



婦女事務委員會
Women's Commission

ہوشیار رہیں
صحت مند رہیں

#صحت مند جن



Hong Kong میں خواتین
کی صحت اور
معاونتی خدمات
کی گائیڈ

فہرست مشمولات

1.	دیباچہ
1.1	چیئرپرسن کی جانب سے پیغام
1.2	اس گائیڈ کو استعمال کرتے وقت نوٹ کرنے والے پوائنٹس
1.3	بنگامی صورت حال اور مشاورت کی بات لائزنس
2.	خدمات کی اقسام
2.1	سرویکل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام
2.2	چہاتی کی صحت
2.3	سرویکل کینسر کی سکریننگ
2.4	مادرانہ صحت
2.4.1	حمل سے پبلے جسمانی معانہ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھال
2.4.2	چہاتی کا دودھ پلانا
2.5	بیٹیوں کی صحت اور تصلب العظام
2.6	سن یاں
2.7	ذنبی صحت
2.8	جنسی صحت
2.9	خاندانی منصوبہ بندی
2.10	HIV ٹیسٹنگ
2.11	متعدی بیماریاں
2.12	میتھاون علاج
3.	خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ
4.	خطہ کے لحاظ سے خواتین کی صحت کی سہولیات
4.1	جزیرہ Hong Kong (محکمہ صحت) کے تحت کلینک
4.1.1	Chai Wan Woman Health Centre
4.1.2	Anne Black Maternal and Child Health Centre
4.1.3	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre
4.1.4	Chai Wan Maternal and Child Health Centre
4.1.5	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre
4.1.6	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre
4.1.7	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre
4.1.8	Chai Wan Social Hygiene Clinic
4.1.9	Wan Chai Female Social Hygiene Clinic
4.1.10	Aberdeen Methadone Clinic
4.1.11	Eastern Street Methadone Clinic

Shau Kei Wan Methadone Clinic	4.1.12
Violet Peel Methadone Clinic	4.1.13
جزیرہ (غیر سرکاری تنظیمیں)	4.2
Caritas Integrated Family Service Centre - Aberdeen	4.2.1
Caritas Integrated Family Service Centre - Shaukeiwan	4.2.2
Hong Kong AIDS Foundation	4.2.3
Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.2.4
Hong Kong Federation of Women's Centre	4.2.5
- Jockey Club Wah Fu Centre	
Jockey Club Mental Wellness Project for Women	4.2.6
Mother's Choice	4.2.7
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated	4.2.8
Health Centre	
The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong	4.2.9
The Family Planning Association of Hong Kong	4.2.10
- Wan Chai Clinic	
The Family Planning Association of Hong Kong	4.2.11
- Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	
The Family Planning Association of Hong Kong	4.2.12
- Wan Chai Youth Health Care Centre	
TWGHs Medical Centre (North Point)	4.2.13
کولون مشرقی علاقہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)	4.3
Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1
East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2
Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3
Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4
Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5
Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6
Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8
Yung Fung Shee Social Hygiene Clinic	4.3.9
Kwun Tong Methadone Clinic	4.3.10
Ngau Tau Kok Methadone Clinic	4.3.11
Robert Black Methadone Clinic	4.3.12
Wu York Yu Methadone Clinic	4.3.13

کولون مشرقی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)	4.4
Caritas Integrated Family Service Centre	4.4.1
- Tung Tau (Wong Tai Sin South West)	
Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.4.2
Hong Kong Women Christian Council	4.4.3
Mental Health Association of Hong Kong	4.4.4
Mother's Choice	4.4.5
Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services	4.4.6
Cheerful Court Integrated Health Centre	
The Family Planning Association of Hong Kong	4.4.7
- Ma Tau Chung Clinic	
The Family Planning Association of Hong Kong	4.4.8
- Wong Tai Sin Clinic	
United Christian Nethersole Community Health Service	4.4.9
- Bradbury Kwong Tin Community Health Centre	
United Christian Nethersole Community Health Service	4.4.10
- Jockey Club Wo Lok Community Health Centre	
کولون مغربی علاقہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)	4.5
West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
Yau Ma Tei Female Social Hygiene Clinic	4.5.3
Ho Man Tin Methadone Clinic	4.5.4
Hung Hom Methadone Clinic	4.5.5
Sham Shui Po Methadone Clinic	4.5.6
Yau Ma Tei Methadone Clinic	4.5.7
کولون مغربی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)	4.6
Aids Concern Foundation Limited	4.6.1
Hong Kong Single Parents Association	4.6.2
Hong Kong Young Women's Christian Association	4.6.3
Women Affairs Team	
Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4
PathFinders Limited	4.6.5
Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip	4.6.6
Mei Community Services Centre	
The Family Planning Association of Hong Kong	4.6.7
- Mong Kok Youth Health Care Centre	

United Christian Nethersole Community Health Service - UCN Jordan Health Centre	4.6.8
نئے خطے مشرقی علاقہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)	4.7
Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2
Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4
Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5
Fanling Social Hygiene Clinic	4.7.6
Sha Tin (Tai Wai) Methadone Clinic	4.7.7
Shek Wu Hui Methadone Clinic	4.7.8
Tai Po Methadone Clinic	4.7.9
نئے خطے مشرقی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)	4.8
Caritas Dr. & Mrs. Olinto de Sousa Integrated Family Service Centre	4.8.1
Caritas Integrated Family Service Centre - Fanling	4.8.2
United Christian Nethersole Community Health Service - Kwong Fuk Community Health Centre	4.8.3
نئے خطے مغربی علاقہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)	4.9
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1
Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2
North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9
Tuen Mun Social Hygiene Clinic	4.9.10
Lady Trench Methadone Clinic	4.9.11
Tuen Mun Methadone Clinic	4.9.12
Yuen Long Methadone Clinic	4.9.13

4.10	نئے خطے مغربی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)	
4.10.1	Caritas Integrated Family Service Centre - Tin Shui Wai	
4.10.2	Caritas Integrated Family Service Centre - Tsuen Wan (East)	
4.10.3	Caritas Integrated Family Service Centre - Tuen Mun	
4.10.4	The Family Planning Association of Hong Kong - Kwai Fong Youth Health Care Centre	
4.10.5	The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	
4.10.6	The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	
4.10.7	United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	
4.11	جزائر کا علاقہ (محکمہ صحت کے تحت کلینیک) (Department of Health)	
4.11.1	Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	
4.11.2	Mui Wo Maternal and Child Health Centre	
4.11.3	Tung Chung Maternal and Child Health Centre	
4.11.4	Cheung Chau Methadone Clinic	
4.12	Kwai Tsing District Health Centre	
4.13	دیگر	
4.13.1	Caritas Family Crisis Support Centre	
4.13.2	RainLily	
4.13.3	Tung Wah Group of Hospitals, CEASE Crisis Centre	
5	Hong Kong میں خواتین کی صحت سے متعلق بنیادی معلومات	
5.1	خواتین کے لیے عام بیماریوں کے واقعات اور اموات	

1.1 چیئرپرسن کی جانب سے پیغام

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات بمیشہ عورتوں کے کمیشن (WoC) (Women's Commission) کے ایجنٹے میں سر فہرست ہیں۔ 2018 میں WoC کے تحت قائم کیا گیا، صحت اور معاونت پر کام کرنے والا گروپ (کام کرنے والا گروپ) حکومت کو خواتین کی صحت سے متعلق پالیسیوں اور معاونتی خدمات سے متعلق مشورے اور تجویز پیش کرتا ہے اور خواتین کی صحت، حفاظت اور معاونتی خدمات سے متعلق معلومات کو فروغ دینے میں حکومت کی مدد کرتا ہے۔

کام کرنے والے گروپ نے "Hong Kong میں خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کی گائیڈ" (گائیڈ⁶) کی تیاری میں WoC کی مدد کی۔ "صحت مند جن" کے ذریعے، ایک خاتون کی عالمت کی تخلیقی تحریک سے ایک نرس کا کارٹون کردار تیار کیا گیا، گائیڈ مختلف عمر کی خواتین کو "بُوشیار رہنے، صحت مند رہنے" کی حوصلہ افزائی کرتی ہے اور محکمہ صحت (Department of Health)، خواتین کے گروپ اور غیر سرکاری تنظیموں کی طرف سے خواتین کی نگہداشت صحت اور صحت کی خدمات کے بارے میں معلومات متعارف کراتی ہے۔ گائیڈ میں موجود معلومات میں خواتین سے متعلق بڑی بیماریاں اور ان کی علامات، کام کے اوقات اور متعلق نگہداشت صحت اور سکریننگ کی خدمت کے فرایم کنندگان کے رابطے کی تفصیلات شامل ہیں۔ گائیڈ کا مقصد خواتین کی صحت سے متعلق اگاہی کو بڑھانا اور پیشہ ورانہ مشورہ، مناسب طبی معائنه، تشخیص اور علاج کے لیے ان کے ابتدائی اقدام کو آسان بنانا ہے۔

گائیڈ کا باب 1 مطالعہ کنندگان کے نوٹ کرنے کے لیے نکات بیان کرتا ہے اور بنگامی اور مشاورتی بات لائز کی فہرست فرایم کرتا ہے۔ باب 2 خواتین میں صحت کے 12 عام اہم مسائل اور نگہداشت صحت کی متعلق خدمات کے بارے میں معلومات فرایم کرتا ہے۔ باب 3 ضلع کے لحاظ سے خدمت فرایم کنندگان کی ڈائریکٹری اور ان کی طرف سے فرایم کی جانے والی خدمات کے بارے میں ہے۔ باب 4 خدمت کے فرایم کنندگان کے بارے میں تفصیلی معلومات، جیسے کہانے کے اوقات، رابطہ کی معلومات اور خدمت کی تفصیلات فرایم کرتا ہے۔ باب 5 Hong Kong میں خواتین کی صحت سے متعلق بنیادی اعداد و شمار فرایم کرتا ہے۔

WoC نے خواتین کی نگہداشت صحت اور کسی بھی وقت، کہیں بھی صحت کی سکریننگ کی خدمات کے بارے میں معلومات تک خواتین کی رسانی کو آسان بنانے کے لیے تعاملی تلاش کے عمل کے ساتھ گائیڈ کا ایک الیکٹرانک ورژن بھی تیار کیا۔ گائیڈ کا الیکٹرانک ورژن WoC کی ویب سائٹ (<https://www.women.gov.hk/en/index.html>) پر اپ لوڈ کر دیا گیا ہے۔

اس گائیڈ کی اشاعت محکمہ صحت (Department of Health) کے مکمل تعاون اور معاونت کے بغیر ممکن نہ ہوتی۔ میں WoC کی جانب سے محکمہ کا تھہ دل سے شکریہ ادا کرنا چاہتا ہوں۔

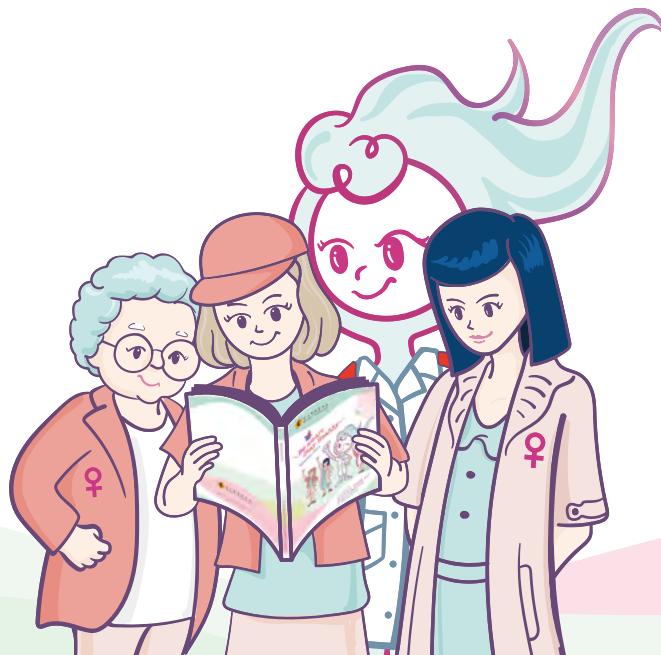
CHAN Yuen-han

چیئرپرسن، عورتوں کا کمیشن (Women's Commission)



1.2 اس گائیڈ کو استعمال کرتے وقت نوٹ کرنے والے پوائنٹس

1. اس گائیڈ میں دی گئیں معلومات خواتین کے لیے حوالہ کے طور پر کام کرتی ہیں۔ مطالعہ کنندگان کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ صحت کی متعلقہ خدمات کو اپنائے کے بارے میں فیصلہ کرنے سے پہلے اپنے ڈاکٹروں سے مشورہ کریں۔ اس گائیڈ میں احاطہ کردہ بیماریوں کے علاج معالجہ کی خدمات کے بارے میں معلومات فرایم نہیں کی گئی ہیں۔ اگر ضرورت ہو، تو براہ مہربانی سرکاری/نجی کلینک اور بسپتالوں سے رجوع کریں۔
2. اس گائیڈ میں دی گئی معلومات کی آخری تازہ کاری نومبر 2020 میں کی گئی تھی۔ چونکہ چند فرایم کنندگان کے بارے میں معلومات محدود وقت کے لیے ہے تو سکتی ہیں، اس لیے مطالعہ کنندگان کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ اپنی ضرورت کی خدمات کی تازہ ترین تفصیلات حاصل کرنے کے لیے متعلقہ خدمت کے فرایم کنندگان کو کال کریں۔
3. علاقائی اقلیتی افراد کے لیے جنہیں محکمہ صحت (Department of Health) (DH) کی طرف سے فرایم کردہ صحت کی خدمات حاصل کرنے کی ضرورت ہے، DH عملہ ترجمہ اور تشريح کی خدمات کا بندوبست کر سکتا ہے۔
4. بیشتر DH کلینکس میں معمور افراد کی رسائی کے لیے رکاوٹ سے پاک سہولیات موجود ہیں۔ زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) کے علاوہ خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) میں بھی معمور خواتین کے معانث کے کاؤچز موجود ہیں۔
5. اس گائیڈ کے بارے میں معلومات یا تبصرے کے لیے، براہ مہربانی خواتین کمیشن (Women's Commission Secretariat) کے سیکرٹریٹ سے رابطہ کریں (ای میل: .(2810 3827، فون: women@lwb.gov.hk



1.3 ہنگامی صورت حال اور مشاورت کی ہاتھ لائنز

2343 2255	Social Welfare Departmental Hotline Service	1
18281	Tung Wah Group of Hospitals, CEASE Crisis Centre Multi-purpose Crisis Intervention and Support 24 - hour Hotline	2
18288	Caritas Family Crisis Support Centre Hotline	3
2375 5322	Association Concerning Sexual Violence Against Women - Rainlily Hotline	4
2381 3311	Christian Family Service Centre Serene Court	5
2522 0434	Harmony House 24 Hours Women Hotline	6
2772 0047	Mental Health Association of Hong Kong (Free of charge mental health counseling services and information 24-hour hotline)	7
2386 6255	Hong Kong Federation of Women's Centres Women's Helpline & Free Legal Advice Clinic	8
8100 1155	Po Leung Kuk Refuge Centre for Women & Free Legal Consultation Hotline	9
3443 1600	Hong Kong Young Women's Christian Association Free Legal Consultation Service for Divorcing Women	10
2711 6622	YWCA Counselling Hotline	

2

خدمات کی اقسام



کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام (CRCSP)

2.1



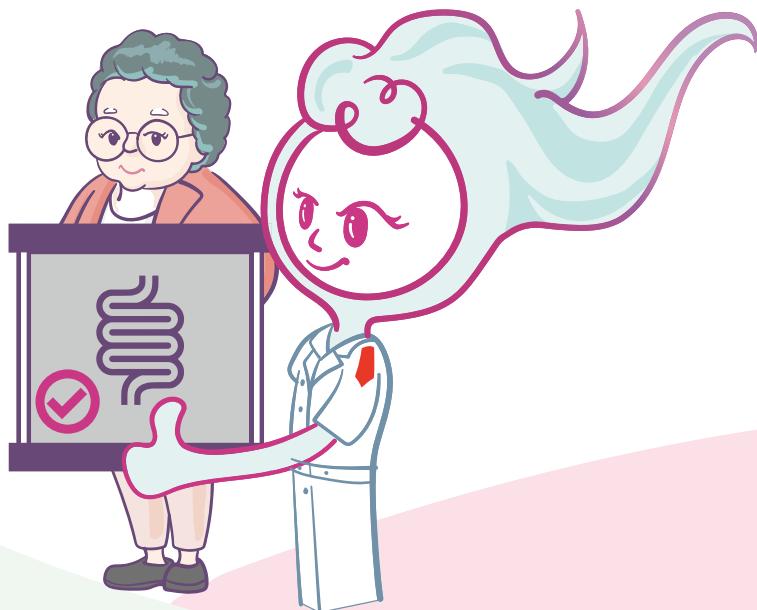
- حکومت کا کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام 50 سے 75 سال کی عمر کے بغیر علامات والے Hong Kong کے باشندوں کو کولوریکٹل کینسر کی روک تھام کے لیے، نجی شعبہ میں سکریننگ کی خدمت حاصل کرنے کے لیے اعانت کی سہولت دیتا ہے۔ سکریننگ کولوریکٹل کینسر کا شکار افراد کی علامات ظاہر ہونے سے پہلے، یا ایسے افراد جو کولوریکٹل کینسر کے بڑھتے ہوئے خطرے میں پہن، ان کی نشاندہی کر سکتی ہیں اور انہیں ابتدائی علاج کرانے کے قابل بناتی ہیں، اس طرح حالت مرض کی پیشگوئی میں نمایاں بہتری آتی ہے۔ اور کولونوسکوپی کے دوران کولوریکٹل کے غذی سلumu کو بٹا دیا جاتا ہے، اور ان رسولی کھرنٹوں کو کینسر میں تبدیل ہونے سے بھی روکا جاتا ہے۔
- شرکاء ایک اندر اج شدہ بنیادی نگہداشت کے ڈاکٹر (PCD) کی طرف سے طبی مشاورت میں شرکت کریں گے اور PCD کی طرف سے ابتمام کردہ فضلاتی امیونو کیمیکل ٹیسٹ (FIT) سکریننگ (پاکانہ میں کسی بھی خفیہ خون کے ٹیسٹ کے لیے) کرانیں گے۔ فی مشاورت \$280 کی حکومتی اعانت لاگو ہوتی ہے جس میں PCD کی طرف سے FIT ٹیسٹ کے مثبت نتائج کی صورت میں پیروی کرنے کے لیے دوسری مشاورت شامل ہے۔ CRCSP کے تحت، اندر اج شدہ PCDS کے نزدیک 97% خدمت کے مقامات کو اضافی اخراجات کی ضرورت نہیں ہو گی۔

- اور منفی FIT کے شرکاء کے لیے، انہیں 75 سال کی عمر تک بڑے سال بعد FIT کی دوبارہ سکریننگ کرانی چاہیے تاکہ کولوریکٹل کینسر کے لیے پروگرام کی صلاحیت کو بڑھایا جا سکے۔ کسی بھی اندر اج شدہ PCD کلینک میں اعانت والے FIT کی دوبارہ سکریننگ کی خدمات فراہم کی جاتی ہیں۔ ابل افراد کو جلد از جلد CRCSP میں شامل ہونا چاہیے، اور صحت مند طرز زندگی گزارنے اور اچھی طرح سے منظم سکریننگ کر کے کولوریکٹل کینسر سے بچنا چاہیے۔

- کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کے پروگرام کی تفصیلات کے لیے، براہ مہربانی ملاحظہ کریں یا محکمہ صحت (Department of Health) کے کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کے پروگرام کی بات لائن 3565 6288 پر کال کریں۔

مندرجہ ذیل غیر سرکاری تنظیمیں کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام مہیا کرتی ہیں
(پر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4
Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
United Christian Nethersole Community Health Service - UCN Jordan Health Centre	4.6.8
United Christian Nethersole Community Health Service - Kwong Fuk Community Health Centre	4.8.3
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	4.10.7
تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8
TWGHS Medical Centre (North Point)	4.2.13
Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
United Christian Nethersole Community Health Service - Bradbury Kwong Tin Community Health Centre	4.4.9
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Wo Lok Community Health Centre	4.4.10





چھاتی کی صحت

2.2



- بر عمر کی خواتین کو روزمرہ کی زندگی میں اپنی چھاتیوں کا باقاعدگی سے مشابہہ کرنا اور چھو کر اندازہ لگانا چاہیے (مثلاً نہاتے وقت، کپڑے بدلنے یا لیٹنے وقت) تاکہ وہ دروی تبدیلیوں سے اگاہ رہ سکیں۔ اگر کوئی مستقل غیر معمولی پن، جیسے چھاتی کی کلٹیاں، نپل کا اخراج یا غیر معمولی ظاہری شکل ہے، تو انہیں فوری طور پر اپنے ڈاکٹروں سے مشورہ کرنا چاہیے۔
- میموگرافی سکریننگ چھاتی کے ابتدائی کینسر کو دریافت کر سکتی ہے جس کا دستی معانہ کے ذریعے پتہ نہیں چل سکتا۔ زیادہ خطرے والے عوامل والی خواتین کو طبی مشورہ لینا چاہیے کہ آیا انہیں باقاعدہ بنیاد پر میموگرافی کرانی چاہیے۔
- خواتین کی صحت کی خدمت (WHS) 64 سال یا اس سے کم عمر کی خواتین کے لیے محکمہ صحت (DH) کی طرف سے اپنے تین خواتین کے مراکز صحت (WHCs) کل وقتوں پر اور 10 رجہ و بچہ مراکز صحت (MCHCs) (خدمت کے مختلف اوقات میں) میں مہیا کی جاتی ہے۔ اس وقت، WHS ان خواتین کے لیے میموگرافی سکریننگ مہیا کرتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چھاتی کا کینسر ہونے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔
- کچھ غیر سرکاری تنظیمیں بھی متعلقہ خدمات جیسے چھاتی کے خود معانہ کی مہارتوں کی رہنمائی، طبی رہنمائی، الثراساؤنڈ معانہ اور میموگرافی سکریننگ فراہم کرتی ہیں۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں میموگرافی کی خدمت کے انتظامات فراہم کرتی ہیں
(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.4.2	Chai Wan Woman Health Centre	4.1.1
West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1	Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.2.4
Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2	The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong	4.2.9
Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3	TWGHs Medical Centre (North Point)	4.2.13
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7

United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	4.10.7	South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4
		Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6

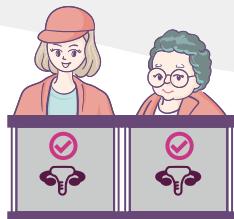
درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں چھاتی کی صحت کی معلومات فراہم کرتی ہیں
(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1	Chai Wan Woman Health Centre	4.1.1
Hong Kong Young Women's Christian Association Women Affairs Team	4.6.3	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6	Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.2.4
Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1	Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8
Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2	The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong	4.2.9
Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1	TWGHS Medical Centre (North Point)	4.2.13
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4	Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.4.2
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	4.10.7	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
		The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8



مرکز کی تفصیلات اور خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) یا زچ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/yuhx2> ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health) کو 24 گھنٹے معلومات کی بات لانے 2112 9900 پر کال کریں۔



سرویکل کینسر کی سکریننگ

2.3



- سرویکل معانہ سرویکس میں ابتدائی غیر معمولی تبدیلیوں کا پتہ لگانے کے لیے ایک سکریننگ ٹیسٹ ہے۔ جب ایسی تبدیلیوں کا پتہ چلتا ہے، تو ان کا علاج کینسر کے بونے سے پہلے کیا جا سکتا ہے۔ سرویکل کینسر کی باقاعدہ سکریننگ سرویکل کینسر کی روک تھام کا ایک مؤثر طریقہ ثابت ہوئی ہے۔

- محکمہ صحت (DH) Department of Health تجویز کرتا ہے کہ 25 سے 64 سال کی عمر کی خواتین جنہوں نے کہی جنسی تعلقات قائم کیے ہیں انہیں سرویکل کینسر کی باقاعدہ سکریننگ کرانی چاہیے۔ اگر پہلے معانہ کا نتیجہ حسب معمول ہے تو خواتین کو ایک سال بعد اپنا دوسرا معانہ کرانا چاہیے۔ اگر دوسرے معانہ کا نتیجہ بھی حسب معمول ہے تو خواتین کو برا 3 سال بعد معانہ دہرانا چاہیے۔ ازدواجی حیثیت سے قطع نظر، خواتین کو ڈاکٹر سے باقاعدہ معانہ جات کے بارے میں بات کرنی چاہیے بے شک وہ سن پاس ہوں، بانجھ کاری کرانی پو یا برسوں سے جنسی طور پر غیر فعال ہوں۔

- سرویکل سکریننگ کا پروگرام (CSP) مارچ 2004 میں نگہداشت صحت کے شعبہ کے تعاون سے شروع کیا گیا تھا تاکہ خواتین کو سرویکل کینسر کی روک تھام کے لیے سرویکل کینسر کی باقاعدہ سکریننگ کرانے کی ترغیب دی جا سکے۔ سرویکل کینسر کی سکریننگ کے پروگرام کی تفصیلات کے لیے، براہ مہربانی <https://www.cervicalscreening.gov.hk/eindex.php> ملاحظہ کریں یا DH کی سرویکل کینسر کی سکریننگ بائی لائنز 3166 6631 پر کال کریں۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں سرویکل کینسر کی سکریننگ کی خدمت کی معلومات فراہم کرتی ہیں

(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11	Chai Wan Woman Health Centre	4.1.1
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Youth Health Care Centre	4.2.12	Anne Black Maternal and Child Health Centre	4.1.2
TWGHs Medical Centre (North Point)	4.2.13	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1	Chai Wan Maternal and Child Health Centre	4.1.4
East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre	4.1.5
Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre	4.1.7
Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5	Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8
		The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10

Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6
Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
United Christian Nethersole Community Health Service - Kwong Fuk Community Health Centre	4.8.3	Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3	The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4	United Christian Nethersole Community Health Service - Bradbury Kwong Tin Community Health Centre	4.4.9
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5	United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Wo Lok Community Health Centre	4.4.10
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7	Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8	Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9	Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
The Family Planning Association of Hong Kong - Kwai Fong Youth Health Care Centre	4.10.4	The Family Planning Association of Hong Kong - Mong Kok Youth Health Care Centre	4.6.7
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	United Christian Nethersole Community Health Service - UCN Jordan Health Centre	4.6.8
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	4.10.7	Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2
Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	4.11.1	Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3
Mui Wo Maternal and Child Health Centre	4.11.2		
Tung Chung Maternal and Child Health Centre	4.11.3		



مرکز کی تفصیلات اور خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) یا زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/yuhx2> ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health) کو 24 گھنٹے معلومات کی بات لائن 9900 2112 پر کال کریں۔



2.4 مادرانہ صحت

حمل سے پہلے جسمانی معانہ، اسفار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھاں

2.4.1 (۱)

اسفار حمل کے درمیانی وقفہ میں مناسب دیکھ بھاں خواتین کو ذہنی دباؤ اور حمل سے متعلق مسائل سے نمٹنے میں مدد دیتی ہے۔ اسفار حمل کے درمیانی وقفہ کے معانہ میں وضاحت حمل، ذاتی اور خاندانی طبی تاریخ جاننا، جسمانی اور امراض نسوان کا معانہ، خون اور پیشاب کے ٹیسٹ وغیرہ شامل ہیں۔

حملہ خواتین کو قبل از پیدائش کا ایک جامع مشترکہ نگذاشت کا پروگرام 27 زجہ و چھ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) (MCHCs) کی طرف سے محکمہ صحت (Department of Health) کے تحت کام کرنے والی بسپتال انہاری کے بسپتالوں کے وضع حمل کے شعبہ جات کے تعاون سے فرایم کیا جاتا ہے۔ یہ پروگرام حمل اور پیدائش کے دوران اسفار حمل کے درمیانی وقفہ میں دیکھ بھاں، بشمول اسفار حمل کے درمیانی وقفہ میں بات چیت اور ورکشاپوں کی ایک سیریز کے ساتھ حاملہ خواتین کو مناسب سماجی خدمت کی تنظیموں کا حوالہ فرایم کرتا ہے۔

پیدائش کے بعد، عورت کا جسمانی نظام حاملہ ہونے سے پہلے کی حالت میں واپس آجائے گا۔ یہ دورانیہ عام طور پر چھ بیتوں تک کا ہوتا ہے اور اسے پیورپیریم کہا جاتا ہے، جس کے دوران مناسب دیکھ بھاں ضروری ہے۔ مکمل صحت یابی کو یقینی بنانے کے لیے بعد از پیدائش معانہ کیا جانا چاہیے۔

DH کے تحت MCHC بعد از پیدائش معانہ جات کے سمتی، پیدائش کے تقریباً 6 سے 12 بیتوں بعد عورتوں کے لیے امراض نسوان کا معانہ اور خاندانی منصوبہ بندی کے بارے میں مشاورت کے معانہ جات فرایم کرتے ہیں۔ سرویکل کینسر کی سکریننگ بھی مناسب طور پر فرایم کی جائے گی۔ اس کے علاوہ، طبی عملہ بعد از پیدائش خواتین کو جذباتی تشخیص، پیروی اور حوالہ فرایم کرے گا تاکہ وہ جلد از جلد زندگی میں تبدیلیوں کے مطابق ڈھال سکیں۔

Hong Kong کی خاندانی منصوبہ بندی کی ایسوسی ایشن (Family Planning Association of Hong Kong) حمل سے پہلے معانہ اور حمل کی ابتدائی تشخیص کی خدمات فرایم کرتی ہے۔ اول الذکر بچے پیدا کرنے کی منصوبہ بندی کرنے والے جوڑوں کو حمل سے پہلے اپنی صحت اور اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت کی حیثیت کو سمجھنے میں مدد کرتا ہے۔ سکریننگ عام موروثی بیماریوں کی شناخت کے لیے کی جاتی ہے اور اس طرح اگلی نسل کی صحت کی بہتر محافظت ہوتی ہے۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں حمل سے قبل معانہ، اسفار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش خدمات فرایم کرتی ہیں۔

(بر تنظیم کی فصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre	4.1.5	Anne Black Maternal and Child Health Centre	4.1.2
Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre	4.1.7	Chai Wan Maternal and Child Health Centre	4.1.4

Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2	Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8
Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11
Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5	Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3
Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2	Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4
North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3	Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5	Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8	The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9	West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	PathFinders Limited	4.6.5
Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	4.11.1	Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
Mui Wo Maternal and Child Health Centre	4.11.2	Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
Tung Chung Maternal and Child Health Centre	4.11.3		

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں صرف بعد از بیڈائش خدمت فراہم کرتی ہیں
(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8	East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2
Mental Health Association of Hong Kong	4.4.4	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4		



مرکز کی تفصیلات اور زچہ و بچہ مراکز صحت (Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/d5fqn> ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کو 24 گھنٹے معلومات کی باث لائن 2112 پر کال کریں۔



چھاتی کا دودھ پلانا

2.4.2

- چھاتی کا دودھ پلانا بچوں کی بہترین افزائش اور نشوونما کے لیے غذائی فرایم کرنے کا ایک غیر مساوی طریقہ ہے، عالمی ادارہ صحت (WHO) نے تجویز کیا ہے کہ بچوں کو پہلے چھ ماہ کے دوران صرف چھاتی کا دودھ پلایا جائے، اور اس کے بعد، دو سال یا اس سے زیادہ عمر تک چھاتی کا دودھ پلانا جاری رکھنے کے ساتھ بچوں کی غذائی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے ٹھوس غذائیں متعارف کرائی جائیں۔

- WHO کی تجویز کے جواب میں، محکمہ صحت (DH) دودھ پلانے کی ایک ایسی پالیسی نافذ کرتا ہے، جو تمام زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health) (MCHCs) میں دودھ پلانے کو فروغ دیتی ہے، اور اس کی معاونت اور حفاظت کرتی ہے۔ نگہداشت صحت کے پیشہ ور متყع والدین کے لیے چھاتی کا دودھ پلانے کے بارے میں اسفار حمل کے درمیانی وقہ کے سینش کے دوران انفرادی مشاورت، گروپ میں مباحثہ اور دودھ پلانے والی ماؤن کے لیے مہارت میں معاونت کے ذریعے مدد فرایم کرتے ہیں۔ شیرداری کے مسائل والی ماؤن کو پیشہ ور انہ مشورہ فرایم کرنے کے لیے، چھاتی کا دودھ پلانے والی ایک بات لائن (3678 7450) کام کر رہی ہے۔ تین MCHCs، یعنی Yaumatei Sai Ying Pun MCHC, Kowloon City MCHC اور MCHCs نے بچوں کے لیے دوستانہ MCHCs کا عہدہ حاصل کر لیا ہے۔

- بچوں کے لیے دوستانہ بسپیال کے ایک ابتدائی اقدام کے طور پر، تین MCHCs، یعنی Kowloon City MCHCs اور Yaumatei Sai Ying Pun MCHCs نے رینمانی کے طور پر بچوں کے لیے ایک دوستانہ زچہ و بچہ مرکز صحت (BF-MCHC) کے عہدے میں حصہ لیا ہے۔ انہیں جولائی سے اگست 2019 میں BF-MCHC کے طور پر نوازا گیا، اور ماؤن کو چھاتی کا دودھ پلانے کے لیے مضبوط پیشہ ور انہ مدد فرایم کی گئی۔

درج ذیل سرکاری کلینک دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات فرایم کرتے ہیں

(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

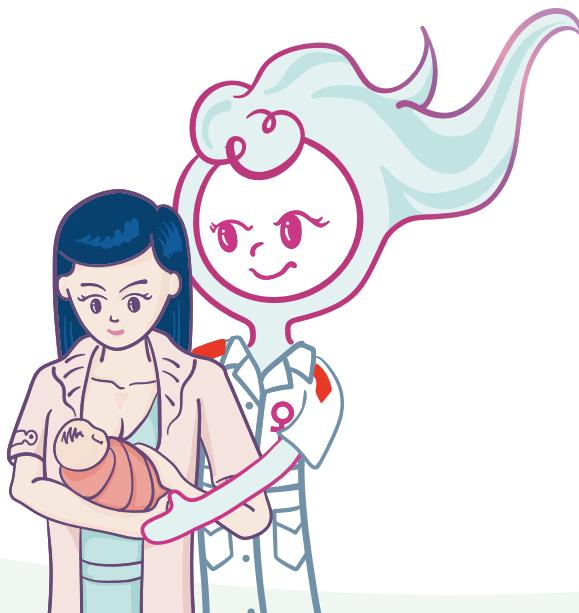
تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2	Anne Black Maternal and Child Health Centre	4.1.2
Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4	Chai Wan Maternal and Child Health Centre	4.1.4
Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre	4.1.5
Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre	4.1.7

South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4	Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5	West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7	Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8	Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9	Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3
Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	4.11.1	Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4
Mui Wo Maternal and Child Health Centre	4.11.2	Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5
Tung Chung Maternal and Child Health Centre	4.11.3	Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2
		North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3



مرکز کی تفصیلات اور زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فرایم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Centres) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/d5fqn> (Family Health Service) ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کو 24 گھنٹے معلومات کی پاٹ لائن 2112 9900 پر کال کریں۔



2.5



بُڈیوں کی صحت اور تصلب العظام

• تصلب العظام بُڈیوں کی ایک تحولی بیماری ہے جس کی علامت بُڈیوں کی کثافت میں کمی ہے جو بُڈیوں کی ساخت خراب ہونے اور فریکچر کی حساسیت کا باعث ہوتی ہے۔ عام طور پر، تصلب العظام کی کوئی علامات نہیں ہوتیں لیکن ان جگہوں پر مقامیت ساز درد ہو سکتا ہے جہاں تصلب العظام سے متعلقہ فریکچر ہوتا ہے۔

• تصلب العظام کی روک تھام کے لیے، مضبوط صحت مند بُڈیاں بنانے کے لیے بچن اور نوبلوغیت کے دوران صحت مند طرز زندگی اپنانا چاہیے۔ اس میں مناسب کیلشیم اور وٹامن D کے ساتھ متوازن غذا، سورج کی روشنی میں معتدل طور پر جانا، باقاعدہ ورزش (خاص طور پر وزن اٹھانے والی ورزشیں)، جسم کا موقف وزن برقرار رکھنا، اور تمبکو نوشی یا زیادہ الكھل یا کافین والے مشروبات سے بے پرواہ شامل ہے۔ اس کے علاوہ، احتیاطی تدابیر کو سمجھنا اور ان پر عمل کرنا، گر کر ہونے والے فریکچر کے امکان کو کم کر دے گا۔

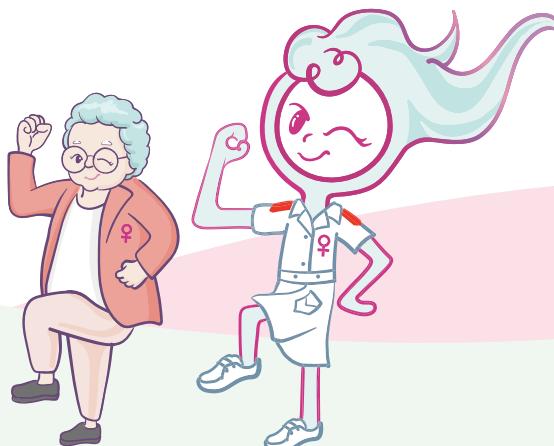
• کچھ غیر سرکاری تنظیمیں، جیسے Hong Kong کی خاندانی منصوبہ بندی کی ایسوسی ایشن کا تصلب العظام کا کلینک Family Planning Association of Hong Kong Osteoporosis (Well Clinic) اور کوونگ وہ بسپتال (Kwong Wah Hospital) کے صحت مند عورتوں کے کلینک (Tung Wah Women Clinics of Kwong Wah Hospital Group of Hospitals)، ضرورت مند لوگوں کے لیے بُڈیوں کی کثافت کی پیمائش، ادویات کی فراہمی اور پپروئی کرنے کی خدمات بھی پیش کرتی ہیں۔ خواتین کو معلومات کے لیے اپنے خاندانی ڈاکٹروں سے مشورہ کرنا چاہیے۔

• خوراک اور صحت کے بیورو کی جانب سے قائم کیا گیا ضلعی مرکز صحت (4.12) کو ائی ٹنڈنگ ضلعی مرکز صحت (Kwai Tsing District Health Centre) کا مقصد روک تھام پر توجہ مرکوز کرنا ہے۔ DHC شوابد پر مبنی اقدامات کے ذریعے تصلب العظام اور تصلب العظامی فریکچر کی بنیادی روک تھام کو فروغ دینے کے لیے شرکت کرے گا، جس میں کافی کیلشیم اور وٹامن D کی سطح کے متعلق علم، وزن اٹھانے کی باقاعدہ ورزش، گرنے سے بچنا اور زیادہ الكھل سے اجتناب شامل ہے۔ زیادہ خطرے والے بزرگوں کے لیے، پُڈیوں کی طاقت اور توازن کی تربیت، حرکت پذیری کے لیے معاون اشیاء اور آلات کے ساتھ گھر کے خطرات اور حفاظتی مداخلت یا تغیر و تبدیلی کے بارے میں مشورے مناسب طور پر فراہم کیے جائیں گے۔ ایسے مرضیوں کے لیے جنہیں بسپتال انتہاری یا نیٹ ورک کے طبی پیشہ ور کوپلے کے فریکچر کی بحالی کے پروگرام میں شامل ہونے کے لیے بھیجتے ہیں، انہیں صحت کے متعلقہ پیشہ ور (بشمل مابرین طبیعی معالجہ اور پیشہ ور مابرین معالجات) کی طرف سے افرادی علاج کے سینیشن اور دوبارہ گرنے سے بچنے کے لیے گھر میں تغیر و تبدیلی کی تجاویز بھی پیش کی جائیں گی۔

مندرجہ ذیل غیر سرکاری تنظیمیں بیویوں کی صحت اور تصلب العظام کے بارے میں معلومات فراہم کرتی ہیں
(پر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Wo Lok Community Health Centre	4.4.10
Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4
Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
United Christian Nethersole Community Health Service - UCN Jordan Health Centre	4.6.8
United Christian Nethersole Community Health Service - Kwong Fuk Community Health Centre	4.8.3
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	4.10.7

تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8
The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong	4.2.9
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11
TWGHS Medical Centre (North Point)	4.2.13
Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8
United Christian Nethersole Community Health Service - Bradbury Kwong Tin Community Health Centre	4.4.9





سن یاس

2.6



● زیادہ تر خواتین 45 اور 55 سال کی عمر کے دوران سن یاس سے گزرتی ہیں اور جب مابوئری ختم ہونے والی با ختم ہو جاتی ہے تو وہ بیمار محسوس کر سکتی ہیں۔ صحت مند طرز زندگی اپنائے کے علاوہ، بارمون کی تبدیلی کی تھریپی کا استعمال سن یاس کی علامات کو کم کرنے کے لیے کیا جا سکتا ہیں، لیکن اس کے کچھ مضر اثرات ہیں۔ خواتین کو مشورہ دیا جانا ہے کہ وہ تھریپی کا فیصلہ کرنے سے پہلے اپنے خاندانی ڈاکٹروں سے مشورہ لیں۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں سن یاسی خدمات کے متعلق معلومات، مشاورت اور تشخیص فراہم کرتی ہیں

(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر
West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Kwong Wah Hospital Well Women Clinic	4.6.4
Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2
Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6
تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Chai Wan Woman Health Centre	4.1.1
Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11
TWGHs Medical Centre (North Point)	4.2.13
Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1
Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8



مرکز کی تفصیلات اور خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) پا رجھ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health) کی ویب سائٹ (Service) ملاحظہ کریں۔ <http://s.fhs.gov.hk/yuhx2>

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کو 24 کھیٹھ معلومات کی بائٹ لائن 2112 9900 پر کال کریں۔



ذہنی صحت

2.7



- محکمہ صحت (Department of Health) (DH) کے تحت خواتین کی صحت کی خدمت (Women) (Department of Health) (DH) کے نگہداشت صحت کے پیشہ ور صارفین کے لیے تشخیص، مشاورت اور گروپ کی صحت سے متعلق علم فراہم کرتے ہیں (اس جملے میں معمولی تبیلیاں بو سکتی ہیں) جو مزاج میں خلل، ازدواجی مسائل، سسرال اور بجوں کے ساتھ تعلقات میں مشکلات کا سامنا کرتے ہیں، یا سن یا س کے وقت تطبیق وغیرہ کی سماجی خدمات کے حوالے کے لیے مناسب انتظام کیا جائے گا۔ اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش خواتین کو مختلف طرح کا نبی نیا اور تطبیق کے مسائل کا سامنا کرنا پڑے گا۔ DH زچ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) (MCHCs) میں پیدائشی خدمات کے لیے آئے والی تمام خواتین، بشمول اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کے مسائل سے متعلق صحت کی معلومات کی ترسیل اور تقسیم کے لیے معاونت فراہم کرتا ہے، تاکہ ماڈن اور ان کے خاندان کے افراد کم پریشانیوں اور نبی نیا اور ساتھ آسانی سے اس مرحلے سے گزر سکیں۔ صحت کی دیکھ بھال کے پیشہ ور افراد ضرورت مدد خواتین کی جلد شناخت کے لیے اسفار حمل کے درمیانی وقہ کی جذباتی تشخیص بھی فراہم کریں گے، تاکہ مناسب پیروی اور حوالہ دیا جاسکے۔
 - کچھ غیر سرکاری تنظیمیں مختلف مسائل کا شکار خواتین کی مدد کے لیے نفیساتی مشاورت کی خدمات بھی فراہم کرتی ہیں۔ نبی نیا اور ذہنی صحت کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی "کیا ہے بات کریں" ویب سائٹ <https://shallwetalk.hk/en> ملاحظہ کریں
- درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں ذہنی صحت اور مشاورت کی خدمات کی معلومات فراہم کرتی ہیں
(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Jockey Club Mental Wellness Project for Women	4.2.6	Chai Wan Woman Health Centre	4.1.1
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8	Anne Black Maternal and Child Health Centre	4.1.2
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11	Chai Wan Maternal and Child Health Centre	4.1.4
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Youth Health Care Centre	4.2.12	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre	4.1.5
Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre	4.1.7
Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3	Chai Wan Social Hygiene Clinic	4.1.8
Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4	Wan Chai Female Social Hygiene Clinic	4.1.9
		Hong Kong Federation of Women's Centres - Jockey Club Wah Fu Centre	4.2.5

Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5
Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5	Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6
Fanling Social Hygiene Clinic	4.7.6	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1	Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8
Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2	Yung Fung Shee Social Hygiene Clinic	4.3.9
North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3	Hong Kong Women Christian Council	4.4.3
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4	Mental Health Association of Hong Kong	4.4.4
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7	The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8	West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9	Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
Tuen Mun Social Hygiene Clinic	4.9.10	Yau Ma Tei Female Social Hygiene Clinic	4.5.3
The Family Planning Association of Hong Kong - Kwai Fong Youth Health Care Centre	4.10.4	Aids Concern Foundation Limited	4.6.1
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	Hong Kong Single Parents Association	4.6.2
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	Hong Kong Young Women's Christian Association Women Affairs Team	4.6.3
United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre	4.10.7	Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	4.11.1	The Family Planning Association of Hong Kong - Mong Kok Youth Health Care Centre	4.6.7
Mui Wo Maternal and Child Health Centre	4.11.2	United Christian Nethersole Community Health Service - UCN Jordan Health Centre	4.6.8
Tung Chung Maternal and Child Health Centre	4.11.3	Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
Caritas Family Crisis Support Centre	4.13.1	Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2
RainLily	4.13.2	Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3
Tung Wah Group of Hospitals CEASE Crisis Centre	4.13.3		



مرکز کی تفصیلات اور خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) کی خدمت کے مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فرایم (Family Health) کی خدمت کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت کی خدمت (Family Health) کی ویب سائٹ ([Service](http://s.fhs.gov.hk/yuhx2)) ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health) کو 24 گھنٹے معلومات کی بات لانے 2112 9900 پر کال کریں۔



- جنسی صحت خواتین کی صحت کا ایک ایم مسئلہ ہے جسے اکثر نظر انداز کیا جاتا ہے۔ ایک محفوظ جنسی زندگی اپنے شریک حیات کے ساتھ بہتر تعلقات استوار کرنے میں مدد دیتی ہے، جبکہ غیر منصوبہ بند حمل، سرویکل کینس اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کے امکان کو کم کرتی ہے۔
 - مانع حمل کی بندگامی خدمت (Emergency contraceptive service)، خدمت کے اوقات میں محکم صحت (DH) (Department of Health) کے تمام زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فراہم کی جاتی ہے۔ MCHCs (Health Centres) (MCHCs) / خواتین کے مراکز صحت (Women) (Health Centers) (WHCs) اپنے خاندانی منصوبہ بندی اور خاندانی صحت کی خدمت کے سیشنز کو مشاورت کی خدمات فراہم کرنے اور ضرورت مnd خواتین کو مابرین کا حوالہ دینے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ، DH کی حفاظان صحت کی سماجی خدمت (باث لائن 7370 2150) جنسی طور پر منتقل ہونے والے انفیکشن والے یا مشتبہ افراد کے لیے مختلف خدمات مہیا کرتی ہے، جن میں جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ اور علاج، مشاورت اور صحت کا علم، کنٹوں کی مفت تقسیم، مرضیوں کو اپنے شریک حیات کو اگاہ کرنے میں مدد، حوالہ جات دینے کے ساتھ اپنے شریک حیات کے لیے سکریننگ کی خدمات بھی فراہم کرتی ہے۔ DH نے خواتین کے لیے خدمات کی فراہمی کے لیے کلینک یا خدمت کے سینیشن رکھمیں، اور سیکس و رکرز کم لیہ پتیرین متعلقہ خدمات مہیا کی جاتی ہیں۔

● Hong Kong کی خاندانی منصوبہ بنڈی کی ایسوسوی ایشن (Family Planning Association of Hong Kong) خواتین کو جنسی طور پر منتقل بونے والی بیماریوں کی سکریننگ (خون کے ٹیسٹ اور سوپ ٹیسٹ) اور جنسی تربیت اور جنسی فعلت کی خرابی کی تھراپی جیسی مشاورت کی خدمات بھی فراہم کرتی ہے۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں جنسی صحت کی معلومات فراہم کرتی ہیں
بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں بیسی بیل تمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Mother's Choice	4.2.7	Chai Wan Woman Health Centre	4.1.1
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8	Anne Black Maternal and Child Health Centre	4.1.2
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11	Chai Wan Maternal and Child Health Centre	4.1.4
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Youth Health Care Centre	4.2.12	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre	4.1.5
Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre	4.1.7
Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3	*Chai Wan Social Hygiene Clinic	4.1.8
		Wan Chai Female Social *Hygiene Clinic	4.1.9

Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3	Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5
Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5	Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6
Fanling Social Hygiene Clinic*	4.7.6	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
Tuen Mun Woman Health Centre	4.9.1	Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8
Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2	Yung Fung Shee Social Hygiene Clinic*	4.3.9
North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3	Hong Kong Women Christian Council	4.4.3
South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.4	Mother's Choice	4.4.5
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services	4.4.6
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	Cheerful Court Integrated Health Centre	
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8	The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9	West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Tuen Mun Social Hygiene Clinic*	4.9.10	Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
The Family Planning Association of Hong Kong - Kwai Fong Youth Health Care Centre	4.10.4	Yau Ma Tei Female Social Hygiene Clinic*	4.5.3
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	Aids Concern Foundation Limited	4.6.1
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	Sham Shui Po District Council	4.6.6
Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	4.11.1	Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	
Mui Wo Maternal and Child Health Centre	4.11.2	The Family Planning Association of Hong Kong - Mong Kok Youth Health Care Centre	4.6.7
Tung Chung Maternal and Child Health Centre	4.11.3	Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
RainLily	4.13.2	Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2

* خواتین کے لیے جنسی صحت کی خدمات کی فراہمی کے لیے مقرر کردہ کلینک یا خدمت کے سینشن۔
یہ کلینک سیکس ورکرز کے لیے بہتر متعلقہ خدمات بھی فراہم کرتے ہیں۔



مرکز کی نصیلات اور خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) یا زچ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/yuhx2> ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کو 24 گھنٹے معلومات کی بات لائن 2112 9900 پر کال کریں۔



خاندانی منصوبہ بندی

2.9



- خاندانی منصوبہ بندی ذاتی اور خاندانی صحت اور خوشی کو یقینی بنانے میں ایک لازمی عنصر ہے۔ خاندانی منصوبہ بندی کا فروغ غیر منصوبہ بند حمل اور اس سے پیدا ہونے والی پریشانیوں سے بچتے ہوئے خوشگوار خاندانی زندگی کی اچھی بنیاد رکھنے میں مدد دے سکتا ہے۔
- محکمہ صحت (Department of Health) کے زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) بچے پیدا کرنے والی عمر کی تمام خواتین کو اپنے بجوں کی تعداد اور وقہ کی ازادانہ اور نہمہ داری سے منصوبہ بندی کرنے کے لیے خاندانی منصوبہ بندی کی خدمات فراہم کرتے ہیں۔ نگہداشت صحت کے پیشہ ور انفرادی ضروریات کے مطابق مانع حمل کے مناسب طریقوں بشمول کنٹوں، مانع حمل کی گولیاں، مانع حمل کے انجکشن، تائبے کے دروں رحمی آلات، مانع حمل کی گولیاں اور سپرمی سائینیٹز (مثلاً فومنگ کی گولیاں) تجویز کرتے ہیں۔ ان خواتین کے لیے مابرانہ مشاورت کے لیے مشاورت اور حوالہ جات کا ابتمام کیا جا سکتا ہے جن میں کم بار آوری کے مسائل ہوں یا جو نس بندی یا حمل کے خاتمه پر غور کر رہی ہوں۔
- Family Planning Association of Hong Kong کی خاندانی منصوبہ بندی کی ایسوسوی ایشن (Hong Kong) جوڑوں کی رہنمائی اور حوصلہ افزائی کرے گی کہ وہ انفرادی صحت اور مالی حالات، ضروریات اور توقعات کے مطابق مناسب اور مؤثر مانع حمل کا طریقہ اپنا کر خاندانی منصوبہ بندی کریں۔ مانع حمل کی خدمات کے علاوہ، یہ حمل کے ٹیسٹ اور مانع حمل کی بندگامی خدمات بھی فراہم کرتی ہے۔ اس کے علاوہ، خواتین Hong Kong کی خاندانی منصوبہ بندی کی ایسوسوی ایشن (Family Planning Association of Hong Kong) میں مقامی بے حسی اور متعلقہ مشاورت کی خدمات کے ساتھ حمل کے خاتمه کے لیے جائز سرجری کروسا سکتی ہیں۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں خاندانی منصوبہ بندی کی خدمات فراہم کرتی ہیں
(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

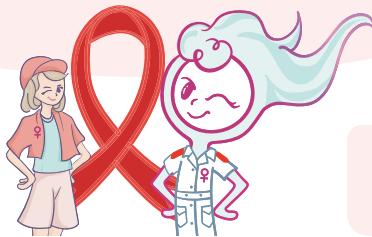
تنظيم کا نام	سیریل نمبر	تنظيم کا نام	سیریل نمبر
Caritas Integrated Family Service Centre - Shaukeiwan	4.2.2	Anne Black Maternal and Child Health Centre	4.1.2
Mother's Choice	4.2.7	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre	4.1.3
Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre	4.2.8	Chai Wan Maternal and Child Health Centre	4.1.4
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre	4.1.5
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre	4.1.6
The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Youth Health Care Centre	4.2.12	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre	4.1.7
Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3	Caritas Integrated Family Service Centre - Aberdeen	4.2.1

Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre	4.7.4	Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4
Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre	4.7.5	Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5
Caritas Dr. & Mrs. Olinto de Sousa Integrated Family Service Centre	4.8.1	Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6
Caritas Integrated Family Service Centre – Fanling	4.8.2	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7
Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre	4.9.2	Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8
North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre	4.9.3	Caritas Integrated Family Service Centre – Tung Tau (Wong Tai Sin South West)	4.4.1
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre	4.9.5	Mother's Choice	4.4.5
Tsing Yi Maternal and Child Health Centre	4.9.6	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6
Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre	4.9.7	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7
Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre	4.9.8	The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8
Yan Oi Maternal and Child Health Centre	4.9.9	West Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.5.1
Caritas Integrated Family Service Centre – Tin Shui Wai	4.10.1	Yaumatei Maternal and Child Health Centre	4.5.2
Caritas Integrated Family Service Centre – Tsuen Wan (East)	4.10.2	PathFinders Limited	4.6.5
Caritas Integrated Family Service Centre – Tuen Mun	4.10.3	Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre	4.6.6
The Family Planning Association of Hong Kong - Kwai Fong Youth Health Care Centre	4.10.4	The Family Planning Association of Hong Kong - Mong Kok Youth Health Care Centre	4.6.7
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	Fanling Maternal and Child Health Centre	4.7.1
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	Lek Yuen Maternal and Child Health Centre	4.7.2
Cheung Chau Maternal and Child Health Centre	4.11.1	Ma On Shan Maternal and Child Health Centre	4.7.3
Mui Wo Maternal and Child Health Centre	4.11.2		
Tung Chung Maternal and Child Health Centre	4.11.3		



مرکز کی تفصیلات اور زچہ و بچہ مراکز صحت (Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہربانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/d5fqn> ملاحظہ کریں۔

براہ مہربانی کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کو 24 گھنٹے معلومات کی بات لائن 2112 9900 پر کال کریں۔



HIV ٹیسٹنگ

2.10



- HIV والے زیادہ تر لوگوں میں کوئی علامات یا نشانیاں نہیں ہوتی ہیں، اس لیے کوئی بھی ظاہری شکل سے نہیں بتا سکتا کہ کسی شخص کو واٹرس ہے یا نہیں۔ اس کی تصدیق کا واحد طریقہ HIV اینٹی بائٹی ٹیسٹ ہے۔
- HIV ایک متاثرہ مان سے اس کے بچے کو حمل، پیدا شیں یا چھاتی کا دودھ پلانے کے دوران منتقل ہو سکتا ہے۔ مداخلت کے بغیر، متاثرہ مان سے اس کے بچے میں منتقل ہونے کی شرح 15 سے 40% ہے۔ حمل کے دوران، پیدا شیں کے دوران اور پیدا شیں کے بعد بچے کو مؤثر علاج اور روک تھام کے ساتھ شرح کو 1-2% تک کم کیا جا سکتا ہے۔
- HIV اینٹی بائٹی ٹیسٹ مکمل صحت (Department of Health) (DH) اور کچھ غیر سرکاری تنظیموں کی طرف سے فرایب کے جاتے ہیں۔ یہ اب ہے کہ حاملہ خاتون پیدا شیں سے پہلے اپنی HIV کی حیثیت جان لے۔ Hong Kong میں، تمام حاملہ خواتین کا اسفار حمل کے درمیانی وقفہ میں معافی میں HIV کے لیے حسب معمول ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔ لہذا، کسی بھی خاتون کے لیے جس کا بچہ پیدا ہونے والا ہے اور جو ابھی تک اپنی HIV کی حیثیت نہیں جانتی، بچے کی حفاظت کے لیے مناسب اقدامات کرنے کے لیے فوری HIV ٹیسٹ کیا جانا چاہیے جس میں صرف چند منٹ لگتے ہیں۔ نیز، وہ خواتین جن کا کبھی غیر محفوظ جنسی تعلق تھا، جنسی طور پر منتقل ہونے والے انفیکشن تھے یا ادویات کے انجکشن لگانے کے لیے سوئیوں کا اشتراک کرتی تھیں، ان کا جلد ٹیسٹ ہونا چاہیے۔
- DH کی ایڈر کی باث لائن 2021 2780 ڈائل کریں۔ صلاح کار نرس آپ کے لیے تعین ملاقات کرے گی۔ ٹیسٹنگ کی خدمت مفت، گمنام اور خفیہ ہے۔

درج ذیل سرکاری کلینک اور غیر سرکاری تنظیمیں HIV ٹیسٹ کرتی ہیں
(بر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر	تنظیم کا نام	سیریل نمبر
The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8	Chai Wan Social Hygiene Clinic	4.1.8
Yau Ma Tei Female Social Hygiene Clinic	4.5.3	Wan Chai Female Social Hygiene Clinic	4.1.9
Aids Concern Foundation Limited	4.6.1	Hong Kong AIDS Foundation	4.2.3
Fanling Social Hygiene Clinic	4.7.6	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic	4.2.10
Tuen Mun Social Hygiene Clinic	4.9.10	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre	4.2.11
The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic	4.10.5	Yung Fung Shee Social Hygiene Clinic	4.3.9
The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic	4.10.6	The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7

2.11



متعدى بیماریاں

- متعدى بیماریوں کی روک تھام کے لیے ذاتی حفظان صحت کو برقرار رکھنا ایم بے۔ بمیں اپنے باتھوں کو بار بار اچھی طرح دھونا چاہیے، اچھی حفظان صحت والی خوراک کھانی چاہیے اور باقاعدگی سے ورزش کرنی چاہیے۔ مزید برآں، ماحولی حفظان صحت اور صحت کا آپس میں گہرا تعلق ہے۔ اسی طرح، بمیں نجی اور عوامی دونوں جگہوں کو صاف رکھنا ہے، گھر میں اچھی بوداری کو یقینی بنانا ہے، اپنے گھر اور عام جگہوں کو بمیشہ صاف رکھنا ہے، اور اس بات کو یقینی بنانا ہے کہ کوڑا کرکٹ کو مناسب طریقے سے ٹھکانے لگایا جائے۔

- محکمہ صحت (DH) (Department of Health) کا صحت کی حفاظت کا مرکز Health Protection (CHP) متعدى بیماریوں سے متعلق ایم معلومات کا ایک سلسلہ، پشمول متعدى بیماریوں سے متعلق صحت کے تازہ ترین مشورے، وائزس ٹیسٹنگ کی خدمت سے متعلق معلومات، عام لوگوں، اداروں اور کاروباروں، انفیکشن کنٹرول کارنر کو انفیکشن کی روک تھام سے متعلق مشورے، نیز غالباً متعدى بیماریوں پر ردعمل کی سطح وغیرہ فر ایم کرتا ہے، تفصیلات کے لیے، براہ مہربانی CHP کی ویب سائٹ www.chp.gov.hk ملاحظہ کریں یا DH کی صحت کے علم کی معلومات کی لائن کو 2833 0111 پر کال کریں۔





میتهاڈون علاج

2.12



- بیروئن افیون جیسی مسکن دوا ہے۔ بیروئن کے استعمال سے صحت پر طویل المیعاد اثرات، جیسے عادت منشیات، واپسی کی علامات کا ظاہر ہونا، خراب ریگن، خواتین کے لیے مابواری کے مسائل (پہاں تک کہ بانجھ پن کا باعث بننا)، وزن میں کمی، غذائیت کی کمی، جنسی خواہش میں کمی، اینٹوکارڈیم اور دل کے والوز کا انفیکشن، بوسیدہ دانت اور قبض، ہو جاتے ہے۔ افیون جیسی مسکن دوا کی زیادہ مقدار موت کا باعث بن سکتی ہے۔
- میتهاڈون علاج کے پروگرام کے تحت، منشیات کے عادی افراد بر روز میتهاڈون کلینک جاتے ہیں جہاں وہ بیروئن سے پاک حالت کے حصول کے لیے میتهاڈون کی مناسب خوراک لیتے ہیں، اس طرح بہتر طریقے سے برتواؤ کرنا شروع کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔
- میتهاڈون کلینک کی خدمات میں طبی تشخیص اور صحت کا علم، بحالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتهاڈون کی تقسیم پذیری، سماجی کارکنوں کی رینمانی اور مشاورت اور دیگر ادویاتی علاج کی خدمت کی ایجنسیوں کا حوالہ شامل ہے۔

درج ذیل سرکاری کلینک میتهاڈون علاج فراہم کرتے ہیں

(پر تنظیم کی تفصیلات باب 4 میں سیریل نمبر کے ساتھ بیان کی گئی ہیں)

تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Hung Hom Methadone Clinic	4.5.5
Sham Shui Po Methadone Clinic	4.5.6
Yau Ma Tei Methadone Clinic	4.5.7
Sha Tin (Tai Wai) Methadone Clinic	4.7.7
Shek Wu Hui Methadone Clinic	4.7.8
Tai Po Methadone Clinic	4.7.9
Lady Trench Methadone Clinic	4.9.11
Tuen Mun Methadone Clinic	4.9.12
Yuen Long Methadone Clinic	4.9.13
Cheung Chau Methadone Clinic	4.11.4

تنظیم کا نام	سیریل نمبر
Aberdeen Methadone Clinic	4.1.10
Eastern Street Methadone Clinic	4.1.11
Shau Kei Wan Methadone Clinic	4.1.12
Violet Peel Methadone Clinic	4.1.13
Kwun Tong Methadone Clinic	4.3.10
Ngau Tau Kok Methadone Clinic	4.3.11
Robert Black Methadone Clinic	4.3.12
Wu York Yu Methadone Clinic	4.3.13
Ho Man Tin Methadone Clinic	4.5.4

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ - Hong Kong جزیرہ

سیریل نمبر.	خدمات	کولوریکل کینس کا پروگرام	کینس کی سکریننگ کا پروگرام	چہاتی کی صحت	سرویکل سکریننگ	اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھال	چہاتی کا دوہ پلانا
4.1.1	Chai Wan Woman Health Centre			✓	✓		
4.1.2	Anne Black Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.1.3	Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.1.4	Chai Wan Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.1.5	Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.1.6	Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.1.7	Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.1.8	Chai Wan Social Hygiene Clinic						
4.1.9	Wan Chai Female Social Hygiene Clinic						
4.2.1	Caritas Integrated Family Service Centre - Aberdeen						
4.2.2	Caritas Integrated Family Service Centre - Shau Kei Wan						
4.2.3	Hong Kong AIDS Foundation						
4.2.4	Hong Kong Breast Cancer Foundation			✓			
4.2.5	Hong Kong Federation of Women's Centres - Jockey Club Wah Fu Centre						
4.2.6	Jockey Club Mental Wellness Project for Women						
4.2.7	Mother's Choice						
4.2.8	Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre		✓	✓	✓	✓	✓
4.2.9	The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong				✓		
4.2.10	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Clinic			✓	✓	✓	✓
4.2.11	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre			✓	✓	✓	✓
4.2.12	The Family Planning Association of Hong Kong - Wan Chai Youth Health Care Centre			✓			
4.2.13	TWGHs Medical Centre (North Point)			✓	✓	✓	✓

- ان خواتین کے لیے میموجرافی سکریننگ کی پیشکش کی جاتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چہاتی کا کینس بونے کا زیادہ خطرہ پوتا ہے 1
 صرف بعد از پیدائش دیکھ بھال کی خدمت کے لیے 2
 دیگر (براء مہربانی ترتیب کے سیریل نمبر کے مطابق تفصیلات کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں) 3
 سرکاری کلینیکوں کی طرف سے فرائم کردہ مینپھائٹون علاج کی تفصیلات کے لیے، براء مہربانی باب 2 کا 2.12 ملاحظہ کریں 4

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ کولون مشرقی علاقے

خاتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ کولون مشرقی علاقے	خدمات	سیریل نمبر				
چھاتی کا دوہ پلانا	اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش دیکھے بھال	سرویکل کنفرینگ سکریننگ	چھاتی کی صحت	کلوریکل کینس کی سکریننگ کا بروگرام	Lam Tin Woman Health Centre	4.3.1
✓	2✓	✓	✓		East Kowloon Maternal and Child Health Centre	4.3.2
✓	✓	✓			Kowloon City Maternal and Child Health Centre	4.3.3
✓	✓	✓			Kwun Tong Maternal and Child Health Centre	4.3.4
✓	✓	✓		Lam Tin Maternal and Child Health Centre	4.3.5	
✓	✓	✓		Robert Black Maternal and Child Health Centre	4.3.6	
✓	2✓	✓	✓	Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre	4.3.7	
✓	2✓	✓		Wu York Yu Maternal and Child Health Centre	4.3.8	
				Yung Fung Shee Social Hygiene Clinic	4.3.9	
				Caritas Integrated Family Service Centre – Tung Tau (Wong Tai Sin South West)	4.4.1	
			✓	Hong Kong Breast Cancer Foundation	4.4.2	
				Hong Kong Women Christian Council	4.4.3	
2✓				Mental Health Association of Hong Kong	4.4.4	
				Mother's Choice	4.4.5	
✓	✓	✓	✓	Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services Cheerful Court Integrated Health Centre	4.4.6	
✓	✓	✓		The Family Planning Association of Hong Kong - Ma Tau Chung Clinic	4.4.7	
✓	✓	✓		The Family Planning Association of Hong Kong - Wong Tai Sin Clinic	4.4.8	
		✓		United Christian Nethersole Community Health Service - Bradbury Kwong Tin Community Health Centre	4.4.9	
	✓		✓	United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Wo Lok Community Health Centre	4.4.10	

- 1 ان خواتین کے لیے میموجرافی سکریننگ کی پیشکش کی جاتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چھاتی کا کینس بونے کا زیادہ خطرہ بوتا ہے
2 صرف بعد از پیدائش دیکھے بھال کی خدمت کے لیے
3 دیکھ (براء مہربانی تنظیم کے سیریل نمبر کے مطابق تفصیلات کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں)
4 سرکاری کلینیکوں کی طرف سے فرایم کردہ مینہائٹن علاج کی تفصیلات کے لیے، براء مہربانی باب 2 کا 2.12 ملاحظہ کریں

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ کولون مغربی علاقہ

سیریل. نمبر.	خدمات	کلوریکل کینس کی سکریننگ کا بروگرام	چھاتی کی صحت	سرویکل کینس کی سکریننگ	اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھال	چھاتی کا دونہ پلانا
4.5.1	West Kowloon Maternal and Child Health Centre		✓	✓	✓	✓
4.5.2	Yaumatei Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.5.3	Yau Ma Tei Female Social Hygiene Clinic					
4.6.1	Aids Concern Foundation Limited					
4.6.2	Hong Kong Single Parents Association					
4.6.3	Hong Kong Young Women's Christian Association Women Affairs Team			✓		
4.6.4	Kwong Wah Hospital Well Women Clinic			✓	✓	✓
4.6.5	PathFinders Limited				✓	
4.6.6	Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei Community Services Centre			✓	✓	✓
4.6.7	The Family Planning Association of Hong Kong - Mong Kok Youth Health Care Centre			✓		
4.6.8	United Christian Nethersole Community Health Service - UCN Jordan Health Centre			✓		

- 1 ان خواتین کے لیے میموجرافی سکریننگ کی پیشکش کی جاتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چھاتی کا کینس بونے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے
- 2 صرف بعد از پیدائش دیکھ بھال کی خدمت کے لیے
- 3 دیکھ (براء مہربانی تنظیم کے سیریل نمبر کے مطابق تفصیلات کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں)
- 4 سرکاری کلینیکوں کی طرف سے فرایم کردہ مینہائٹون علاج کی تفصیلات کے لیے، براء مہربانی باب 2 کا 2.12 ملاحظہ کریں

خدمات	مبتلائوں 4 علاج	متعدی بیماریاں	HIV ٹیسٹنگ	خاندانی منصوبہ بندی	جنسي صحت	ذنبی صحت	سن یاں	بیشون کی صحت اور تسلیب العظام
				✓	✓	✓	✓	
				✓	✓	✓		
			✓		✓	✓		
			✓		✓	✓		
(صرف چینی خدمت فرایم کی جائے گی)						✓		
3✓						✓		
(صرف میاجر گھریلو ملازمن کے لیے اور صرف انگریزی خدمت فرایم کی جائے گی) 3✓				✓			✓	✓
				✓	✓	✓	✓	✓
				✓	✓	✓		
3✓						✓		✓

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ نئے خطے مشرقی علاقہ

سیریل نمبر	خدمات	کولوریکل کنیس کی سکریننگ کا پروگرام	کی صحت کی چھاتی	سریویکل سکریننگ کی	وقفہ اور بد از پیدائش دیدکو بھال	اسفار حمل کے دریافتی وقدت اور بد از	چھاتی کا نودہ پلانا
4.7.1	Fanling Maternal and Child Health Centre				✓	✓	✓
4.7.2	Lek Yuen Maternal and Child Health Centre				✓	✓	✓
4.7.3	Ma On Shan Maternal and Child Health Centre				✓	✓	✓
4.7.4	Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre				✓	✓	✓
4.7.5	Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre				✓	✓	✓
4.7.6	Fanling Social Hygiene Clinic						
4.8.1	Caritas Dr. & Mrs. Olinto de Sousa Integrated Family Service Centre						
4.8.2	Caritas Integrated Family Service Centre - Fanling						
4.8.3	United Christian Nethersole Community Health Service - Kwong Fuk Community Health Centre		✓	✓			

ان خواتین کے لیے میموگرافی سکریننگ کی پیشکش کی جاتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چھاتی کا کینسر ہونے کا زیادہ خطرہ

3. چون فریاد از نیازش دیده که خود را که بونا ب

2 صرف بعد از پیدائش دیکھ بھل کی خدمت کے لیے
3 نہ گلے (انسانیہ از قتلہ کے سنبھالنے کے مطابق) تھیں بلکہ اس کے لیے ایسا کہا جاتا ہے۔

3 3
4 4
دیگر (براء میرانی تنظیم کر سریل نمر کے مطابق تفصیلات کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں) سرکاری کلینکوں کی طرف سے فرایم کردہ میتلائون علاج کی تفصیلات کے لیے، براء میرانی باب 2 کا 2.12 ملاحظہ کریں

خدمات	مبتلاؤن علاج ⁴	متعدي بيماريان	HIV ثيسيش	خاندائى منصوبه بندى	جنسى صحت	ذنبى صحت	سن ياس	بئيون كى صحت اور تسلب العظام
				✓	✓	✓	✓	
				✓	✓	✓	✓	
				✓	✓	✓	✓	
				✓	✓	✓	✓	
				✓	✓	✓		
	✓				✓	✓		
				✓				
				✓				
3✓								✓

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ نئے خطے مغربی علاقے

سیریل. نمبر.	خدمات	کولوریکل کینس کی سکریننگ کا بروگرام	چھاتی کی صحت	سرویکل کینس کی سکریننگ	اسفار حمل کے دریانی وطف اور بعد از پیدائش دیکھ بھال	چھاتی کا نہ دوہ پلانا
4.9.1	Tuen Mun Woman Health Centre			✓	✓	
4.9.2	Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.3	North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.4	South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.5	Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.6	Tsing Yi Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.7	Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.8	Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.9	Yan Oi Maternal and Child Health Centre			✓	✓	✓
4.9.10	Tuen Mun Social Hygiene Clinic					
4.10.1	Caritas Integrated Family Service Centre – Tin Shui Wai					
4.10.2	Caritas Integrated Family Service Centre – Tsuen Wan (East)					
4.10.3	Caritas Integrated Family Service Centre – Tuen Mun					
4.10.4	The Family Planning Association of Hong Kong - Kwai Fong Youth Health Care Centre			✓		
4.10.5	The Family Planning Association of Hong Kong - Tsuen Wan Clinic			✓	✓	✓
4.10.6	The Family Planning Association of Hong Kong - Yuen Long Clinic			✓	✓	✓
4.10.7	United Christian Nethersole Community Health Service - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre		✓	✓	✓	

- 1 ان خواتین کے لیے میموگرافی سکریننگ کی پیشکش کی جاتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چھاتی کا کینس بونے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے
2 صرف بعد از پیدائش دیکھ بھال کی خدمت کے لیے
3 دیگر (براءہ مہربانی تنظیم کے مطابق تفصیلات کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں)
4 سرکاری کلینیکوں کی طرف سے فرایم کر دے میتھا ہوں علاج کی تفصیلات کے لیے، براءہ مہربانی باب 2 کا 2.12 ملاحظہ کریں

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ جزائر کا علاقہ

سیریل. نمبر.	خدمات	کلوریکل کینس کی سکریننگ کا پروگرام	چہاتی کی صحت	سرویکل کینس کی سکریننگ	اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھال	چہاتی کا دودھ پالنا
4.11.1	Cheung Chau Maternal and Child Health Centre				✓	✓
4.11.2	Mui Wo Maternal and Child Health Centre				✓	✓
4.11.3	Tung Chung Maternal and Child Health Centre				✓	✓

خواتین کی صحت اور معاونتی خدمات کا خلاصہ - دیگر

سیریل. نمبر.	خدمات	کلوریکل کینس کی سکریننگ کا پروگرام	چہاتی کی صحت	سرویکل کینس کی سکریننگ	اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھال	چہاتی کا دودھ پالنا
4.12	Kwai Tsing District Health Centre					
4.13.1	Caritas Family Crisis Support Centre					
4.13.2	RainLily					
4.13.3	Tung Wah Group of Hospitals CEASE Crisis Centre					

- 1 ان خواتین کے لیے میموگرافی سکریننگ کی پیشکش کی جاتی ہے جنہیں طبی تشخیص کے بعد چہاتی کا کینس بونے کا زیادہ خطرہ پوتا ہے
- 2 صرف بعد از پیدائش دیکھ بھال کی خدمت کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں
- 3 دیگر (براء میریانی تنظیم کے سیریل نمبر کے مطابق تفصیلات کے لیے باب 4 ملاحظہ کریں)
- 4 سرکاری کلینیکوں کی طرف سے فرایم کردہ مینیھائون علاج کی تفصیلات کے لیے، براء میریانی باب 2 کا 2.12 ملاحظہ کریں

خدمات	مبتلائون 4 علاج	متعدی بیماریاں	HIV ٹیسٹنگ	خاندانی منصوبہ بندی	جنسي صحت	ذینپی صحت	سن یاں	بیشون کی صحت اور تسلیب العظام
				✓	✓	✓		
				✓	✓	✓		
				✓	✓	✓		

خدمات	مبتلائون 4 علاج	متعدی بیماریاں	HIV ٹیسٹنگ	خاندانی منصوبہ بندی	جنسي صحت	ذینپی صحت	سن یاں	بیشون کی صحت اور تسلیب العظام
3✓								
3✓						✓		
3✓					✓	✓		
3✓						✓		

4. خواتین کی صحت کی سہولیات

خواتین کی صحت کی خدمت (Woman health service) خواتین کے تین مراکز صحت (Woman Health Centres) (WHCs) اور دس زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) (MCHCs) میں محکمہ صحت (Department of Health) کی خاندانی صحت کی خدمت کے سینیٹر کی بنیاد پر مہیا کی جاتی ہے۔

مرکز کی تفصیلات اور خواتین کے مراکز صحت (Woman Health Centres) یا زچہ و بچہ مراکز صحت (Maternal and Child Health Centres) میں فراہم کردہ خدمات کے لیے، براہ مہریانی خاندانی صحت کی خدمت (Family Health Service) کی ویب سائٹ <http://s.fhs.gov.hk/olq5x> ملاحظہ کریں۔



4.1 Hong Kong جزیرہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)

Chai Wan Woman Health Centre 4.1.1

پتہ	پہلے کے اوقات	کھانے کے اوقات	بکنگ کی بائی لائن	معلومات کی بائی لائن	فیکس نمبر	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
2/F, Chai Wan Health Centre, 1 Hong Man Street, Chai Wan	سومنوار تا جمعہ: صبح 9:00 - دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 - شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بقیے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 - دوپہر 12:00	2897 9321	2975 0236	2556 4454	چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، صحت کا علم اور مشاورت، خواتین کی صحت کا معائنه	

Anne Black Maternal and Child Health Centre 4.1.2

پتہ	کھانے کے اوقات	بکنگ اور معلومات کا نمبر	فیکس نمبر	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
2/F, Anne Black Health Centre, 140 Tsat Tsz Mui Road, North Point	سومنوار، بدهتہ جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بقیے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپہر 12:00	2562 1824	3166 6631	سو رویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات

سو رویکل سکریننگ، اسپرار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال،^{*} چھاتی کا دودھ پالانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت

* اسپرار حمل کے درمیانی وقہ کی خدمت کے لیے بپلی رجسٹریشن پامیلا یوڈے نیدرسول ایسٹرن بسپتال (Pamela Youde Nethersole Eastern) میں کرانی چاہیے۔

Ap Lei Chau Maternal and Child Health Centre 4.1.3

2/F, Ap Lei Chau Clinic, 161 Ap Lei Chau Main Street,
Ap Lei Chau

پتہ	
کھانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00
(خواتین کی صحت کی خدمت) کے کھانے کے اوقات:	(سوموار: دوپر 2:00 تا شام 5:30)
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2518 5701 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)
فیکس نمبر	2553 0867 چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت * پلی رجسٹریشن نسان یوک پسپتال (Tsan Yuk Hospital) یا کوئین میری پسپتال (Queen Mary Hospital) میں کرانی چاہیے

Chai Wan Maternal and Child Health Centre 4.1.4

Level 2, Government Office, Block 6, New Jade Garden,
233 Chai Wan Road, Chai Wan

پتہ	
کھانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2556 6757 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)
فیکس نمبر	2898 0798 سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت * پلی رجسٹریشن پامیلا یوڈے نیدرسول ایسٹرن پسپتال (Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital) میں کرانی چاہیے

Sai Wan Ho Maternal and Child Health Centre 4.1.5

2/F, Sai Wan Ho Health Centre, 28 Tai Hong Street,
Sai Wan Ho

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

کھانے کے اوقات

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپہر 12:00

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

فیکس نمبر

3620 3544

2885 0552

سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ
بھاں، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی،
صحت کا علم اور مشاورت

مبیا کردہ خدمات کی

اقسام

* پہلی رجسٹریشن پامیلا یوڈے نیرسول ایسٹرن بسپتال (Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital)

Sai Ying Pun Maternal and Child Health Centre 4.1.6

4/F, Sai Ying Pun Jockey Club Polyclinic,
134 Queen's Road West, Sai Ying Pun

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

کھانے کے اوقات

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا

دوپہر 12:00

(خواتین کی صحت کی خدمت) کے کھانے کے اوقات:

(جمعہ: دوپہر 2:00 - شام 5:30)

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

فیکس نمبر

2859 8280

2559 1703

چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھاں، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی،

مبیا کردہ خدمات کی

اقسام

* پہلی رجسٹریشن نیسان یوک بسپتال (Tsan Yuk Hospital) یا کوئین میری

بسپتال (Queen Mary Hospital) میں کرانی چاہیے

Tang Chi Ngong Maternal and Child Health Centre 4.1.7

4/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic, 284 Queen's Road
East, Wanchai

منگل تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفتنے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپہر 12:00

کھانے کے اوقات

2573 7585

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2147 0097

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی
دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ
بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

* پلی رجسٹریشن نسان یوک پسپتال (Tsan Yuk Hospital) یا کوئین میری
پسپتال (Queen Mary Hospital) میں کرانی چاہیے

Chai Wan Social Hygiene Clinic 4.1.8

West Wing LG5, Specialist Out-patient Block, Pamela
Youde Nethersole Eastern Hospital, 3 Lok Man Road,
Chai Wan, Hong Kong

پتہ

سوموار اور جمعہ: دوپہر 2:00 تا شام 5:30

بدھ: صبح 8:45 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

بر سیشن کے اختتام سے ایک گھنٹہ پہلے رجسٹریشن بند بو جاتی ہے

کھانے کے اوقات

کوئی تعین ملاقات درکار نہیں

معلوماتی نمبر

2595 7500

خدمت کے تعارف کی بائی
لائی

شخصی معانث، انتظام، علاج اور روک نہام اور جنسی طور پر منتقل ہونے
والی بیماریوں کا کنٹرول، صحت سے متعلق مشاورت، صحت کے علم کی
سرگرمیاں

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

Wan Chai Female Social Hygiene Clinic 4.1.9

پتہ	7/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic, 284 Queen's Road East, Wan Chai, Hong Kong
کھانے کے اوقات	سوموار: صبح 8:30 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 5:30 منگل تا جمعہ: صبح 8:45 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 5:30 ## بر سینش کے اختتام سے ایک گھنٹہ پہلے رجسٹریشن بند ہو جاتی ہے
معلوماتی نمبر	کوئی تعین ملاقات درکار نہیں
خدمت کے تعارف کی باث لائٹن	3103 2411
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	تشخیصی معائند، انظام، علاج اور روک تھام اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کا کنٹرول، صحت سے متعلق مشاورت، صحت کے علم کی سرگرمیاں

Aberdeen Methadone Clinic 4.1.10

پتہ	Aberdeen Jockey Club Clinic, 10 Aberdeen Reservoir Road, Aberdeen
کھانے کے اوقات	کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات
معلوماتی نمبر	2554 1865
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھائون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھائون کی دوا سازی

Eastern Street Methadone Clinic 4.1.11

45 Eastern Street, Sai Ying Pun	پتہ
کام کا وقت صبح 7:00 تا شام 3:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات	کہانے کے اوقات
2549 5108	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھائون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھائون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

Shau Kei Wan Methadone Clinic 4.1.12

Shau Kei Wan Jockey Club Clinic, 8 Chai Wan Road, Shau Kei Wan	پتہ
کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات	کہانے کے اوقات
2560 0582	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھائون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھائون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

Violet Peel Methadone Clinic 4.1.13

G/F, 2 O'Brien Road, Wan Chai	پتہ
کام کا وقت صبح 7:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات	کہانے کے اوقات
2835 1761	معلوماتی نمبر

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھائون کا علاج مہیا کرنا،
حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھائون کی دوا سازی

جزیرہ Hong Kong 4.2 (غیر سرکاری تنظیمیں)

Caritas Integrated Family Service Centre - Aberdeen 4.2.1

3/F, 20 Tin Wan Street, Aberdeen, Hong Kong

پتہ

سوموار، منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 5:00 تا شام 1:30

کھانے کے اوقات

بده اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00

بفٹے: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00

بکنگ اور معلومات کا
نمبر 2555 1993

فیکس نمبر 2814 0674

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام خاندانی منصوبہ بندی<https://www.caritas.org.hk/en/service/family>

ویب سائٹ

Caritas Integrated Family Service Centre - Shau Kei Wan 4.2.2

2/F, Aldrich Bay Integrated Services Building,
15 Aldrich Bay Road, Shau Kei Wan

پتہ

سوموار، بده اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 5:00 تا شام 1:30

کھانے کے اوقات

منگل اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00

بفٹے: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00

بکنگ اور معلومات کا
نمبر 2896 0302

فیکس نمبر 2505 5977

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام خاندانی منصوبہ بندی<https://www.caritas.org.hk/en/service/family>

ویب سائٹ

Hong Kong AIDS Foundation 4.2.3

5/F, Shau Kei Wan Jockey Club Clinic, 8 Chai Wan Road,
Shau Kei Wan, Hong Kong

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

پتہ

کہانے کے اوقات

2513 0513

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2560 4154

فیکس نمبر

HIV مشاورت اور ٹیسٹنگ (VCT) کی رضاکارانہ خدمت

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

<http://www.aids.org.hk/>

ویب سائٹ

Hong Kong Breast Cancer Foundation 4.2.4

21/F, Jupiter Tower, 9 Jupiter Street, North Point

سوموار تا ہفتہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 6:00

پتہ

کہانے کے اوقات

3143 7333

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2578 2725

فیکس نمبر

چھاتی کی صحت

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

<https://www.hkbcf.org/en/>

ویب سائٹ

Hong Kong Federation of Women's Centres 4.2.5

- Jockey Club Wah Fu Centre

*صرف چینی خدمت فرایم کی جانے کی

Unit S31 & S32, G/F & 1/F, Commercial Complex,
Wah Fu (II) Estate, Hong Kong

پتہ

سوموار تا جمعرات: صبح 9:30 تا شام 6:00

کہانے کے اوقات

جمعہ: دوپہر 2:00 تارات 9:00

2338 4366

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2338 4990

فیکس نمبر

نہیٰ صحت، جو کی کلب کا منصوبہ 'SPA' برائے خواتین کی فلاح و بہبود

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

<https://www.womencentre.org.hk/En/Services/>

ویب سائٹ

Jockey Club Mental Wellness Project for Women 4.2.6

2/F, New Clinical Building, Queen Mary Hospital,
Pokfulam

پڑھ

کھانے کے اوقات

بکنگ اور معلومات کا
نمبرمہیا کردہ خدمات کی
اقسام

ویب سائٹ

<https://www.jcwow.org/>

Mother's Choice 4.2.7

42B Kennedy Road, Mid-Levels, Hong Kong

پڑھ

کھانے کے اوقات

بکنگ اور معلومات کا
نمبر

فیکس نمبر

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام<https://www.motherschoice.org/>

ویب سائٹ

Po Leung Kuk Making Life Beautiful Integrated Health Centre 4.2.8

Room 1007-1008, 10/F, Hang Seng Bank
North Point Building, 341 Kings Road, North Point, HK

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 6:00

بفہر: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00

3589 5088

3643 0012

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، چہاتی کی صحت، سرویسکل کینسر کی سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش دیکھ بھاں، بیٹھیوں کی صحت اور تصلب العظام، سین پاس، دبندی صحت، جنسی صحت، خاندانی منصوبہ بندی

<https://www.poleungkuk.org.hk/en/service/medical-and-integrated-health/medical-services/medical-services-making-life-beautiful-integrated-health-centre>

پتہ

کھانے کے اوقات

بکنگ اور معلومات کا
نمبر

فیکس نمبر

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

ویب سائٹ

The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong 4.2.9

*صرف چینی خدمت فرایم کی جائے گی

Room 908, Tung Che Commercial Centre,
246 Des Voeux Road West, Sai Ying Pun, Hong Kong

صرف نئیں ملاقات کے لیے

2541 2366

2851 7721

چہاتی کی صحت، بیٹھیوں کی صحت اور تصلب العظام، کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ، ویکسین کا انجکشن، کینسر کی روک تھام کا علم

پتہ

کھانے کے اوقات

بکنگ اور معلومات کا
نمبر

فیکس نمبر

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

ویب سائٹ

<https://ccassohk.org.hk/>

The Family Planning Association of Hong Kong 4.2.10
— Wan Chai Clinic

G/F, Southern Centre, 130 Hennessy Road, Wan Chai	پنہ
8:00 صبح: 9:00 تا رات 9:00 سوموار تا جمعہ	کھانے کے اوقات
5:00 شام: 9:00 تا شام 9:00 بنفہ: صبح	بکنگ اور معلومات کا نمبر
(2572 2222) 2919 7777 (معلومات)	فیکس نمبر
2904 7425	ان خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے جو مانع حمل کی مشق کر رہی ہیں، شادی شدہ ہیں، یا 26 سال یا اس سے زیادہ عمر کی ہیں چھاتی اور پیڑو کا معانہ، چھاتی کا خود معانہ، پیپ ٹیسٹ، پیڑو کی اثر اساؤنڈ سکریننگ، HPV ویکسینیشن، حمل کا ٹیسٹ، ابتدائی حمل کا انداز، NIFTY پرو، مانع حمل، بنگامی مانع حمل، حمل کا خاتمه، خواتین کی جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ، HIV ٹیسٹ
https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/wan-chai-clinic-g-f	ویب سائٹ

The Family Planning Association of Hong Kong 4.2.11
— Wan Chai Sexual & Reproductive Health Centre

9/F, Southern Centre, 130 Hennessy Road, Wan Chai	پنہ
صرف تعین ملاقات سے	کھانے کے اوقات
2572 2222	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2919 7776	فیکس نمبر
چھاتی اور پیڑو کا معانہ، چھاتی کا خود معانہ، پیپ ٹیسٹ، پیڑو کی اثر اساؤنڈ سکریننگ، HPV ویکسینیشن، شادی سے قبل جسمانی معانہ، حمل سے قبل جسمانی معانہ، بٹی کی کلافت کی پیمائش، سن یاں کی خدمت (بیشمول بٹی کی کلافت کی پیمائش اور بارمون کی دوا)، جنسی تہر اپی، خواتین کی جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ، HIV ٹیسٹ، کم بار اوری کی خدمت، بیبیانٹس B کی تشخیص، غذائی خدمت	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/wan-chai-sexual-reproductive-health-centre-9-f	ویب سائٹ

The Family Planning Association of Hong Kong 4.2.12
 — Wan Chai Youth Health Care Centre

8/F, Southern Centre, 130 Hennessy Road, Wan Chai

پتہ	کہانے کے اوقات	صرف تعین ملاقات سے
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2575 4799	
فیکس نمبر	2919 7768	
* 26 سال سے کم عمر کی غیر شادی شدہ خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے باز تخلیقی صحت کا معافانہ اور پیپ ٹیسٹ، HPV ویکسینیشن، خون کے ٹیسٹ اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ کا پیکچ، بندگامی مانع حمل، حمل سے متعلق مشاورت، حمل سے متعلق حوالہ اور مشاورت کا اختتام، انفرادی شہوائیت کے لیے مشاورت، جنسی زیادتی کا شکار افراد کے لیے مشاورت، ڈیٹنگ اور جنسی تعلق کے لیے مشاورت، مانع حمل کے لیے صلاح کاری		
		مہیا کردہ خدمات کی اقسام
ویب سائٹ	https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/wan-chai-youth-health-care-centre	

TWGHs Medical Centre (North Point) 4.2.13

11/F, China United Centre, 28 Marble Road, North Point, Hong Kong

پتہ	کہانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	3703 5680	بفتنہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00
فیکس نمبر	2157 9053	
کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، چہاتی کی صحت، سرویکل کینسر کی سکریننگ، بیٹیوں کی صحت اور تصلب العظام، سن یاں اقسام		مہیا کردہ خدمات کی اقسام
ویب سائٹ	https://www.tungwah.org.hk/en/medical/mh-introduction/screening/well-women-clinic/	

4.3 کولون مشرقی علاقہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینک (Department of Health)

Lam Tin Woman Health Centre 4.3.1

پتہ	6/F, Lam Tin Polyclinic, 99 Kai Tin Road, Lam Tin
کھانے کے اوقات	سوموار نا جمعہ: صبح 9:00 - دوپر 1:00، شام 5:30 - 2:00 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 - دوپر 12:00
معلوماتی نمبر	2952 9829
خدمت کے تعارف کی بائی لائن	2727 5332
فیکس نمبر	2346 1334
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت

East Kowloon Maternal and Child Health Centre 4.3.2

پتہ	1/F, East Kowloon Polyclinic, 160 Hammer Hill Road, Diamond Hill
کھانے کے اوقات	منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 - دوپر 12:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2321 7822 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملقات)
فیکس نمبر	2324 9077
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	سرویکل سکریننگ، بعد از پیدائش کی دیکھ بھال*، چھاتی کا دودھ پلانر کی تربیت کی خدمات، صحت کا علم اور مشاورت * اسفار حمل کے درمیانی وقفہ کی دیکھ بھال کی کوئی خدمت فراہم نہیں کی گئی

Kowloon City Maternal and Child Health Centre 4.3.3

4/F Kowloon City Health Centre, Kowloon City
Government Offices, 42 Bailey Street, Hung Hom

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 5:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفتے غیر عوامی تعطیل:
صبح 9:00 - دوپیر 12:00

کھانے کے اوقات

3572 0766

3166 6631

بکنگ اور معلومات کا
نمبر

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملقات)

3572 0844

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہم اور بعد از پیدائش کی
دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ
بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

* پلی رجسٹریشن کوئنین الزینتہ بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں کرانی چاہیے

Kwun Tong Maternal and Child Health Centre 4.3.4

LG Floor, Kwun Tong Community Health Centre Building,
60 Hip Wo Street, Kwun Tong, Kowloon

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 5:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفتے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا
دوپیر 12:00

کھانے کے اوقات

2750 4270

2750 1378

بکنگ اور معلومات کا
نمبر

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملقات)

2148 7514

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہم اور بعد از پیدائش کی
دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ
بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

* یونائیٹڈ کرسچین بسپتال (United Christian Hospital) میں بچہ کی
پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، براہ مہربانی
ذاتی طور پر یا بذریعہ فون 2750 1378 / 2750 4270 پلی سے
تعین ملقات کریں۔

کوئنین الزینتہ بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں بچہ کی
پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پلی رجسٹریشن
بسپتال میں کرانی چاہیے۔

Lam Tin Maternal and Child Health Centre 4.3.5

1/F, Lam Tin Polyclinic, 99 Kai Tin Road, Lam Tin

پتہ

سومنوار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفتنے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپر 12:00

کھانے کے اوقات

2346 2708

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2243 7939

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھاں، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت

* یونائیٹ کرسچین بسپتال (United Christian Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، براہ مہربانی ذاتی طور پر یا بذریعہ فون 2346 2708 پہلے سے تعین ملاقات کریں۔

مہیا کردہ خدمات کی اقسام

کوئین الیزابت بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن بسپتال میں کرانی چاہیے۔

Robert Black Maternal and Child Health Centre 4.3.6

1/F, Robert Black Health Centre, 600 Prince Edward Road East, San Po Kong

پتہ

سومنوار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفتنے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپر 12:00

کھانے کے اوقات

2718 2597

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2716 5839

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھاں، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی اقسام

* پہلی رجسٹریشن کوئین الیزابت بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں کرانی چاہیے

Wang Tau Hom Maternal and Child Health Centre 4.3.7

G/F, Wang Tau Hom Jockey Club Clinic,
200 Junction Road, Wang Tau Hom

پنہ

پنہ	کھانے کے اوقات	سوماں، بده اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30 (خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات: بده دوپہر 2:00 تا شام 5:30)
بکنگ اور معلومات کا نمبر	3143 7180 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)	فیکس نمبر
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	2794 4527 چہاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، [*] چہاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بنڈی، خواتین کی صحت کا معافہ، صحت کا علم اور مشاورت	
	* اسفار حمل کے درمیانی وقہ کی کوئی خدمت فرایم نہیں کی گئی	

Wu York Yu Maternal and Child Health Centre 4.3.8

1/F, Wu York Yu Health Centre, 55 Sheung Fung Street,
Wong Tai Sin

پنہ

پنہ	کھانے کے اوقات	سوماں تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30 ہر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا 12:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2325 5224 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)	فیکس نمبر
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	سرویکل سکریننگ، بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، [*] چہاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بنڈی، صحت کا علم اور مشاورت * اسفار حمل کے درمیانی وقہ کی کوئی خدمت فرایم نہیں کی گئی	

Yung Fung Shee Social Hygiene Clinic 4.3.9

4/F, Yung Fung Shee Memorial Centre,
79 Cha Kwo Ling Road, Kwun Tong, Kowloon

پتہ

منگل اور جمعرات: صبح 8:45 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30

کھانے کے اوقات

پر سیشن کے اختتام سے ایک گھنٹہ پہلے رجسٹریشن بند ہو جاتی ہے

معلوماتی نمبر

کوئی تعین ملاقات درکار نہیں

خدمت کے تعارف کی

2727 8315

باث لائن

تشخصی معافی، انظام، علاج اور روک تھام اور جنسی طور پر منتقل ہونے

مہیا کردہ خدمات کی

والی بیماریوں کا کنٹرول، صحت سے متعلق مشاورت، صحت کے علم کی

اقسام

سرگرمیاں

Kwun Tong Methadone Clinic 4.3.10

Kwun Tong Methadone Clinic, 463 Kwun Tong Road,
Kwun Tong

پتہ

کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک،

کھانے کے اوقات

سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات

معلوماتی نمبر

2345 7103

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا،

مہیا کردہ خدمات کی

حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی

اقسام

Ngau Tau Kok Methadone Clinic 4.3.11

Ngau Tau Kok Jockey Club Clinic, 60 Ting On Street,
Ngau Tau Kok

پتہ

کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک،

کھانے کے اوقات

سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات

معلوماتی نمبر

2318 0976

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا،

مہیا کردہ خدمات کی

حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی

اقسام

Robert Black Methadone Clinic 4.3.12

Robert Black Health Centre, 600 Prince Edward Road
East, San Po Kong

پتہ

کہانے کے اوقات

کام کا وقت صبح 7:00 تا رات 10:00 بجے تک،
سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات

2716 5211

معلوماتی نمبر

مہیا کرده خدمات کی

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو مینہائون کا علاج مہیا کرنا،
بحالی یا سم ربانی کی نہادی کے لیے مینہائون کی دوا سازی

اقسام

Wu York Yu Methadone Clinic 4.3.13

Wu York Yu Health Centre, 55 Sheung Fung Street,
Tsz Wan Shan

پتہ

کہانے کے اوقات

کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک،
سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات

2329 7306

معلوماتی نمبر

مہیا کرده خدمات کی

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو مینہائون کا علاج مہیا کرنا،
بحالی یا سم ربانی کی نہادی کے لیے مینہائون کی دوا سازی

اقسام

4.4 کولون مشرقی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)

Caritas Integrated Family Service Centre - Tung Tau 4.4.1 (Wong Tai Sin South West)

پتہ	1/F, Tung Tau Community Centre, 26 Lok Sin Road, Wong Tai Sin, Kowloon
کھانے کے اوقات	سوموار، منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 5:00 تا شام 1:30 بده اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00 بفتنہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2383 3377
فیکس نمبر	2383 2985
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	خاندانی منصوبہ بندی
ویب سائٹ	https://www.caritas.org.hk/en/service/family

Hong Kong Breast Cancer Foundation 4.4.2

پتہ	G/F, 28 Lung Cheung Road, Ngau Chi Wan, Kowloon
کھانے کے اوقات	سوموار تا بفتنہ: صبح 10:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 6:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2597 3200
فیکس نمبر	2597 5200
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	چھاتی کی صحت
ویب سائٹ	https://www.hkbcf.org/en/

Hong Kong Women Christian Council 4.4.3

پتہ	17, UG/F, Lok Tai House, Lok Fu Estate, Wong Tai Sin
کھانے کے اوقات	صرف تعین ملاقات کے لیے
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2721 0477
فیکس نمبر	2721 1438
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	ذبیٰ صحت، جنسی صحت
ویب سائٹ	https://hkwcc.org.hk/

Mental Health Association of Hong Kong 4.4.4

9/F, Kai Nang Integrated Rehabilitation Service Complex,
4 Fuk Tong Road, Kwun Tong, Kowloon

پتہ

سوموار تا بده اور جمعہ: صبح 9:00 تا شام 6:00

جمعرات: دوپر 1:00 تا رات 9:00

بفہر: دوپر 1:00 تا شام 5:00

کھانے کے اوقات

بکنگ اور معلومات کا
نمبر 2346 3798

فیکس نمبر 2348 2428

بعد از پیدائش مزاج کے چیلنجز کا سامنا کرنے والی خواتین کے لیے معاونت
مہیا کردہ خدمات کی اقسام

ویب سائٹ <http://www.mhahk.org.hk>

Mother's Choice 4.4.5

Units A, 21/F, Legend Tower, 7 Shing Yip Street,
Kwun Tong, Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات صرف تعین ملاقات کے لیے

بکنگ اور معلومات کا
نمبر 3915 5750 (معلومات)
2313 5678 (باث لان)

فیکس نمبر 5633 5678 (Whatsapp)

2537 7151

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام جنسی صحت، خاندانی منصوبہ بندی

ویب سائٹ <https://www.motherschoice.org/>

Po Leung Kuk Medical and Integrated Health Services 4.4.6 Cheerful Court Integrated Health Centre

1/F, Cheerful Court, 55 Choi Ha Road,
Ngau Tau Kok, Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات صرف تعین ملاقات کے لیے

بکنگ اور معلومات کا

نمبر 2713 1128

فیکس نمبر

2713 1171

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، چھاتی کی صحت، سرویکل کینسر کی سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش دیکھہ بھاں، بیٹھوں کی صحت اور تصلب العظام، سن یاس، ذہنی صحت، جنسی صحت، خاندانی منصوبہ بنندی

<https://www.poleungkuk.org.hk/en/service/medical-and-integrated-health/medical-services/medical-services-cheerful-court-integrated-health-centre>

ویب سائٹ

The Family Planning Association of Hong Kong 4.4.7 - Ma Tau Chung Clinic

105 Ma Tau Chung Road, Kowloon

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا رات 8:00

بفتنہ: صبح 9:00 تا شام 5:00

کھانے کے اوقات

بکنگ اور معلومات کا

نمبر 2711 9271

2572 2222

فیکس نمبر

2712 8528

* ان خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے جو مانع حمل کی مشق کر رہی ہیں، شادی شدہ ہیں، یا 26 سال با اس سے زیادہ عمر کی ہیں چھاتی اور پیڑو کا معانہ، چھاتی کا خود معانہ، پیپ ٹیسٹ، پیڑو کی التر اساؤنڈ سکریننگ، HPV ویکسینشن، حمل کا ٹیسٹ، ابتدائی حمل کا اندازہ، NIFTY یرو، مانع حمل، بنگامی مانع حمل، حمل کا خاتمہ، بیٹھوں کی صحت، سن یاس کی خدمت (شمول بڈی کی کٹافت کی پیمائش اور بارمون کی دو اور، خواتین کی جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ، HIV ٹیسٹ

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

براءہ مہربانی درج ذیل خدمات کے لیے 2572 2222 بر کال کریں: غذائیت سے متعلق خدمت، شادی سے قبل جسمانی معانہ، حمل سے قبل جسمانی معانہ، کم بار اوری کی خدمت

<https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/ma-tau-chung-clinic-1-f>

ویب سائٹ



The Family Planning Association of Hong Kong 4.4.8 — Wong Tai Sin Clinic

G/F, 1-2 Lung On House, Lower Wong Tai Sin Estate II,
Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا رات 8:00 بفتنہ: صبح 9:00 تا شام 5:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2326 2447 (معلومات) 2572 2222 (بکنگ)
فیکس نمبر	2321 2371

* ان خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے جو مانع حمل کی مشق کر رہی ہیں، شادی شدہ ہیں، یا 26 سال یا اس سے زیادہ عمر کی ہیں چہاٹی اور پیٹھو کا معافانہ، چھاتی کا خود معافانہ، پیپ ٹیسٹ، پیٹھو کی الثرازوٹ سکینٹگ، HPV ویکینیشن، حمل کا ٹیسٹ، ابتدائی حمل کا اندازہ، NIFTY پرو، کم بار اوى کی خدمت، مانع حمل، بنگامی مانع حمل، حمل کا خاتمه، پیٹھوں کی صحت، سن پاس کی خدمت (شمول بڈی کی کٹافت کی پیمائش اور بارمون کی دوا)، خواتین کی جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ، HIV ٹیسٹ

<https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/wong-tai-sin-clinic>

ویب سائٹ

United Christian Nethersole Community Health Service to 4.4.9 Bradbury Kwong Tin Community Health Centre

Unit 203, Kwong Tin Shopping Centre, Kwong Tin,
Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00 بفتنہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2340 3022
فیکس نمبر	2348 9130

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، سرویکل کینسر کی سکریننگ، پیٹھوں کی صحت اور تصلیب العظام، خواتین کی صحت کے معافانہ کے منصوبہ جات

<http://www.ucn.org.hk/?l=e&f=>

ویب سائٹ

United Christian Nethersole Community Health Service to 4.4.10
 Jockey Club Wo Lok Community Health Centre

Unit 26-33, G/F, Kui On House, Wo Lok Estate,
 Kwun Tong, Kowloon

پتہ

سوموار، بده اور جمعہ: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر
 5:30 تا شام 2:00

کھانے کے اوقات

جمعرات: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 7:00

بفٹہ: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00

2344 3444

بکنگ اور معلومات کا

5625 3918 (WhatsApp)

نمبر

2348 9130

فیکس نمبر

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، سرویکل کینسر کی سکریننگ،
 بیوں کی صحت اور تصلب العظام، خواتین کی صحت کے معانہ کے
 منصوبہ جات، کمبوٹنی کی غذائی خدمت

مہیا کردہ خدمات کی
 اقسام

<http://www.ucn.org.hk/?l=e&f=>

ویب سائٹ

بیوں
 علاج
 کی
 مفری

4.5 کولون مغربی علاقہ (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)

West Kowloon Maternal and Child Health Centre 4.5.1

پنہ	2/F, West Kowloon Health Centre, Cheung Sha Wan Government Offices, 303 Cheung Sha Wan Road, Sham Shui Po
کھانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00 (خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات: بدھ صبح 9:00 تا دوپر 1:00)
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2150 7260 / 2150 7270 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات) 2784 1669
فیکس نمبر	چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از بیداش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	* پرنسز مارگاریٹ بسپتال (Princess Margaret Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن کوئین الزبٹہ بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن بسپتال میں کرانی چاہیے۔

Yaumatei Maternal and Child Health Centre 4.5.2

پنہ	1/F, 10 Yan Cheung Road, Yaumatei
کھانے کے اوقات	سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2770 0044 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات) 2374 1361
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از بیداش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	* پہلی رجسٹریشن کوئین الزبٹہ بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں کرانی چاہیے

Yau Ma Tei Female Social Hygiene Clinic 4.5.3

3/F, Yau Ma Tei Jockey Club Polyclinic,
145 Battery Street, Yau Ma Tei, Kowloon

پتہ

سوموار: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

منگل: دوپہر 2:00 تا شام 5:30، شام 5:30 تا رات 8:30

بده، جمعرات اور جمعہ: صبح 8:45 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

کھانے کے اوقات

بر سیشن کے اختتام سے ایک گھنٹہ پہلے رجسٹریشن
بند ہو جاتی ہے

کوئی تعین ملاقات درکار نہیں

معلوماتی نمبر

2388 6634

خدمت کے تعارف کی
باث لائنز

تشخیصی معانہ، انتظام، علاج اور روک تھام اور جنسی طور پر منتقل ہونے
والی بیماریوں کا کنٹرول، صحت سے متعلق مشاورت، صحت کے علم کی
سرگرمیاں

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

Ho Man Tin Methadone Clinic 4.5.4

50 Princess Margaret Road, Ho Man Tin

پتہ

کام کا وقت صبح 7:00 تا شام 3:00 بجے تک،
سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات

کھانے کے اوقات

2713 6091

معلوماتی نمبر

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا،
حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

Hung Hom Methadone Clinic 4.5.5

Hung Hom Clinic, 22 Station Lane, Hung Hom

پتہ

کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک،
سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات

کھانے کے اوقات

2333 8957

معلوماتی نمبر

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا،
حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

Sham Shui Po Methadone Clinic 4.5.6

Sham Shui Po Public Dispensary, 137 Yee Kuk Street, Sham Shui Po	پتہ
کام کا وقت صبح 7:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، پشمول عوامی تعطیلات	کھانے کے اوقات
3468 2938	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھائون کا علاج مہیا کرنا، بھالی یا سم ربانی کی نہر اپی کے لیے میتھائون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

Yau Ma Tei Methadone Clinic 4.5.7

Yau Ma Tei Jockey Club Polyclinic, 145 Battery Street, Yau Ma Tei, Kowloon	پتہ
کام کا وقت دوپر 3:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، پشمول عوامی تعطیلات	کھانے کے اوقات
2770 2584	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھائون کا علاج مہیا کرنا، بھالی یا سم ربانی کی نہر اپی کے لیے میتھائون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

4.6 کولون مغربی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)

Aids Concern Foundation Limited 4.6.1

17B, Block F, 3 Lok Man Road, Chai Wan, Hong Kong	پتہ
سوموار تا جمعہ: صبح 9:30 تا دوپر 12:30، دوپر 2:00 تا شام 6:00، شام 7:00 تا رات 10:00	کھانے کے اوقات
بفٹے اور متبادل انوار: دوپر 2:00 تا شام 5:00	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2394 6677	فیکس نمبر
2505 1682	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
نہنی صحت، جنسی صحت، HIV ٹیسٹ	ویب سائٹ
https://aidsconcern.org.hk/en/	

Hong Kong Single Parents Association 4.6.2

*صرف چینی خدمت فراہم کی جائے گی

Unit G1-G7, Tung Moon House, Tai Hang Tung Estate,
Shek Kip Mei, Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا شام 6:30

بفٹے: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 6:30

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

ذہنی صحت

ویب سائٹ

<http://www.hkspa.org.hk>Hong Kong Young Women's Christian Association 4.6.3
Women Affairs TeamNo. 66 Begonia Road, Yau Yat Chuen, Kowloon Tong,
Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات

سوموار تا جمعہ: صبح 10:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تارات 8:30

بفٹے صبح 10:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

چھاتی کی صحت، ذہنی صحت، اختتام شادی کے لیے خواتین کو قانونی
مشاورت کی خدمت

ویب سائٹ

<https://www.ywca.org.hk/services?nid=10>

Kwong Wah Hospital Well Women Clinic 4.6.4

4/F, TWGHs Tsui Tsin Tong Outpatient Building,
Kwong Wah Hospital, 25 Waterloo Road, Kowloon

پتہ

کھانے کے اوقات

سوموار تا جمعہ: صبح 8:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00

بفٹے: صبح 8:00 تا دوپہر 1:00

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، چھاتی کی صحت، سرویکل
کینسر کی سکریننگ، بیٹیوں کی صحت اور تصلب العظام، سن یاس

ویب سائٹ

<https://www.tungwah.org.hk/en/medical/mh-introduction/>[screening/well-women-clinic/](https://www.tungwah.org.hk/en/medical/mh-introduction/screening/well-women-clinic/)

PathFinders Limited 4.6.5

* صرف انگریزی خدمت فرایم کی جائے گی

Unit 11C, Worldwide Centre, 123 Tung Chau Street,
Tai Kok Tsui, Kowloon, Hong Kong

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 10:00 تا شام 6:00

کھانے کے اوقات

5190 4886

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2393 2422

فیکس نمبر

* صرف مہاجر گھر بیلو ملازمین کے لیے
اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھاں، خاندانی
منصوبہ بندی

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

<https://www.pathfinders.org.hk/en/office>

ویب سائٹ

Sham Shui Po District Council Po Leung Kuk Shek Kip Mei 4.6.6 Community Services Centre

Shop No. 101, Mei Kwai House, Shek Kip Mei Estate, 13
Pak Tin Street, Sham Shui Po, Kowloon

پتہ

سوموار تا بقہ: صبح 10:00 تا دوپہر 2:00، دوپہر 3:00 تا شام 7:00

کھانے کے اوقات

انوار اور عوامی تعطیلات: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2390 2711

فیکس نمبر

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، چہاتی کی صحت، سرویکل
کینسر کی سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش دیکھ
بھاں، بیٹوں کی صحت اور تصلب العظام، سین باس، ذہنی صحت، جنسی
صحت، خاندانی منصوبہ بندی

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

<https://www.poleungkuk.org.hk/en/service/medical-and-integrated-health/medical-services/medical-services-sham-shui-po-medical-services>

ویب سائٹ

The Family Planning Association of Hong Kong 4.6.7 - Mong Kok Youth Health Care Centre	پتہ
Room A, 13/F, Full Win Commercial Centre, 573 Nathan Road, Kowloon	کھانے کے اوقات
2770 4994	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2771 7822	فیکس نمبر
* 26 سال سے کم عمر کی غیر شادی شدہ خواتین کو خدمت مہیا کی جائی سے	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
باز تخلیقی صحت کا معانہ اور پیپ ٹیسٹ، HPV ویکسینیشن، مانع حمل کے لیے صلاح کاری، بنگاگامی مانع حمل، حمل سے متعلق صلاح کاری، حمل سے متعلق حوالہ اور مشاورت کا اختتام، انفرادی شہوانیت کے لیے مشاورت، جنسی زیادتی کا شکار افراد کے لیے مشاورت، ڈینٹنگ اور جنسی تعلق کے لیے مشاورت، خون کے ٹیسٹ اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ کا پیکیج	ویب سائٹ
https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/mong-kok-youth-health-care-centre	ویب سائٹ

United Christian Nethersole Community Health Service 4.6.8 - UCN Jordan Health Centre	پتہ
13/F, Sino Cheer Plaza, No. 23 Jordan Road, Kowloon	کھانے کے اوقات
سوموار نا جمعرات: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 6:00	بکنگ اور معلومات کا نمبر
جمعہ: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 7:00	فیکس نمبر
بفہرست: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
2770 8365	ویب سائٹ
5628 5198 (WhatsApp)	ویب سائٹ
2348 9130	ویب سائٹ
کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، سرویکل کینسر کی سکریننگ، بٹیوں کی صحت اور تصلب العظام، نبپی صحت، کمپونٹی کی غذائی خدمت، خواتین کی صحت کے معانہ کے منصوبہ جات	ویب سائٹ
http://www.ucn.org.hk/?l=e&f=	ویب سائٹ

4.7 نئے خطے مشرقی علاقے (محکمہ صحت) کے تحت کلینیک (Department of Health)

Fanling Maternal and Child Health Centre 4.7.1

3/F & 5/F, Fanling Health Centre,
2 Pik Fung Road, Fanling

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپیر 12:00

کھانے کے اوقات

(خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات:

سوموار دوپیر 2:00 تا شام 5:30، جمعہ صبح 9:00 تا دوپیر 1:00)

2677 6484

2671 9563

3166 6631

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2677 2565

فیکس نمبر

چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانس کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی اقسام

* پرنس آف ولز سپتال (Prince of Wales Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن بسپتال میں یا بذریعہ فون 9563 2671 کرانی چاہیے۔

Lek Yuen Maternal and Child Health Centre 4.7.2

2/F, Lek Yuen Health Centre, 9 Lek Yuen Street, Shatin

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپیر 12:00

کھانے کے اوقات

(خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات:

منگل مکمل دن اور جمعہ دوپیر 2:00 - شام 5:30

2692 8741

2692 8286

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

3166 6631

2604 5250

فیکس نمبر

چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانس کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی اقسام

* پرنس آف ولز سپتال (Prince of Wales Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن بسپتال میں یا بذریعہ فون 2692 8741 2692 کرانی چاہیے۔

Ma On Shan Maternal and Child Health Centre 4.7.3	
1/F, Ma On Shan Health Centre, 609 Sai Sha Road, Ma On Shan	پتہ
سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30: بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپہر 12:00: (خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات: جمعرات صبح 9:00 تا دوپہر 1:00)	کھانے کے اوقات
2640 4724 2641 3843 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات) 3166 6631	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2640 0641	فیکس نمبر
چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی بیکھ بھاں*، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت	مہبا کردہ خدمات کی اقسام
* پرنس آف ولز بسپتال (Prince of Wales Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن بسپتال میں یا بذریعہ فون 2640 4724 کرانی چاہیے۔	
Tseung Kwan O Po Ning Road Maternal and Child Health Centre 4.7.4	
1/F, Tseung Kwan O Po Ning Road Health Centre, 28 Po Ning Road, Tseung Kwan O	پتہ
سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30: بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپہر 12:00: (خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات: بده صبح 9:00 تا دوپہر 1:00)	کھانے کے اوقات
2191 1086 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2191 1486	فیکس نمبر
چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی بیکھ بھاں*، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت	مہبا کردہ خدمات کی اقسام
* یونائیٹڈ کریسچین بسپتال (United Christian Hospital) یا ٹسیناونگ کوان او بسپتال (Tseung Kwan O Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، براہ مہربانی ذاتی طور پر یا بذریعہ فون 2191 1086 پر پہلے سے تعین ملاقات کریں کوئین الزیتھ بسپتال (Queen Elizabeth Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن بسپتال میں کرانی چاہیے	

Wong Siu Ching Maternal and Child Health Centre 4.7.5

1/F, Wong Siu Ching Clinic, 1 Po Wu Lane, Tai Po

پنہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل:

صبح 9:00 تا دوپہر 12:00

کھانے کے اوقات

2652 3745

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2658 4461

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از بیڈاں کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی

* پرنس آف ولز بسپتال (Prince of Wales Hospital) میں بچہ کی بیڈاں کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پبلی رجسٹریشن بسپتال میں یا بذریعہ فون 2652 3744 کرانی چاہیے۔

اقسام

Fanling Social Hygiene Clinic 4.7.6

6/F, Fanling Health Centre, 2 Pik Fung Road,

Fanling, New Territories

پنہ

سوموار: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

منگل، بده، جمعرات اور جمعہ: صبح 8:45 تا دوپہر 1:00،

دوپہر 2:00 تا شام 5:30

کھانے کے اوقات

بر سیشن کے اختتام سے ایک گھنٹہ پلے رجسٹریشن بند بو جاتی ہے

کوئی تعین ملاقات درکار نہیں

معلوماتی نمبر

2639 1437

خدمت کے تعارف کی باث

لائن

تشخیصی معائنے، انتظام، علاج اور روک تھام اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کا کنٹرول، صحت سے متعلق مشاورت، صحت کے علم کی سرگرمیاں

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

Sha Tin (Tai Wai) Methadone Clinic 4.7.7

Sha Tin (Tai Wai) Clinic, 2 Man Lai Road, Tai Wai, Sha Tin	پنہ
کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات	کھانے کے اوقات
2604 5355	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

Shek Wu Hui Methadone Clinic 4.7.8

Shek Wu Hui Jockey Club Clinic, 108 Jockey Club Road, Sheung Shui	پنہ
کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات	کھانے کے اوقات
2671 9484	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

Tai Po Methadone Clinic 4.7.9

Tai Po Jockey Club Clinic, 37 Ting Kok Road, Tai Po	پنہ
کام کا وقت شام 6:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، بشمول عوامی تعطیلات	کھانے کے اوقات
2664 5020	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

4.8 نئے خطے مشرقی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)

Caritas Dr. & Mrs. Olinto de Sousa Integrated Family 4.8.1 Service Centre

Units 101-107, G/F, Block A, Herring Gull House,
Cha Kok Estate, Shatin

پتہ

سوموار، منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا
شام 5:00

کھانے کے اوقات

بدھ اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00
بچتہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00

بکنگ اور معلومات کا
نمبر 2649 2977

فیکس نمبر 2686 8740

مہیا کردہ خدمات کی
خاندانی منصوبہ بندی اقسام

<https://www.caritas.org.hk/en/service/family> ویب سائٹ

Caritas Integrated Family Service Centre - Fanling 4.8.2

3/F & 4/F, Fanling South Government Complex,
7 Wo Ming Lane, Fanling

پتہ

سوموار، منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا
شام 5:00

کھانے کے اوقات

بدھ اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00
بچتہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00

بکنگ اور معلومات کا
نمبر 2669 2316

فیکس نمبر 2676 2273

مہیا کردہ خدمات کی
خاندانی منصوبہ بندی اقسام

<https://www.caritas.org.hk/en/service/family> ویب سائٹ

United Christian Nethersole Community Health Service 4.8.3
 - Kwong Fuk Community Health Centre

19, G/F, Kwong Yan House, Kwong Fuk Estate, Tai Po,
 New Territories

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:30 تا شام 7:00
 بفتنہ: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00

کھانے کے اوقات

2638 3846
 6226 5342 (WhatsApp)

بکنگ اور معلومات کا
 نمبر

2348 9130

فیکس نمبر

کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، سرویکل کینسر کی سکریننگ،
 بڈیوں کی صحت اور تصلب العظام، کمیونٹی کی غذائی خدمت، خواتین کی
 صحت کے معانہ کے منصوبہ جات

مہیا کردہ خدمات کی
 اقسام

<http://www.ucn.org.hk/?l=e&f=>

ویب سائٹ

4.9 نئے خطے مغربی علاقے
 (محکمہ صحت) Department of Health (کے تحت کلینیک)

Tuen Mun Woman Health Centre 4.9.1

Yan Oi Polyclinic, 4 Tuen Lee Street, Tuen Mun

پتہ

سوموار تا جمعہ صبح 9:00 - دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 - شام 3:30

بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفتنہ غیر عوامی تعطیلی:
 صبح 9:00 - دوپہر 12:00

کھانے کے اوقات

2451 5310

معلوماتی نمبر

2451 6667

خدمت کے تعارف کی بائی
 لائنز

2459 4593

فیکس نمبر

چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، صحت کا علم اور مشاورت، خواتین
 کی صحت کا معانہ

مہیا کردہ خدمات کی
 اقسام



Madam Yung Fung Shee Maternal and Child Health Centre 4.9.2

1/F, Madam Yung Fung Shee Health Centre,
26 Sai Ching Street, Yuen Long

پنہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

بر ماں کے دوسرے اور جو تھے بفتے غیر عوامی تعطیل:
صبح 9:00 تا دوپہر 12:00

کھانے کے اوقات

2443 8421

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2474 9285

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی
دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ
بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

* ٹیون من بسپتال (Tuen Mun Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی
منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن ذاتی طور
پر یا بذریعہ فون 2443 8421 کرانی چاہیے۔

North Kwai Chung Maternal and Child Health Centre 4.9.3

1/F, North Kwai Chung Clinic, 125 Tai Pak Tin Street,
Kwai Chung

پنہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30

بر ماں کے دوسرے اور جو تھے بفتے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا
دوپہر 12:00

کھانے کے اوقات

2418 8550

3166 6631

(سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)

2425 9540

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی
دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ
بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

* پہلی رجسٹریشن پرنسز مارگاریٹ بسپتال (Princess Margaret Hospital) میں کرانی چاہیے

South Kwai Chung Maternal and Child Health Centre 4.9.4	
1/F, South Kwai Chung Jockey Club Polyclinic, 310 Kwai Shing Circuit, Kwai Chung	پتہ
سوموار اور بده: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00 (خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات: بده دوپر 2:00 تا شام (5:30)	کھانے کے اوقات
2615 7350 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات) 3166 6631 2406 9664	بکنگ اور معلومات کا نمبر فیکس نمبر
چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، *، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور مشاورت اسفار حمل کے درمیانی وقفہ کی کوئی خدمت فراہم نہیں کی گئی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
Tin Shui Wai Maternal and Child Health Centre 4.9.5	
1/F, Tin Shui Wai Health Centre, 3 Tin Shui Road, Tin Shui Wai	پتہ
سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30 بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00	کھانے کے اوقات
2448 5580 2445 6835 3166 6631 2616 4129	بکنگ اور معلومات کا نمبر فیکس نمبر
سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، *، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت * ٹیون من بیسپتال (Tuen Mun Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پبلی رجسٹریشن ذاتی طور پر یا بذریعہ فون 2448 5580 / 2445 6834 کرانی چاہیے۔	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

Tsing Yi Maternal and Child Health Centre 4.9.6

3/F, Cheung Hong Commercial Complex, Phase I,
Cheung Hong Estate, Tsing Yi

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30
بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل:
صبح 9:00 تا دوپہر 12:00
(خواتین کی صحت کی خدمت کے کھانے کے اوقات:
سوموار دوپہر 2:00 تا شام (5:30)

کھانے کے اوقات

2497 0431

بکنگ اور معلومات کا

نمبر 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملact)

2434 4065

فیکس نمبر

چھاتی کی صحت، سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد
از پیدا شدن کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات،
خاندانی منصوبہ بندی، خواتین کی صحت کا معانہ، صحت کا علم اور
مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی
اقسام

* پبلی رجسٹریشن پرنسز مارگاریٹ بسپتال (Hospital) میں کرانی چاہیے

Tsuen Wan Maternal and Child Health Centre 4.9.7

9/F, Block C, Yan Chai Hospital, 7-11 Yan Chai Street,
Tsuen Wan

پتہ

سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:30
بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا
دوپہر 12:00

کھانے کے اوقات

2615 5500

بکنگ اور معلومات کا

نمبر 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملact)

2490 9425

فیکس نمبر

سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدا شدن کی
دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ
بندی، صحت کا علم اور مشاورت

مہیا کردہ خدمات کی اقسام

* پبلی رجسٹریشن پرنسز مارگاریٹ بسپتال (Hospital) میں کرانی چاہیے

Tuen Mun Wu Hong Maternal and Child Health Centre 4.9.8	
2/F, Tuen Mun Wu Hong Clinic, 2 Wu Hong Street, Tuen Mun	پتہ
سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30: بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00	کھانے کے اوقات
2458 1694 2458 7477 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات) 2457 0651	بکنگ اور معلومات کا نمبر فیکس نمبر
سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھاٹ، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت * ٹیون من بسپتال (Tuen Mun Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن ذاتی طور پر یا بذریعہ فون 2458 7477 کرائی چاہیے۔	مہپا کرده خدمات کی اقسام

Yan Oi Maternal and Child Health Centre 4.9.9	
1/F, Yan Oi Polyclinic, 6 Tuen Lee Street, Tuen Mun	پتہ
سوموار تا جمعہ: صبح 9:00 تا دوپر 1:00، دوپر 2:00 تا شام 5:30: بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے بفٹے غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپر 12:00	کھانے کے اوقات
2404 3720 3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات) 2440 4554	بکنگ اور معلومات کا نمبر فیکس نمبر
سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھاٹ، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت * ٹیون من بسپتال (Tuen Mun Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پہلی رجسٹریشن ذاتی طور پر یا بذریعہ فون 2404 3720 کرائی چاہیے۔	مہپا کرده خدمات کی اقسام

Tuen Mun Social Hygiene Clinic 4.9.10

5/F, Tuen Mun Eye Centre, 4 Tuen Lee Street, Tuen Mun,
New Territories

پتہ

پتہ	کھانے کے اوقات	سوموار: صبح 8:30 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 5:30 بده اور جمعہ: صبح 8:45 تا دوپیر 1:00، دوپیر 2:00 تا شام 5:30 # بر سیشن کے اختتام سے ایک گھنٹہ پہلے رجسٹریشن بند ہو جاتی ہے
معلوماتی نمبر	کوئی تعین ملاقات درکار نہیں	2459 2958
خدمت کے تعارف کی بات لائن		
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	تشخصی معانث، انتظام، علاج اور روک تھام اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کا کنٹرول، صحت سے متعلق مشاورت، صحت کے علم کی سرگرمیاں	

Lady Trench Methadone Clinic 4.9.11

Lady Trench Polyclinic, 213 Sha Tsui Road, Tsuen Wan

پتہ

پتہ	کھانے کے اوقات	کام کا وقت صبح 7:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، پشمول عوامی تعطیلات
معلوماتی نمبر		2869 5611
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی نہر اپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی	

Tuen Mun Methadone Clinic 4.9.12

Tuen Mun Clinic, 11 Tsing Yin Street, Tuen Mun

پتہ

پتہ	کھانے کے اوقات	کام کا وقت دوپیر 3:00 تا رات 10:00 بجے تک، سوموار تا انوار، پشمول عوامی تعطیلات
معلوماتی نمبر		2452 9113
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی نہر اپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی	

Yuen Long Methadone Clinic 4.9.13

Yuen Long Jockey Club Health Centre, 269 Castle Peak Road, Yuen Long	پتہ
سوموار تا جمعہ (سوائے عوامی تعطیلات کے): شام 6:00 تا رات 10:00 بفہر، انوار اور عوامی تعطیلات: دوپہر 3:00 تا شام 7:00	کھانے کے اوقات
2470 9307	معلوماتی نمبر
افیون آمیز دوا کا گلط استعمال کرنے والوں کو میتھاٹون کا علاج مہیا کرنا، حالی یا سم ربانی کی تھراپی کے لیے میتھاٹون کی دوا سازی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام

4.10 نئے خطے مغربی علاقہ (غیر سرکاری تنظیمیں)

Caritas Integrated Family Service Centre - Tin Shui Wai 4.10.1

G/F, Shui Lung House, (Wing B & C), Tin Shui (I) Estate, Tin Shui Wai	پتہ
سوموار، منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا 5:00 بفہر اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00 بفہر: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00	کھانے کے اوقات
2474 7312	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2447 0665	فیکس نمبر
خاندانی منصوبہ بندی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
https://www.caritas.org.hk/en/service/family	ویب سائٹ

Caritas Integrated Family Service Centre - Tsuen Wan (East) 4.10.2

G/F, Block A, Shek To House, Shek Wai Kik Estate, Tsuen Wan	پتہ
سوموار، بده اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 5:00 منگل اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00 بفہر: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00	کھانے کے اوقات
2402 4669	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2492 3151	فیکس نمبر
خاندانی منصوبہ بندی	مہیا کردہ خدمات کی اقسام
https://www.caritas.org.hk/en/service/family	ویب سائٹ

Caritas Integrated Family Service Centre - Tuen Mun 4.10.3
 Unit 1-5, G/F, Leung Chun House, Leung King Estate,
 Tuen Mun

پتہ	
کھانے کے اوقات	سوموار، منگل اور جمعرات: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 5:00 بده اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 12:30، دوپہر 1:30 تا شام 8:00 بچتے: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2466 8622
فیکس نمبر	2462 6032
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	خاندانی منصوبہ بندی
ویب سائٹ	https://www.caritas.org.hk/en/service/family

The Family Planning Association of Hong Kong 4.10.4
 - Kwai Fong Youth Health Care Centre

پتہ	
کھانے کے اوقات	صرف نیعنی ملاقات سے
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2443 2773
فیکس نمبر	3579 4667
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	* 26 سال سے کم عمر کی غیر شادی شدہ خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے باز تخلیقی صحت کا معاونت اور پیپ ٹیسٹ، HPV ویکسینیشن، مانع حمل کے لیے صلاح کاری، بینکامی مانع حمل، حمل سے متعلق صلاح کاری، حمل سے متعلق حوالہ اور مشاورت کا اختتام، انفارادی شہوانیت کے لیے مشاورت، جنسی زیادتی کا شکار افراد کے لیے مشاورت، ڈیشگ اور جنسی تعلق کے لیے مشاورت، خون کے ٹیسٹ اور جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ کا پیکیج
ویب سائٹ	https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/kwai-fong-youth-health-care-centre

The Family Planning Association of Hong Kong 4.10.5 — Tsuen Wan Clinic

Room 1621-1622, 16/F, Nan Fung Centre,
264-298 Castle Peak Road, Tsuen Wan

پتہ

کھانے کے اوقات	8:00 تا رات 9:00: صبح 9:00 تا شام 5:00: بقہ: صبح 9:00 تا شام 5:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2742 8183
فیکس نمبر	2572 2222
فیکس نمبر	2310 1574
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	<p>* ان خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے جو مانع حمل کی مشق کر رہی ہیں، شادی شدہ ہیں، یا 26 سال یا اس سے زیادہ عمر کی ہیں چہاتی اور پیڑو کا معانہ، چہاتی کا خود معانہ، پیپ ٹیسٹ، پیڑو کی الثراساؤنڈ سکیننگ، HPV ویکسینیشن، شادی سے قبل جسمانی معانہ، حمل سے قبل جسمانی معانہ، حمل کا ٹیسٹ، ابتدائی حمل کا اندازہ، NIFTY پرو، کم بار اوری کی خدمت، مانع حمل، بنسگامی مانع حمل، حمل کا خاتمه، بیٹھوں کی صحت، سن یاس کی خدمت (بیشمول بڈی کی کلافت کی پیمائش اور بارمون کی دوا)، خواتین کی جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ، HIV ٹیسٹ، غذائی خدمت</p>
ویب سائٹ	https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/tsuen-wan-clinic

The Family Planning Association of Hong Kong 4.10.6 — Yuen Long Clinic

149-153 On Ning Road, Yuen Long

پتہ

کھانے کے اوقات	صرف تعین ملاقات کے لیے
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2477 3201
فیکس نمبر	2572 2222
فیکس نمبر	2442 5747
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	<p>* ان خواتین کو خدمت مہیا کی جاتی ہے جو مانع حمل کی مشق کر رہی ہیں، شادی شدہ ہیں، یا 26 سال یا اس سے زیادہ عمر کی ہیں چہاتی اور پیڑو کا معانہ، چہاتی کا خود معانہ، پیپ ٹیسٹ، پیڑو کی الثراساؤنڈ سکیننگ، HPV ویکسینیشن، شادی سے قبل جسمانی معانہ، حمل سے قبل جسمانی معانہ، مانع حمل، بنسگامی مانع حمل، حمل کا خاتمه، حمل کا ٹیسٹ، ابتدائی حمل کا اندازہ، NIFTY پرو، بیٹھوں کی صحت، سن یاس کی خدمت (بیشمول بڈی کی کلافت کی پیمائش اور بارمون کی دوا)، خواتین کی جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی سکریننگ، HIV ٹیسٹ</p>
ویب سائٹ	https://www.famplan.org.hk/en/locate-us/detail/yuen-long-clinic-g-f



United Christian Nethersole Community Health Service 4.10.7 - Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre

Unit 103, 1/F, Tin Ching Amenity and Community Building, Tin Ching Estate, Tin Shui Wai, New Territories

پته

پته	کھانے کے اوقات	سوموار، بده اور جمعہ: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 3:00 منگل اور جمعرات: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 7:00 بفہر: صبح 8:30 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	3156 9000	
فیکس نمبر	2348 9130	
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	کولوریکٹل کینسر کی سکریننگ کا پروگرام، سرویکل کینسر کی سکریننگ، بیٹیوں کی صحت اور تصلب العظام، نبپی صحت، کمیوٹی کی غذائی خدمت، خواتین کی صحت کے معانہ کے منصوبہ جات	
ویب سائٹ	http://www.ucn.org.hk/?l=e&f=	

4.11 جزائر کا علاقہ (محکمہ صحت (Department of Health) کے تحت کلینیک)

Cheung Chau Maternal and Child Health Centre 4.11.1

G/F, St. John Hospital, Cheung Chau Hospital Road,
Cheung Chau

پته

پته	کھانے کے اوقات	منگل: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2981 7762	
فیکس نمبر	3166 6631 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)	
مہیا کردہ خدمات کی اقسام	2981 2614	
سرویکل سکریننگ، اسفارار حمل کے درمیانی وقفہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت		
		* پلی رجسٹریشن نسان یوک بسپتال (Tsan Yuk Hospital) یا کوئین میری بسپتال (Queen Mary Hospital) میں کرانی چاہیے

Mui Wo Maternal and Child Health Centre 4.11.2	
1/F, Mui Wo Clinic, 2 Ngan Kwong Wan Road, Mui Wo, Lantau Island	پنہ

کھانے کے اوقات	بر ماہ کے دوسرے اور چوتھے سوموار غیر عوامی تعطیل: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 2:00 تا شام 5:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	2984 2193 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)
فیکس نمبر	2984 1081
میبا کردہ خدمات کی اقسام	سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت
میبا کردہ خدمات کی اقسام	* پبلی رجسٹریشن نسان یوک بسپتال (Tsan Yuk Hospital) یا کوئین میری بسپتال (Queen Mary Hospital) میں کرانی چاہیے

Tung Chung Maternal and Child Health Centre 4.11.3	
G/F, Tung Chung Health Centre, 6 Fu Tung Street, Tung Chung, Lantau Island	پنہ
کھانے کے اوقات	منگل، جمعرات اور جمعہ: صبح 9:00 تا دوپہر 1:00، دوپہر 5:30 تا شام 2:00
بکنگ اور معلومات کا نمبر	3575 8370 (سرویکل سکریننگ کی خدمت کے لیے تعین ملاقات)
فیکس نمبر	2109 0436
میبا کردہ خدمات کی اقسام	سرویکل سکریننگ، اسفار حمل کے درمیانی وقہ اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال، چھاتی کا دودھ پلانے کی تربیت کی خدمات، خاندانی منصوبہ بندی، صحت کا علم اور مشاورت
میبا کردہ خدمات کی اقسام	* پرنسز مارگاریٹ بسپتال (Princess Margaret Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پبلی رجسٹریشن میں کرانی چاہیے
میبا کردہ خدمات کی اقسام	کوئین میری بسپتال (Queen Mary Hospital) (Queen Mary Hospital) میں بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنے والے صارفین کے لیے، پبلی رجسٹریشن کوئین میری بسپتال (Queen Mary Hospital) (Queen Mary Hospital) میں کرانی چاہیے

Cheung Chau Methadone Clinic 4.11.4

St. John Hospital, Cheung Chau Hospital Road,
Cheung Chau

پڑھنے

کھانے کے اوقات

کام کا وقت دوپہر 1:00 تارات 8:00 تک،
سوموار تا انوار، پشمول عوامی تعطیلات

2981 5399

معلوماتی نمبر

افیون آمیز دوا کا غلط استعمال کرنے والوں کو مینھائون کا علاج مہیا کرنا،
حالی یا سم ربانی کی نہر ایسی کے لیے مینھائون کی دوا سازی

اقسام

Kwai Tsing District Health Centre 4.12

30/F, Tower II, Kowloon Commerce Centre,
51 Kwai Cheong Road, Kwai Chung, New Territories

پڑھنے

کھانے کے اوقات

سوموار تا بقہہ: صبح 10:00 تارات 8:00

1878222

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2363 8322

فیکس نمبر

صحت سے متعلق بات چیز

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

https://kwdhc.org.hk/en/contact_us-2/

ویب سائٹ

Caritas Family Crisis Support Centre 4.13.1

50, Kwun Tong Road, Kowloon

پڑھنے

24 گھنٹے

کھانے کے اوقات

18288 (24- گھنٹے بات لان)

بکنگ اور معلومات کا

نمبر

2383 2231

فیکس نمبر

ذنبی صحت

مہیا کردہ خدمات کی

اقسام

<http://fcsc.caritas.org.hk/>

ویب سائٹ

RainLily 4.13.2

P.O. Box 74120, Kowloon Central Post Office, Hong Kong	ڈاک گھر کھانے کے اوقات بکنگ اور معلومات کا نمبر فیکس نمبر
صرف تعین ملاقات کے لیے 2375 5322 (جنسی تشدد کی بیلپ لائن) 2392 2569 (عام معلومات) 2625 1572	
تمام سہولیات والا جنسی تشدد کا مرکز، جنسی تشدد سے متاثرہ افراد کے لیے معاونتی خدمات (مشاورت؛ فوری اور تشدد کے بعد طبی امداد؛ معاملہ کی اطلاع اور عدالتی طریقہ کار کی بہ ربطگی اور بہ آنگی؛ مشاورتی گروپ؛ قانونی مشاورت)	مہبا کردہ خدمات کی اقسام
محفوظ بات چیت کی آن لائن معاونت: http://rainlily.org.hk/eng/safechat	
https://rainlily.org.hk/	ویب سائٹ

Tung Wah Group of Hospitals, CEASE Crisis Centre 4.13.3

6/F, Tung Wah Group of Hospitals Wong Fung Ling Memorial Building, 12 Po Yan Street, Sheung Wan, Hong Kong (CEASE Crisis Centre)	پتہ
24 گھنٹے سماجی کارکن ٹیوٹی پر بوتا ہے (مرکز عوام کے لیے نہیں کھلا بوا)	کھانے کے اوقات
18281	بکنگ اور معلومات کا نمبر
2703 4111	فیکس نمبر
ذہنی صحت، آزمائشی وقت میں مداخلت اور معاونتی خدمت، مکمل اعانت، حد رسائی کی خدمات، کم میعادی ربانشی خدمات	مہبا کردہ خدمات کی اقسام
جنسی تشدد کے متاثرین کی معاونت کرنے والی انسانی خدمات کا ویب صفحہ: http://18281.tungwahcsd.org/Phase1_MyStory.htm	ویب سائٹ
جنسی تشدد کے متاثرین کے لیے آن لائن مشاورت کی خدمات کی معاونت http://18281.tungwahcsd.org/popup.htm	

5.1 خواتین کے لیے عام بیماریوں کے واقعات اور اموات

2019 میں جنسی تعلق کی وجہ سے موت کا کل اموات کی تعداد سے موازنہ

درجہ	موت کی وجہ*	اموات کی تعداد	مرد	عورت	نا معلوم	کل
1	خطرناک گلٹی یا رسولی	6 226	8 645	0	14 871	
2	نمونیا	5 026	4 245	0	9 271	
3	دل کے امراض	3 409	2 687	0	6 096	
4	دماغی عروقی بیماریاں	1 543	1 427	0	2 970	
5	بیماری اور شرح اموات کی بیرونی و جوبات [△]	1 219	629	0	1 848	
6	ورم گردد، کلوئی سنثروم اور انحطاط گردد	810	857	0	1 667	
7	دیوانگی	545	945	0	1 490	
8	نظام تنفس کے نچلے حصہ کی دائمی بیماریاں	1 042	331	0	1 373	
9	خون میں عفونت	598	467	0	1 065	
10	ذیابیطس شکری	249	244	0	493	
	دیگر و جوبات	4 010	3 550	2	7 562	
	تمام و جوبات	27 096	21 608	2	48 706	

نوش:

اس جدول میں اموات کے اعداد و شمار "رجسٹرڈ" اموات کی تعداد کی بنیاد پر بیس۔

* بیماریوں کی درجہ بندی اور موت کی وجوہات، بیما ریونا ور متعلقہ صحت کے مسائل کی بین الاقوامی شماریاتی درجہ بندی کی (ICD) دسویں نظر ثانی کی بنیاد پر بیس۔

△ ICD کی دسویں نظر ثانی کے مطابق، جب بیماری کی حالت XIX باب کے تحت "چوت، زبر لینے یا دینے اور بیرونی و جوبات کے چند دیگر نتائج" کے طور پر درجہ بندی ہوتی ہے، تو باب XX کے تحت "بیماری اور شرح اموات کی بیرونی و جوبات" کے لیے کوڈز کو موت کی بنیادی وجہ کے طور پر استعمال کیا جانا جائے۔

مأخذ: محکمہ صحت (Department of Health)

2018 میں 10 عام کینسر - خواتین

درجہ	جگہ	نمبر۔	متعلقہ تعداد۔	خام شرح*
1	چھاتی	4 618	27.2%	114.3
2	کولوریکٹم	2 375	14.0%	58.8
3	پیپیڑا	2 007	11.8%	49.7
4	رحم کا حصہ	1 165	6.9%	28.8
5	غدہ درقیہ	806	4.7%	19.9
6	بیضہ دانی اور پیڑو کا پرده	664	3.9%	16.4
7	گردن	582	3.4%	14.4
8	معدہ	538	3.2%	13.3
9	سیاہ گوڑھ کے بغیر جلد	531	3.1%	13.1
10	غیر پاجکن لمفی نسیج کی رسولی	441	2.6%	10.9

2018 میں کینسر سے ہونے والی اموات کی 10 بڑی وجوہات - خواتین

درجہ	جگہ	نمبر۔	متعلقہ تعداد۔	خام شرح*
1	پیپیڑا	1 328	21.9%	32.9
2	کولوریکٹم	1 005	16.6%	24.9
3	چھاتی	753	12.4%	18.6
4	جگر	398	6.6%	9.8
5	للبہ	318	5.2%	7.9
6	معدہ	273	4.5%	6.8
7	بیضہ دانی اور پیڑو کا پرده	265	4.4%	6.6
8	گردن	163	2.7%	4.0
9	غیر پاجکن لمفی نسیج کی رسولی	152	2.5%	3.8
10	سرطان خون	139	2.3%	3.4

نوٹ: * فی 100 000 آبادی کے لحاظ سے

مأخذ: Hong Kong کینسر رجسٹری، بسپتال انتہاری



婦女事務委員會
Women's Commission

Website: www.women.gov.hk
Tel: 2810 3827