Punjabi

ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰਥਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ (ਸ਼ਾਂਤਕਾਰੀ ਦੇਖਭਾਲ)-

ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Pumping Marvellous
for heart failure patients

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਨਰਸਾਂ

ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦੇ ਨਾਲ ਬੇਹਤਰ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ

PUMPING MARVELLOUS FOUNDATION 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਅਸੀਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹਵਾਂਗੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਗਾਈਡ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਰਨ ਉਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਹਾਸਲ ਕੀਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਤੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ, ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਨਰਸਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ-ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਬਹੁਮੁੱਲੇ ਸੰਸਾਧਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ, ਮਰੀਜ਼ ਬਰਾਦਰੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਆਧਾਰ ਉੱਤੇ, ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਾਥੀ ਵਜੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ Facebook ਉੱਤੇ "Help for Hearts" ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਬਰਾਦਰੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

ਨਿਕ ਹਾਰਟਸ਼ੋਰਨ-ਈਵਨਸ, CEO, Pumping Marvellous Foundation
ਐਂਜੇਲਾ ਗ੍ਰੇਵਸ - ਪ੍ਰਧਾਨ, Pumping Marvellous Foundation, ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਵਿੱਚ ਕੰਸਲਟੈਂਟ ਨਰਸ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਇਸ ਕਿਤਾਬੜੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਲਾਹ ਦੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਸਥਾਪਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੇ ਨਾਲ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

AstraZeneca has funded the production of this material. AstraZeneca has had no editorial input into, or control over, the content of this information booklet.

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਤੁਹਾਡਾ ਸਫਰ

ਜਿਸ ਪਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਦਾਨ ਹੋਣ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਫੌਰਨ ਬਦਲਾਵ ਆਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਟੈਸਟਾਂ, ਸਕੈਨ, ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਹੈਰਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਾਰਣੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਸੁਣੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ ਕਿ ਹਾਲੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਰਨਾ ਬਾਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਨਿਰਾਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। Pumping Marvellous Foundation ‘ਤੇ, ਸਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਫਰ 'ਤੇ ਕਿੱਥੇ ਵੀ ਹੋਵੇ।

ਸਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਨੇ ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਜਾਂ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਸੀ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੀ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ। ਦੂਜੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਸਦਮੇ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਬਿਮਾਰ ਸਨ, ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਬਿਲਕੁਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ, ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਿਰਫ਼ ਇਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

Pumping Marvellous Foundation ਵਿਖੇ, ਅਸੀਂ ਸਿਫਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਹਾਲਤ ਦੇ ਨਿਦਾਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨਾਲ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗਾਈਡ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਵਿੱਚ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਵਜੋਂ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਸੰਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀ “Marvellous Big Pocket Guide to Heart Failure” ਅਜਿਹੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਅਪਨਾਉਣ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦੇ ਨਾਲ ਵਧੀਆ ਜੀਵਨ ਜੀਅ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਕਾਪੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਨਰਸ ਤੋਂ ਮੰਗੋ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਸਮਰਥਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ

ਇਹ Pumping Marvellous ਗਾਈਡ ਜਾਗਰੁਕਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ, ਮੌਜੂਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਸਮਰਥਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਕੀ ਹੈ?

ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਇੱਕ ਬਹੁ-ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਜਿਹੇ ਪੂਰਾ ਜੀਵਨ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਨਿਦਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਧੀਆ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਉੱਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਪੂਰਨ ਚਾਲੂ ਸਰੀਰਕ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ, ਮਨੋਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇ।

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਉਲਟ, ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਉੱਤੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਢੁਕਵੇਂ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਜੀਵਨ-ਦੇ-ਅੰਤ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਕੋਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਕੁਝ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਵੱਲ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ, ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਤੱਤ ਹੈ। ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਛੇਤੀ ਹੀ ਖਤਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹੈ; ਬਲਕਿ, ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਆਪਕ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤਕ ਚੱਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਆਓ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦੀ ਲੋੜ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਵਿਕਾਰ ਹੈ, ਯਾਂਨੀ, ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦੱਸ ਰਹੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿ। ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਜਾਂ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਦਾ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋਣਾ (ਸੋਜਸ਼), ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਣਾ, ਜਾਂ ਥਕਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਉਦੋਂ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਪੰਪ ਜਾਂ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜੱਦੋ-ਜਹਿਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਬਥੇਰਾ ਖੂਨ, ਆਕਸੀਜ਼ਨ, ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਕ-ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ Marvellous Pocket Guide to Heart Failure ਉਹਨਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਕਿਉਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਇਲਾਜ ਹਨ।

ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਉੱਤੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੇ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਕਿਉਂਕਿ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਜੀਵਨ ਭਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਚਿਰਕਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਲੰਮੀ-ਮਿਆਦ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਅਜਿਹੇ ਸਮਿਆਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬਦਲਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਚੰਗੇ-ਭਲੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸਮਾਯੋਜਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਲ ਰਹੀਆਂ ਅਪੂਰਨ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਧੁਨਿਕ ਇਲਾਜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਸ਼ੀਨੀ ਸਹਿਯੋਗ ਜਾਂ ਕਾਰਡੀਐਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ, ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਉੱਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਮਰਥਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਪੂਰਨ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਜਟਿਲ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਨਿਦਾਨ ਸਮੇਂ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਢੁਕਵਾਂ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਸ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤਾਂ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਜਾਂ ਫੇਰ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਮੌਜਦ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ। ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਇਲਾਜਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾਲੋਂ-ਨਾਲ ਸੋਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਇਸ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣਗੀਆਂ।

ਇੱਥੇ ਮੁੱਖ ਸੰਦੇਸ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਜਿਹੇ ਜੀਵਨ ਭਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਨਿਦਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖਰੇ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗਰਮ ਕੋਟੀ ਵਜੋਂ ਸੋਚਣਾ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਤਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੇਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੂਰੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ, ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋ, ਇਸਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਭਵ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋਣਗੇ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਸਮਰਥਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਇੱਕ ਟੀਚਾ ਸਰੀਰਕ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ, ਸਮਾਜਕ, ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਅਤੇ ਅਪੂਰਨ ਰੂਹਾਨੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੀ ਜਲਦ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਆਕਲਨ ਦੁਆਰਾ ਪੀੜਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ/ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਵਿੱਚ 'ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਅਕਤੀ' ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਸੰਪੂਰਣ ਢੁਕਾਉ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੰਪੂਰਣ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਉੱਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਆਕਲਨ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਿਆਂ ਸਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਨਿਦਾਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜੀਵਨ-ਦੇ-ਅੰਤ ਤਕ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਵਧੀਆ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੰਭਵ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਉੱਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿਕਿਤਸਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਅਤੇ ਲੰਮਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਯਤ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਸੁਝਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ; ਇਸਲਈ, ਇਹ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਬਦਲਾਵ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਅਪੇਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਸਮਰਥਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਭਾਗ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬਦਲਾਵ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ: ਵਿਆਹ, ਜਨਮ, ਘਰ ਬਦਲਣਾ, ਤਲਾਕ, ਛੁੱਟੀਆਂ; ਸੂਚੀ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਫੇਰ ਵੀ, ਅਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਵਾਂ ਲਈ ਅਗਾਊਂ ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੀ ਕਿਤੇ ਸਮਾਨ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਖਰਚ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਜੀਵਨ-ਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਣਗੇ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਬਿਮਾਰੀ, ਲੱਛਣਾਂ, ਉਮਰ ਵਧਣ, ਗਤੀ ਘਟਣ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਕੁਝ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਣਗੇ। ਪਰ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕ ਸੱਚਾਈ ਨਾਲ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ, ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਹੋ ਰਹੇ ਇਸ ਬਦਲਾਵ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸੀ?

ਇਹ ਕਿਤਾਬੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ **ਇਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੋਚਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਇਸ ਬਦਲਾਵ ਦਾ** ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੋਵੇਗਾ। 'ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?' ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। 'ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੌਣ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?' 'ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਿਉਂ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?' ਅਤੇ 'ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਦੋਂ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖੇਗਾ?' ਢੁਕਾਉ।

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਖਰਾ ਹੈ। ਇਸਲਈ, ਇਹ ਢੁਕਾਉ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਤਕ ਬਦਲੇਗਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੁਝ ਲੋਕ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਣਾ, ਜਾਣਨਾ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ – ਜਦਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ, ਇੱਕ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸੰਦਰਭ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਢੁਕਵਾਂ ਹੋਵੇਗਾ ਜਦੋਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਬੰਧਤ ਹੋਵੇ।

ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਪੂਰਾ ਜੀਵਨ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਧੀਆ ਜੀਉਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ, ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਅਤੇ ਅਸਥਿਰਤਾ ਦੀਆਂ ਲੰਮੀਆਂ ਮਿਆਦਾਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੋਰ ਮਾੜੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਜੋਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

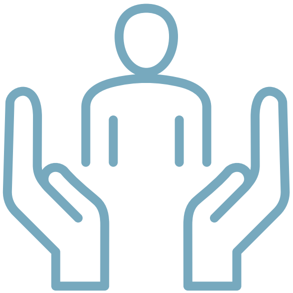
ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੂਲਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਤਰਜੀਹਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈਆਂ ਲਈ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੀ ਵਾਪਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਰਹੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਟੀਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਇਹ ਟੀਮਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਾਕਫ਼ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਿਆਂ ਸਾਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਕਈਆਂ ਲਈ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਹੈ।

ਕਈ ਮੌਕਿਆਂ ਉੱਤੇ, ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਟੀਮਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ (ਜਾਂ ਤਾਂ ਹਾਰਟ ਜਾਂ ਫੇਰ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ/ਬਰਾਦਰੀ ਦੇ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸਾਂ) ਇਸਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਹਵਾਲਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਸਪਾਈਸ (ਅਨਾਥ ਆਸ਼ਰਮ) ਅਤੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਟੀਮਾਂ ਕੋਲ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚਿਕਿਤਸਾਵਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਮਾਹਰ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਅਸਾਧ ਲੱਛਣਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ/ਥਕਾਨ) ਦੇ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਸਰਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੂਰਕ ਚਿਕਿਤਸਾਵਾਂ ਜਾਂ ਡੇ ਸਰਵਿਸਿਜ਼, ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਬੰਧ ਲਈ ਭਰਤੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੂਰੇ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਇਸਦਾ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਫੰਡ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੋਸਪਾਈਸ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਜੀਵਨ-ਦੇ-ਅੰਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਈ ਸਾਲ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ – ਇਸਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਇਸ ਵਿਕਲਪ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਅਪੂਰਨ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਸੰਬੋਧਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਜੋਂ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।



Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਅਗਾਉਂ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾਕਾਰੀ (ACP)

ACP ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਓ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਿਹਤ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸੋਚਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ACP ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਿਆਪਕ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: ਪੁਨਰ-ਜੀਵਤਾ ਤਰਜੀਹਾਂ; ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਅਗਾਊਂ ਫੈਸਲੇ; ਜੇ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਸਿਹਤ/ਵਿੱਤੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਵਰ ਆਫ ਅਟਾਰਨੀ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ; ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਦੀ ਯੋਜਨਾ; ਵਸੀਅਤਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ; ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਈਏ, ਜੀਵਨ–ਦੇ-ਅੰਤ ਵੱਲ ਵਧ ਰਹੇ ਹੋਈਏ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਸਾਡੀ ਮੌਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ – ਨਾਲ ਹੀ, ACP ਲਕਚਸ਼ੀਲ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ (‘ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?’ ਢੁਕਾਉ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦੇਣਾ ਇੱਥੇ ਅਸਰਦਾਰ ਹੈ)।

ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨੋਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਦਕਿ ਉਹ ਸਹੀ-ਸਲਾਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਫੈਸਲੇ ਬਿਪਤਾ ਦੀ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਲੈਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਦੁਖ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੁਖ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਮਤਲਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਅਨੁਸਾਰ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ-ਸਲਾਮਤ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਯੋਗ ਹੋਵੋ, ਉਦੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਚੋਣਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫੈਸਲੇ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਲੋੜਵੰਦ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜੀਵਨ-ਦੇ-ਅੰਤ ‘ਤੇ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਉਕਤੀਆਂ

"ਮੇਰੇ ਖਿਆਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਕਿਤਾਬੜੀ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਇਹ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਬਸ ਮਰਨ ਹੀ ਵਾਲੇ ਹੋ। ਮੁਆਫ਼ ਕਰਨਾ ਕੋਰਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਪਰ ਮੇਰੇ ਖਿਆਲ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਹੋ ਸੋਚਦੇ ਹਨ।" - ਜੂਲੀਆ

"ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਲਈ ਭੇਜੇ ਜਾਣਾ, ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕਿਉਂ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਅਤੇ ਕੀ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੌਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਸ਼ਾਂਤਕਾਰੀ ਹੋਣਾ ਕਿਵੇਂ ਭਵਿੱਖੀ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?" - ਮਾਈਕਲ

"ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਗੱਲ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਲਈ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਦਾ ਮੇਰੇ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਵਾਧੂ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।" - ਡੋਨਾ

"ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਜੇ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਅਗਾਊਂ ਹੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦਿਆਂ ਸਾਰ ਮਿਲ ਜਾਵੇ –– ਕੋਈ ਝਗੜਾ, ਕੋਈ ਚੀਕ-ਚਿਹਾੜਾ, ਕੋਈ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਨਿਰਾਸ਼ ਅਤੇ ਮਾਯੂਸ ਹੋ। ਵਿਘਣ-ਰਹਿਤ ਪਰਿਵਰਤਨ।" - ਗੈਰੀ

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਉਕਤੀਆਂ

"ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਇਸ ਅੰਤਿਮ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਰੀ ਰਹੀ। ਮੈਂ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹਵਾਂਗਾ ਕਿ ਮੇਰੀ ਪਤੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਇਹ ਸਮਝ ਗਿਆ ਕਿ ਕੀ ਹੋਈ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਕੱਠਿਆ ਵਧੀਆ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਇਆ ਸੀ। ਮੈਂ ਮੋਟੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਚਾਹਵਾਂਗਾ ਕਿ ਇਹ ਸਮਾਂ ਦੁਖ ਭਰਿਆ ਹੋਵੇ, ਮੈਂ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਯਾਦਾਂ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹਵਾਂਗਾ।" - ਸਟੇਫੇਨ

"ਕਈ ਵਾਰ, ਦਰਦਨਾਕ, ਗਾਰੰਟੀਰਹਿਤ ਸਫਲਤਾ, ਚੀਰ-ਫਾੜ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ, ਜਾਂ ਅਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਜੀਵਨ ਦੀ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਸੰਭਵ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਮੈਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਟੀਮ ਵਾਂਗ, ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਮੌਂਜੂਦ ਰਹੇਗੀ, ਜੇ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਕੋਈ ਵਿਕਲਪ ਜਾਂ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।" - ਡੈਨ

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਪਰਕ - ਮਰੀਜ਼ ਸੰਗਠਨ ਅਤੇ ਸਬੰਧਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

www.pumpingmarvellous.org
UK ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈ ਗਈ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਚੈਰਿਟੀ, ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ-ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਸਾਈਟ-ਤੇ-ਜਾਓ।

www.cardiomyopathy.org
ਦਿਲ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵੈਬਸਾਈਟ।

www.ageuk.org.uk
ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੱਡੀ ਸੀਮਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਲੀ ਵੈਬਸਾਈਟ।

www.carersuk.org
ਦੇਖਭਾਲ-ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਸੰਗਠਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ।

www.macmillan.org.uk
ਸੰਗਠਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਜੋ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਕੈਂਸਰ ਪੀੜਤਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

www.citizensadvice.org.uk
ਵੱਡੀ ਸੀਮਾ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਉੱਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਸ਼ਾਖਾਵਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ।

www.gov.uk/apply-blue-badge
ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਕਿ ਇੱਕ ਬਲੂ ਬੈਜ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਮੁਫ਼ਤ ਪਾਰਕਿੰਗ ਨੂੰ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

www.relate.org.uk
ਸੰਗਠਨ ਜੋ ਜੋੜਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

www.nhs.uk/Pages/HomePage.aspx
ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ NHS ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਲਿੰਕ।

www.nhs.uk/Service-Search/Care-providers-and-care-at-home/LocationSearch/11
ਦੇਖਭਾਲ-ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ।

www.gov.uk/browse/benefits
ਵਰਤਮਾਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਭਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

www.acas.org.uk
ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਸਾਲਸੀ ਲਈ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ।

www.gov.uk/pensions-advisory-service
ਪੈਨਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹ, ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਦੋਵੇਂ।

