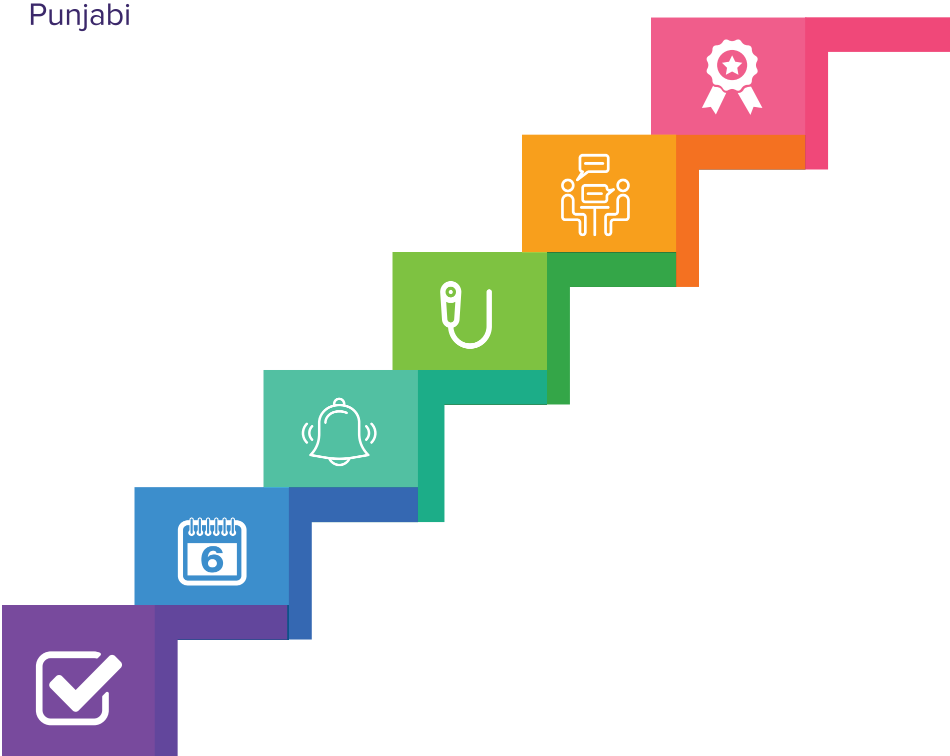
BCRenal
Provincial Health Services Authority

ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਤਬਦੀਲੀ

Transitioning to Peritoneal Dialysis

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਗਾਈਡ Patient Guide

Punjabi



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

ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ 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 ਕਰਦਾ ਹੈ।

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

ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ: ਮੈਂ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪੀ.ਡੀ. ਮੇਰੇ ਲਈ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੈ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸਿਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰ ਕੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਪੀ.ਡੀ. 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 ਪੀ.ਡੀ. ਟੀਮ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਇਸ ਪੂਰਬ ਪਰਿਚੈ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ.ਡੀ. ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ।

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

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

ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀ.ਡੀ. ਦੇ ਈ-ਲਰਨਿੰਗ ਮਾਡਿਊਲ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Kidney Care ➡ Peritoneal Dialysis ➡ Resources for Current Patients ➡ PD Training Modules

ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਖੋਗੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆਏਗੀ ਪਰ ਇਸ ਲਈ 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 ਪੀ.ਡੀ. ਬਾਰੇ ਕਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣਗੇ। ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਿਖ ਲਵੋ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਮੇਰਾ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਰੇ ਘਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਕੀ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਸਰੀਰਕ ਨੇੜਤਾ ਪੀ.ਡੀ. ਲਈ ਕੋਈ ਮਸਲਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਪੀ.ਡੀ. ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ?
- ਕੀ ਤੈਰਨਾ ਜਾਂ ਗਰਮ ਟੱਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਭਵ ਹੈ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਦੌਰਾਨ ਮੇਰਾ ਦਿਨ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ?
- ਕੀ ਪੀ.ਡੀ. ਦੌਰਾਨ ਸਫ਼ਰ ਸੰਭਵ ਹੈ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਮੈਂ ਬਦਲ ਕੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੋਰ ਕਿਹੜੇ ਸਰੋਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਮੇਂ ਪੀ.ਡੀ. ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ:

- **ਕੀ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੇ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪੀ.ਡੀ. ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਮੇਰੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਲਈ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜ ਹੈ?**
- **ਪੀ.ਡੀ. ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਫ਼ਿੱਟ ਹੋਵੇਗੀ?**
- **ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਸਮੇਂ ਪੀ.ਡੀ. ਵਿਚ ਕੌਣ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ?**

ਦੂਜਾ ਕਦਮ: ਪੀ.ਡੀ. ਲਈ ਤਿਆਰੀ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕਦੋਂ ਕਿਹੜਾ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦੇ ਕੰਮ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੋਗੇ। ਜਦੋਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੀ.ਡੀ. ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਪਲੈਨ ਬਣਾਏਗੀ।

- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣਾ – ਇਹ ਪੀ.ਡੀ. ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ 2-6 ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਚੀਰਾ ਦੇ ਕੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ – ਇਹ ਪੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਿਖਲਾਈ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਪਰਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦਿਨ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਤਕਰੀਬਨ 6 ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ – ਤੁਹਾਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ ਤਾਂ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਤੇ ਚਾਲੂ ਕਰ ਸਕੋ, ਸਪਲਾਈ ਲਈ ਆਰਡਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 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। ਪੀ.ਡੀ. 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 ਪੀ.ਡੀ. ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਸੀ।
- ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ ਘਰ ਜਾਂ ਨਵੇਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ।
- ਘਰ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. 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 ਯਾਦਾਸ਼ਤ, 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?
- ਮੇਰਾ ਕੈਥੇਟਰ ਕਦੋਂ ਫ਼ਿੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ?
- ਮੇਰਾ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗਾ?
- 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?

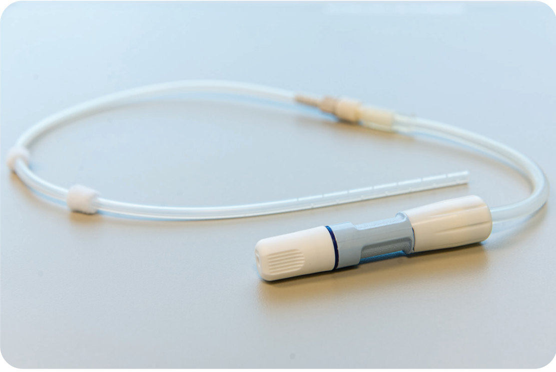
ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ:

- ਪੀ.ਡੀ. ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ **ਕਿਵੇਂ** ਫ਼ਿਟ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਘਰ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਕਿਹੜੀ** ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਲੋੜ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ **ਕਿਸ** ਨੂੰ ਮਦਦ ਲਈ ਆਖੋਗੇ?
- ਤੁਸੀਂ ਪੀ.ਡੀ. **ਕਿੱਥੇ** ਕਰੋਗੇ? ਆਪਣੇ ਘਰ, ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਸਕੂਲੇ? ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖੋਗੇ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਦੇ ਘੋਲ ਦਾ ਬਕਸਾ ਤਕਰੀਬਨ 30 ਪੌਂਡ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਈਜ਼ 10”X15”X10” ਹੋਵੇਗਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 20-60 ਬਕਸੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਤੀਜਾ ਕਦਮ: ਇਹ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ



ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਇੱਕ ਨਰਮ ਜਿਹੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਟਿਊਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਜਾਂ ਸਟਰਨਮ (sternum) ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀ ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਖਲਾਅ ਕਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਥੇਟਰ ਪੀ.ਡੀ. ਘੋਲ ਨੂੰ ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਖਲਾਅ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਜਾਣ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੈਥੇਟਰ ਦਾ ਇੱਕ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਦੂਸਰਾ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਖਲਾਅ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

1
2
3
4
5
6

ਤੁਹਾਡੀ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਬਾਰੇ ਖਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ।

ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ:

