 15  
080 6933798 - [sportellolavorocasadelleculture@reteoltre.it](mailto:sportellolavorocasadelleculture@reteoltre.it)
- प्रवासियों को सहायता प्रदान करने वाले सामाजिक सहायता केंद्र और संगठन

अधिक जानकारी के लिए आप दिए गए लिंक पर ASL बारी सेवा मार्गदर्शिका भी देख सकते हैं।

[LINK](#)

## याद करना!

स्वास्थ्य हर किसी का अधिकार है। अगर आपको मदद की ज़रूरत हो तो बिना हिचकिचाए मदद मांगें। यहां तक कि अगर आपके पास सारे दस्तावेज़ न भी हों, तब भी आप स्वास्थ्य सेवाओं से मदद प्राप्त कर सकते हैं।

## घर की सुरक्षा

घर वह जगह है जहां हम अपना अधिकांश समय बिताते हैं और जहां हमें सुरक्षित महसूस करना चाहिए। यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि घर सच में सुरक्षित जगह हो — खासकर बच्चों के लिए! यहाँ कुछ महत्वपूर्ण सुरक्षा सुझाव दिए गए हैं:

- बिजली और प्लग सॉकेट: उपकरणों को बिना देखरेख छोड़ा न जाए, और बच्चों को सॉकेट में वस्तुएं डालने या बिजली के तारों के साथ खेलने से बचाएं। पानी के पास, गीले हाथों से, या नंगे पैर हेयरड्रायर का उपयोग कभी न करें।
- सुरक्षित माहौल: तेज़ फर्नीचर या ऐसे वस्त्रों से सावधान रहें जो चोट पहुंचा सकते हैं। गिरने से खास सावधानी बरतें, विशेषकर बहुत छोटे बच्चों के साथ। हीटिंग: अगर आप ज्वालामुखी हीटर (केरोसिन, गैस, या लकड़ी) का इस्तेमाल करते हैं, तो कमरे को बार-बार हवादार रखें। बेडरूम में लकड़ी या कोयला कभी न जलाएं, क्योंकि यह घातक हो सकता है। हीटर को ज्वलनशील वस्तुओं (खिलौने, कपड़े, पर्दे) से दूर रखें। कुकिंग: खाना पकाने के दौरान बच्चों की पहुँच में गर्म बर्तन कभी न छोड़ें। बेडरूम में खाना पकाना खतरनाक है — यहाँ तक कि इलेक्ट्रिक स्टोव के साथ भी!
- भोजन: पैकेज्ड खाद्य पदार्थों की समाप्ति तिथि हमेशा जांचें। बिना पैकेज वाले आइटमों से सावधान रहें — वे समाप्त हो सकते हैं या हानिकारक पदार्थ हो सकते हैं।
- सफाई उत्पाद और दवाइयाँ: डिटर्जेंट, कीटनाशक, कीटाणुनाशक, और दवाइयाँ बच्चों की पहुँच से दूर रखें। इन्हें कभी अन्य कंटेनरों में न डालें। मूल पैकेजिंग में उचित लेबल और सुरक्षा कैप होते हैं जो दुर्घटनावश सेवन को रोकने के लिए डिज़ाइन किए गए हैं।