www.gov.uk/contact-jobcentre-plus
ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮੌਕੇ।

www.samaritans.org
ਤੁਰੰਤ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੰਕਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੀ ਏਜੰਸੀ।

www.moneyadviceservice.org.uk/en
ਇਹ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਇੱਕ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਮਹਿਕਮਾ ਹੈ ਜੋ ਵੱਡੀ ਸੀਮਾ ਦੇ ਵਿੱਤੀ ਸਮਲਿਆਂ ਉੱਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

www.gov.uk/guidance/cardiovascular-disorders-assessing-fitness-to-drive
DVLA ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਪਰਕ - ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਗਠਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

www.bhf.org.uk
ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਕਈ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵੈਬਸਾਈਟ।

www.bsh.org.uk
ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕਲਿਨਿਸ਼ੀਅਨ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਜੋ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਹਨ।

www.nice.org.uk

NICE (National Institute for Health and Care Excellence)

NICE ਦਾ ਰੋਲ NHS ਅਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਜਨਤਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨਾ ਹੈ।

NICE ਚਿਰਕਾਲੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ (ਸਮੀਖਿਆ ਅਧੀਨ) - www.nice.org.uk/guidance/cg108

NICE ਤੀਬਰ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ - www.nice.org.uk/guidance/cg187

www.scottishmedicines.org.uk

SMC - ਸਕਾਟਿਸ਼ ਮੈਡੀਸਿਨਜ਼ ਕਨਸੋਰਟੀਅਮ।

NHS Scotland ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਨੈਦਾਨਿਕ ਅਤੇ ਲਾਗਤ-ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਉੱਤੇ ਸਲਾਹ ਦਾ ਸਰੋਤ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤਕ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬਿਹਤਰੀਨ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤ ਦੇ ਆਧਾਰ ਉੱਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਭ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

www.healthcareimprovementscotland.org

Health Improvement Scotland ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੈ।

www.heartfailurematters.org

European Society of Cardiology ਵੈਬਸਾਈਟ, ਕਲਿਨਿਸ਼ੀਅਨ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਪਰ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਪਰਕ - ਹੋਰ ਚੈਰਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਸਮੂਹ

ਇੱਥੇ Pumping Marvellous 'ਤੇ, ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਚੈਰਿਟੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹੀ ਹਾਂ ਜੋ, ਸਾਡੇ ਵਾਂਗ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀ ਦੇਖੋ:

Atrial Fibrillation Association
www.atrialfibrillation.org.uk

British Cardiovascular Society
www.bcs.com

British Heart Foundation
www.bhf.org.uk

British Society for Heart Failure
www.bsh.org.uk

Cardiomyopathy UK
www.cardiomyopathy.org

Heart Failure Matters (ਕਾਰਡੀਓਲੋਜੀ ਲਈ ਯੂਰਪੀਅਨ ਸੋਸਾਇਟੀ)
www.heartfailurematters.org

Heart Valve Voice
www.heartvalvevoice.com

Marie Curie Charity
www.mariecurie.org.uk

Hospice UK
www.hospiceuk.org

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਦੂਜੇ ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਪਰਕ

ਸਰਕਾਰ

NHS Choices
www.nhs.uk

NICE
www.nice.org.uk

SMC
www.scottishmedicines.org.uk

Mental Health Charities

Mind
www.mind.org.uk

Rethink
www.rethink.org

ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਮਰੀਜ਼
www.patient.info

ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਯਾਤਰਾ ਬੀਮਾ
www.pumpingmarvellous.org/what-we-do/heart-failure-travel-insurance/

ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ
www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/491028/aagv1.pdf

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਸੀਰੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਦੂਜੀਆਂ “Marvellous ਗਾਈਡਾਂ”:

HOPE - ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸੇ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਹੈ
ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਨਿਦਾਨ ਕੀਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ

ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਵੱਡੀ ਪਾਕੇਟ ਗਾਈਡ
ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਗਾਈਡ।

ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਸਤੇ Marvellous ਗਾਈਡ
ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਅਨੋਖੀ ਗਾਈਡ ਜੋ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ

ਇੱਕ ਕਾਰਡੀਅਕ ਡਿਵਾਈਸ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਾਰਡੀਅਕ ਡਿਵਾਈਸ ਲਗਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਸੂਚਿਤ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ।

ਇੱਕ ਈਕੋ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦਾ ਇੱਕ ਈਕੋ ਸਕੈਨ ਕਰਾਉਣ ਬਾਰੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
ਸਾਡੀ ਗਾਈਡ ਜੋ ਵਰਣਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦੇ ਨਾਲ ਨੁਸਖ਼ੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਭਾਵੀ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ

PPCM (ਪੇਰੀਪਾਰਟਮ ਕਾਰਡੀਓਮਾਇਓਪੈਥੀ) ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
PPCM ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਮਾਂਵਾਂ ਲਈ ਬਣਾਈ ਗਈ

ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੇ ਨਾਲ ਸਫਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉੱਤਮ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀਆਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕੁਝ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

GTN ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
GTN ਸਪ੍ਰੇ ਜਾਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰਲ ਗਾਈਡ

Walking a Day in ਮੇਰੀ Shoes’ ਲਈ ਮੇਰੀ Marvellous ਗਾਈਡ
ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ Marvellous ਗਾਈਡ

ਮੇਰਾ Marvellous ਸਿੰਪਟਮ ਚੈਕਰ
ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਾਧਨ

ਮੇਰੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਡਾਇਰੀ
ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ

ਸਾਰੀਆਂ ਗਾਈਡਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਦੇ ਆਗੂ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਟੀਕਤਾ ਲਈ ਨੈਦਾਨਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਨਤਾ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ। ਪਹੁੰਚ ਲੈਣ ਲਈ, ਇਸ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਜਾਓ;
www.pumpingmarvellous.org

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਟੀਮ

ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡੀਓਲੋਜਿਸਟ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਨਰਸ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਰਮੈਸੀ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਸਪਾਈਸ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨਰਸ ਦਾ ਨਾਮ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡੀਓਲੋਜਿਸਟ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਨਰਸ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਰਮੈਸੀ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਸਪਾਈਸ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

ਤੁਹਾਡੀ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਦਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: ______

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

CardioTrials

ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਵਿੱਚ ਮੈਡੀਕਲ ਖੋਜ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ - **CardioTrials**, ਚੈਰਿਟੀ ਦਾ ਨਵੀਨ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਅਜਿਹੀ ਮੈਡੀਕਲ ਖੋਜ ਅਤੇ ਪਰਖਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ।

CardioTrials.org

ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਜਾਓ www.cardiotrials.org

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ **Pumping Marvellous Foundation** ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਓ।

Pumping Marvellous
for heart failure patients

Pumping Marvellous Foundation
REAL

Pumping Marvellous Foundation ਤੋਂ ਪੂਰੇ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਸਿੱਖਿਅਕ

ਕੈਰਿਸ ਬਾਰਟਨ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਨਰਸ ਕੰਸਲਟੈਂਟ, Imperial College Healthcare Trust, London
ਵੇਨ ਮਿਲੇਰਿਕ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਪੈਲਿਏਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨਰਸ ਕੰਸਲਟੈਂਟ, NHS Greater Glasgow & Clyde, Glasgow Caledonian University, Scotland
ਡਾ. ਜੈਨੀ ਵੈਲਸਟੈਂਡ ਹਾਰਟ ਫੇਲਯਰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਨਰਸ
ਨਿਕ ਹਾਰਟਸ਼ਰੋਨ-ਈਵਨ, Pumping Marvellous Foundation ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਪਕ

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

- 01772 796542
- www.pumpingmarvellous.org
- hearts@pumpingmarvellous.org
- 'Pumping Marvellous' ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ
- @pumpinghearts
- heart failure aware
- help for hearts (ਬੰਦ ਹੋਇਆ ਸਮਰਥਨ ਗਰੁੱਪ)

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦਾਨ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਚੁੱਕ ਕੇ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਇਹ ਸੰਸਾਧਨ Pumping Marvellous Foundation ਦੁਆਰਾ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਸਪਲਾਈ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਅਹਿਮ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ!

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਫੰਡਰੇਜ਼ਰਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ JustGiving ਪੰਨਿਆਂ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ
www.justgiving.com/p-m-f

Registered with FUNDRAISING REGULATOR

Pumping Marvellous
The heart failure charity

ਸੰਸਕਰਣ 1. ਸਮੀਖਿਆ ਮਿਤੀ ਦਸੰਬਰ 2025।

Copyright © 2023 · ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ · Pumping Marvellous Foundation · ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1151848