- ਤਾਰੀਖ਼, ਟਾਈਮ, ਅਤੇ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ। ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਤੋਂ 2-6 ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਖਾਸ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਜਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ। ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੇਟੀ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਦੂਰ ਅਤੇ ਤਕਰੀਬਨ 2.5 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਥੱਲੇ ਅਤੇ ਧੁੰਨੀ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਕਰੀਬਨ 5-10 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਕੈਥੇਟਰ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਹੈ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਸਮੇਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ 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 ਪੀ.ਡੀ. ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਲੈ ਕੇ ਆਵੇ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਦਦ ਲਈ ਪਲੈਨ ਕਰੋ ਜੋ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਹ ਸਭ ਸਪਲਾਈ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਥੇਟਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਸ਼ੰਕੇ ਹਨ ਤਾਂ ਪੀ.ਡੀ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਕੀ ਇਸ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?
- ਕੀ ਇਹ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲੋਕਲ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਨ ਕਰ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ?
- ਇਸ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਟਾਈਮ ਲੱਗੇਗਾ?
- ਕੀ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਂ ਕੁੱਝ ਖਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾ ਲਵਾਂ?
- ਕੀ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਮ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਘਰ ਜਾ ਸਕਾਂਗਾ?
- ਮੈਂ ਘਰ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਕੈਥੇਟਰ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਾਂ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਸ਼ੰਕੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਾਂ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਕੌਣ ਲੈ ਕੇ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਕੌਣ ਵਾਪਸ ਲਿਆਵੇਗਾ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ?
- ਲੋੜ ਸਮੇਂ ਘਰ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ?
- ਕੋਈ ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ ਚੁੱਕਣ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ?
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਮੇਰੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ?

ਚੌਥਾ ਕਦਮ: ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੀ ਨਰਸ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਬਾਅਦ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬੁੱਕ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਆਵੇਗੀ। ਇਸ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਬਦਲੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੈਥੇਟਰ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਨੂੰ ਪੀ.ਡੀ ਘੋਲ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਟਾਂਕੇ ਖੋਲ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਪੱਟੀਆਂ ਬਦਲਣ ਲਈ ਬੁੱਕ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਡੋਰੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਏ ਜਿਵੇਂ ਦੱਸਿਆ ਜਾਏ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ.ਡੀ. ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਦੱਸਿਆ ਜਾਏਗਾ।

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਪੀ.ਡੀ. ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ:

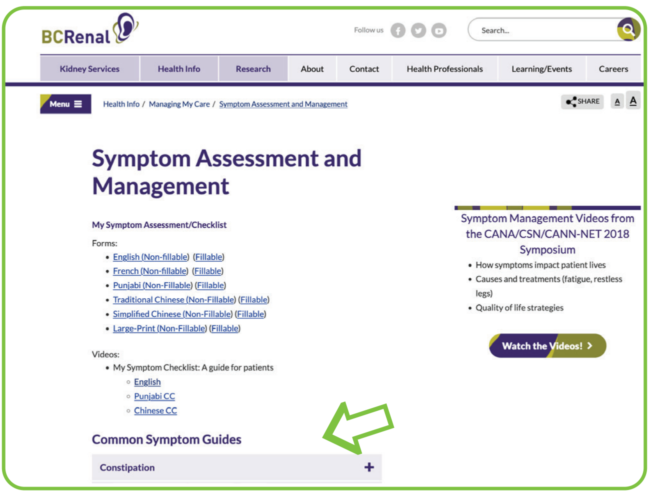
- ਕੈਥੇਟਰ ਉੱਪਰ ਲੱਗੀ ਪੱਟੀ ਗਿੱਲੀ ਹੈ, ਖ਼ੂਨ ਲੱਗਾ ਹੈ ਜਾਂ ਡਿੱਗ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾ ਹਟਾਓ।
    - ▶ ਜੇ ਪੱਟੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਸਿੱਲ੍ਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਉੱਪਰ ਜਾਲੀਦਾਰ ਗਾਜ (gauze) ਪਾ ਦਿਓ।
    - ▶ ਜੇ ਪੱਟੀ ਢਿੱਲੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਿਰੇ ਤੇ ਟੇਪ ਲਗਾ ਕੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਨਾਲ ਚਿਪਕਾ ਦਿਓ।
- ਜੇ ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਦਰਦ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਦ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਵੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ।

ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿਚ 4-6 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੈਥੇਟਰ ਦੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕੈਥੇਟਰ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਦੁਆਲਾ ਖੁਸ਼ਕ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ਾਵਰ, ਨਹਾਉਣਾ ਜਾਂ ਤਰਨਾ ