BCRenal
Provincial Health Services Authority

ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਘਰ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ

Transitioning to Home Hemodialysis

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਗਾਈਡ Patient Guide

Punjabi

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਅਸਾਨ ਹੋ ਸਕੇ।

ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਘਰ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ 6 ਪੜਾਅ ਹਨ। ਹਰ ਕਦਮ ਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਹਰ ਪੜਾਅ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ।

ਹਰ ਕਦਮ ਤੇ ਮੈਂ ਕੀ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ: ਮੈਂ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੈ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸਿਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰ ਕੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਇੱਕ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਦੀ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਟੀਮ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਇਸ ਪੂਰਬ ਪਰਿਚੈ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ।

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਸਰਗਰਮ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਟਰੋਲ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਸਾਥੀ ਬਣਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੱਖਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਰੀਨਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ “ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ” ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Kidney Care ➡ Home Hemodialysis

ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਖੋਗੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖ ਕੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਪੜਾਅ ਤੇ ਇਹ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਪਰਿਚੈ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਿਖੋਗੇ।

ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਬਾਰੇ ਕਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣਗੇ। ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਿਖ ਲਵੋ। ਕੁੱਝ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈਣੇ ਹਨ ਅਗਲੇ ਪੰਨੇ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਜੇ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿੰਨੇ ਪੌਂਡ ਤੱਕ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?
- ਜੇ ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏਗੀ?
- ਸਿਖਲਾਈ ਕਿੱਥੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੌਰਾਨ ਮੇਰਾ ਦਿਨ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਆਪਣੇ ਲਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਲਈ ਮੇਰੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ?
- ਜੇ ਮੇਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਾਂ?
- ਕੀ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੌਰਾਨ ਸਫ਼ਰ ਸੰਭਵ ਹੈ?
- ਸਫ਼ਰ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਮਸ਼ੀਨ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਵਧੀਆ ਹੈ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਕੋਈ ਮੁੱਦਾ ਹੈ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਮੇਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ:

- ਕੀ ਮੇਰੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਲਈ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਇਲਾਜ ਦਾ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਫ਼ਿਟ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ?

ਦੂਜਾ ਕਦਮ: ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਤਿਆਰੀ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਇਹ ਗਾਈਡ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕਿਸ ਸਮੇਂ ਕਿਹੜਾ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦੇ ਕੰਮ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੋਗੇ। ਜਦੋਂ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਪਲੈਨ ਬਣਾਏਗੀ।

ਇਸ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਨਾੜੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਬਣਾਉਣੀ- ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਫਿਸਟੁਲਾ, ਗਰਾਫ਼ਟ ਜਾਂ ਕੈਥੇਟਰ ਨੂੰ ਸਰਜੀਕਲ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਖ਼ੂਨ ਵਾਲੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਫ਼ਿਟ ਕਰਨਾ।
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ- ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਕਈ ਹਫ਼ਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।ਸਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪਰਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਕੋਈ ਮਦਦਗਾਰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਖਲਾਈ ਦਿਨ ਵਿਚ ਤਕਰੀਬਨ 6 ਘੰਟੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ– ਤੁਹਾਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ, ਘਰ ਵਿਚ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਦਨ ਕਰਨਾ, ਸਪਲਾਈ ਲਈ ਆਡਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਮਦਦ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਇਹ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਬਣਾਏ ਪਲੈਨ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਪਾਲਨਾ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਕੇ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਨਿਭਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਆਪਣੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ। ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਆਈ ਕਿਸੇ ਤਬਦੀਲੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਮਿਸਾਲਾਂ ਜੋ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ ਘਰ ਜਾਂ ਨਵੇਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ।
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।
- ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਸਧਾਰਣ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ, ਨਜ਼ਰ, ਸੁਣਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਨਿਪੁੰਨਤਾ, ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ, ਤਾਕਤ ਜਾਂ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਲੈਵਲ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਜ਼ਰ ਘਟਣੀ, ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਜਾਂ ਸ਼ਕਤੀ ਘਟਣੀ ਕੀ ਇਹ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਯੋਗਤਾ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਨਗੀਆਂ?
- ਖ਼ੂਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਲਈ ਮੇਰੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਯੰਤਰ ਕਦੋਂ ਫ਼ਿਟ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ?
- ਮੈਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਾਂਗਾ?
- ਮੈਂ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਜਦੋਂ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਖਰਚੇ ਲਈ ਮਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਕੋਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੈ?
- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?
- ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਤੋਂ ਲਿਖਤੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ?

1
2
3
4
5
6

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ:

- ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ **ਕਿਵੇਂ** ਫ਼ਿਟ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਕਿਹੜੀ** ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਲੋੜ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ **ਕਿਸ** ਨੂੰ ਮਦਦ ਲਈ ਆਖੋਗੇ?।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ **ਕਿੱਥੇ** ਕਰੋਗੇ? ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖੋਗੇ?
    - ▶ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਤਰਲ ਦਾ ਇੱਕ ਬਕਸਾ 20 ਕਿੱਲੋ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ 30-60 ਬਕਸੇ ਰੱਖਣ ਜੋਗੀ ਜਗ੍ਹਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਕਿਰਾਏਦਾਰ: ਹੀਮਡਿਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੁੱਝ ਤਬਦੀਆਂ ਲਈ ਕੀ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੀਜਾ ਕਦਮ: ਹੁਣ ਸਮਾਂ ਹੈ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਯੰਤਰ ਫ਼ਿਟ ਕਰਨ ਦਾ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਖ਼ੂਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਇੱਕ ਯੰਤਰ ਫ਼ਿਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੰਤਰ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫ਼ਿਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਨ ਨੂੰ ਮਿਲੋਗੇ ਅਤੇ ਯੰਤਰ ਫਿੱਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਨਰਸ ਅਲਟ੍ਰਾਸਾਊਂਡ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਵਿਚੋਂ ਨਾੜੀ ਲੱਭੇਗੀ।

ਇਹ ਯੰਤਰ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮ ਦੇ ਹਨ ਜੋ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ:

1. ਫ਼ਿਸਟੁਲਾ
2. ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ
3. ਸੈਂਟਰਲ ਵੇਨਸ ਕੈਥੇਟਰ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਨੇ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਲਿਆ ਤਾਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਯੰਤਰ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਫ਼ਿਟ ਕਰਨ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਰੀ ਕਰੇਗੀ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਤਾਰੀਖ਼, ਟਾਈਮ, ਅਤੇ ਯੰਤਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚੁਣੇ ਗਏ ਯੰਤਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਵਰਤੋਂ ਵਾਸਤੇ ਯੰਤਰ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਲਈ 6–8 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਜਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਯੰਤਰ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ। ਫਿਸਟੁਲਾ ਜਾਂ ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਗੈਰ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਬਾਂਹ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ) ਵਿਚ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਥੇਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਚਮੜੀ ਥੱਲੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕੈਥੇਟਰ ਦਾ ਕੁੱਝ ਹਿੱਸਾ ਛਾਤੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਯੰਤਰ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਯੰਤਰ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਪ੍ਰੀਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਯੰਤਰ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

- ਯੰਤਰ ਨੂੰ ਫ਼ਿਟ ਕਰਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਜਿਹੜੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਉਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਿਤਾਬਚਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਉਸ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲ਼ਨਾ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਲੈ ਕੇ ਆਵੇ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਦਦ ਲਈ ਪਲੈਨ ਕਰੋ ਜੋ ਯੰਤਰ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਫ਼ਿੱਟ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ।
- ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਹ ਸਭ ਸਪਲਾਈ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੰਤਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੈ ਜਾਂ ਸ਼ੰਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਰੀਨਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕਈ ਟੂਲ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਚੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ:

BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Managing my Care ➡ Vascular Access

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਯੰਤਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚ ਕਿਸ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਮੈਂ ਇਸ ਯੰਤਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਠੀਕ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਮੈਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ (ਨੈਫਤਰਾਲੋਜਿਸਟ) ਜਾਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰਾਂ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਮੈਨੂੰ ਘਰੋਂ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕੌਣ ਲੈ ਕੇ ਜਾਏਗਾ?
- ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਯੰਤਰ ਫ਼ਿਟ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੇਰੀ ਘਰ ਵਿਚ ਕੌਣ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ?
- ਇਹ ਜਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਕਿ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਯੰਤਰ ਗਿੱਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਨਹਾਵਾਂਗਾ?

ਚੌਥਾ ਕਦਮ: ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਯੰਤਰ ਫ਼ਿਟ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਯੰਤਰ ਫ਼ਿਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੀ ਨਰਸ 10-14 ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰ ਕੇ ਆਵੇਗੀ ਅਤੇ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਟਾਂਕੇ ਹਟਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਮਿਲਣੀ ਦੌਰਾਨ ਸਟੈਥੋਸਕੋਪ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਯੰਤਰ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣੇਗੀ। ਨਵੇਂ ਯੰਤਰ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਵਾਂ ਯੰਤਰ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨ ਕੜੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰੋ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

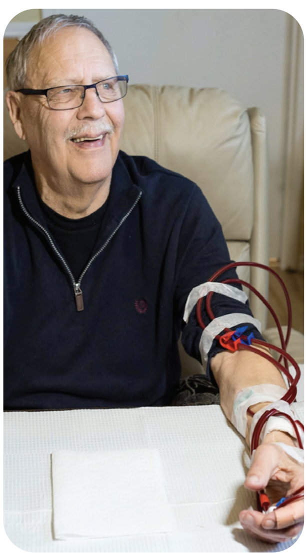
ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਹੈ

- ਤੁਸੀਂ ਉਸ "ਧੜਕਣ" ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ (ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਥੱਲੇ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦੇ ਪੋਟਿਆਂ ਨਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ)।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਫਿਸਟੁਲੇ/ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ/ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਚੀਰਾ ਲਾਲ, ਗਰਮ ਜਾਂ ਦਰਦ ਵਾਲਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ
- ਜੇ ਫਿਸਟੁਲੇ/ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ/ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਤਰਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ
- ਜੇ ਫਿਸਟੁਲੇ/ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ/ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਫਿਸਟੁਲੇ/ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ/ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਸੋਜਸ਼ ਹੈ ਜਾਂ ਖ਼ਾਰਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਫਿਸਟੁਲੇ/ਗ੍ਰਾਫ਼ਟ/ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਬਾਂਹ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਹਿਲਾਉਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਰੀਨਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਸਰੋਤ ਹਨ ਜੋ ਯੰਤਰ ਸਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ:

BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Managing my Care ➡ Vascular Access

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ



- ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਝੁਣਝੁਣੀ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? (ਚਮੜੀ ਥੱਲ ਅਵਾਜ਼)
- ਮੈਂ ਇਹ ਅਵਾਜ਼ ਕਿਵੇਂ ਸੁਣਾਂ? (ਚਮੜੀ ਥੱਲੇ ਸ਼ਾਂਸ਼ਾਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼)
- ਮੈਂ ਯੰਤਰ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਇਹ ਜਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਕਿ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਮੇਰਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਹੱਥ ਅਤੇ ਇੱਕ ਬਾਂਹ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰੇਗੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰਾਂ?
- ਯੰਤਰ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਮੈਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਨਿਭਾਵਾਂਗਾ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਾਸਰੀ ਚੁੱਕਣੀ, ਪਰਸ ਵਗੈਰਾ।

ਪੰਜਵਾਂ ਕਦਮ: ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਯੰਤਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹੁਣ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਠੀਕ ਸਮਾਂ ਹੈ: ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਇਆ ਜਾਏਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਤਾਰੀਖ਼, ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਥਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਏਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਖਲਾਈ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਚੱਲੇਗੀ ਇਸ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਹਿ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ 2-3 ਸੈਸ਼ਨ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋਣਗੇ ਤਾਂ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਨਰਸ ਸਾਰੇ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗੀ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਏਗਾ ਕਿ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਉਣਾ/ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਹੀਮਡਿਇਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਖ਼ੁਦ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀਮਡਿਾਇਲਿਸਸ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਤਿਆਰ ਹੋ।

ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਏ ਜਾਣਗੇ:

- ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕਰਨੀ
- ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਯੰਤਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ
- ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣੀ ਹੈ
- ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨਾਪਣਾ ਹੈ
- ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਹੋਮ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਰਕਬੁੱਕ** ਜੋ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ:

BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Kidney Care ➡ Home Hemodialysis ➡ Patient Workbook

ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ

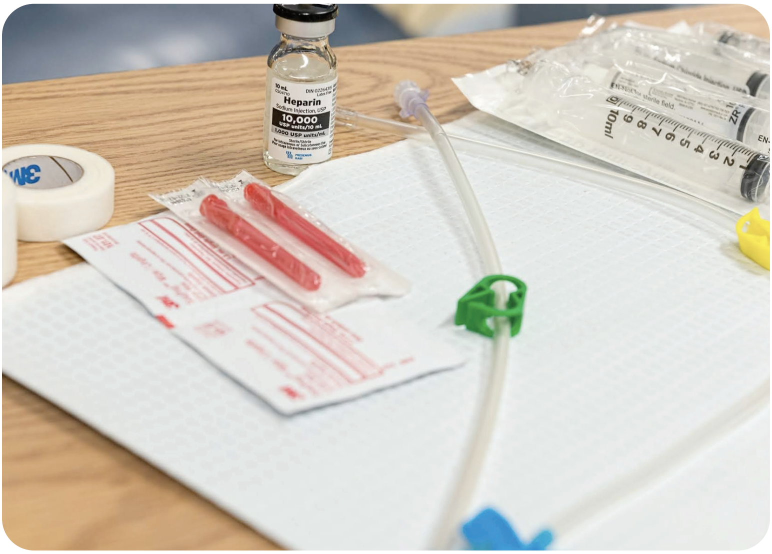
ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਲਗਨ ਬੜੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੇ ਦਸਖ਼ਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਇਗਾ ਕਿ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣਾ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੈ।

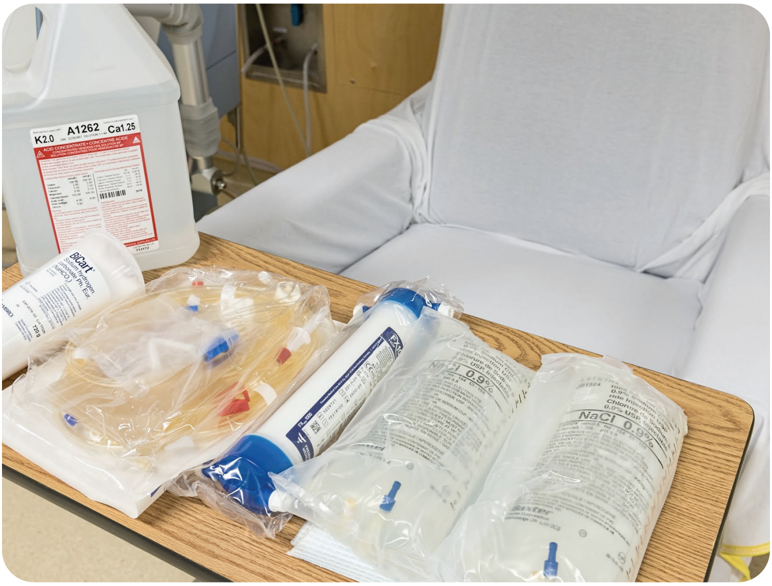
ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣਾ

ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਸਿਖਲਾਈ ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ। ਜੇ ਇਸ ਪਲੈਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਇਕ, ਸਫ਼ਰ ਖਰਚ, ਪਾਰਕਿੰਗ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਗੈਰਾ ਦੇ ਬੰਦੋਬਸਤ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਘਰ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਜ਼

ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਮਸ਼ੀਨ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਘਰ ਦੀ ਬਿਜਲੀ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਲਈ ਘਰ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਮਸ਼ੀਨ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਨੁਮਾਂਇੰਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਕੇ ਕੁੱਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸਬੰਧੀ ਕੁੱਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਇਹ ਤਬਦੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਇਸ ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਖ਼ਰਚਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਮਸ਼ੀਨ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਸਪਲਾਈਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਾਈਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ।


Heparin
10,000
USP units/10 mL
10ml


K2.0
A1262
Ca1.25
BiCart
NaCl 0.9%

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਘਰ ਹੋਵਾਂਗਾ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਾਂ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀਆਂ ਸਪਲਾਈਜ਼ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਆਰਡਰ ਕਰਾਂ?
- ਮੈਂ ਜਦੋਂ ਸੁੱਤਾ ਹੋਵਾਂ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ, ਮੇਰੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਕੀ ਫਰਕ ਪਵੇਗਾ?
- ਮੈਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਂ?
- ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸਮੇਂ ਕੀ ਮੇਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋਵੇਗੀ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਪਲਾਈਜ਼ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖਾਂਗਾ?
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਿੱਥੇ ਕਰਾਂਗਾ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕੁਰਸੀ ਤੇ ਜਾਂ ਬਿਸਤਰੇ ਵਿਚ ਕਰਾਂਗਾ?
- ਕੀ ਮੇਰੀ ਚੁਣੀ ਹੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੇਰੇ ਖੂਹ ਦਾ ਪਾਣੀ ਹਾਲ ਵਿਚ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੇਰਾ ਸੈਪਟਿਕ ਟੈਂਕ ਹੋਰ ਕੂੜਾ ਸੰਭਾਲ ਸਕੇਗਾ?
- ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਸਮੇਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਵਲੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਦੂਰ ਰੱਖਾਂਗਾ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਬਦਲਣੀ ਪਵੇਗੀ?

ਛੇਵਾਂ ਕਦਮ: ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਵਧਾਈਆਂ! ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ। ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸਿੱਖਦੇ ਸਮੇਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਤੇ ਬੋਝ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਏਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਰੁਟੀਨ ਬਣ ਜਾਏਗੀ ਅਤੇ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਜਾਏਗਾ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਕੀ ਮੈਂ ਦਿਨ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਰਾਤ ਨੂੰ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗਾ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਪੈਸੇ, ਵਿਤ ਜਾਂ ਆਵਾਜਾਈ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੌਰਾਨ ਮੈਂ ਕਿਹੜੀ ਵਰਜਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?
- ਮੇਰੇ ਪਰਵਾਰ ਜਾਂ ਪਿਆਰ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?
- ਮੈਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਜਾਂ ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਤੋਂ ਕੁੱਝ ਆਰਾਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਆਰਾਮ ਲਈ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਹੈ?
- ਸਫ਼ਰ ਲਈ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ?
- ਜਦੋਂ ਮੇਰੀ ਦਵਾਈ ਬਦਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੇਰੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਲੋਕਲ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ?
- ਜੇ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਜਾਂ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝੀ ਕਰਾਂ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਮੈਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਜਾਵਾਂਗਾ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਾਂ?
- ਮੇਰੇ ਲਈ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਜਾਂ ਐਕਸਚੇਂਜ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਸਮਾਂ ਠੀਕ ਹੈ?
- ਹੀਮਡਿਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਸਮਾਂ ਠੀਕ ਹੈ?
- ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਮੈਂ ਕਿਹੜੀ ਲੋਕਲ ਲੈਬ ਵਿਚ ਜਾਂਵਾਂ?

ਆਪਣੇ ਲਈ ਨੋਟ:

- *ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਸਮੇਂ "ਘਰ ਵਿਚ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ" ਵਾਲਾ ਕਿਤਾਬਚਾ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ*

1

2

3

4

5

6

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਪਰਕ
Important Contacts

ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਲੀਨਿਕ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ
Home Hemodialysis clinic phone number:

ਹੋਮ ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਨਰਸ Home Hemodialysis nurse:

ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ Social work:

ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ Dietitian:

ਹਸਪਤਾਲ ਸਵਿਚ ਬੋਰਡ Hospital switchboard:

ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਮੇਰੇ ਇਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ In case of an emergency call:

ਅਗਾਊਂ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਪਲੈਨ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਹੈ: ਭਵਿੱਖ ਲਈ।
My advanced care plan is kept

ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖ਼ਾਂ
Future clinic appointment dates:

BCRenal
Provincial Health Services Authority

ਫ਼ੋਨ: 604-875-7340
ਈਮੇਲ: bcrenal@bcrenal.ca
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: BCRenal.ca

Facebook.com/BCRenal
@BCRenal
Youtube.com/BCRenal

Provincial Health Services Authority — Province-wide solutions. Better health.
BC Children's Hospital
fraserhealth — Better health. Best in health care.
Interior Health
island health
northern health — the northern way of caring
Providence Health Care — How you want to be treated.
Vancouver Coastal Health — Promoting wellness. Ensuring care.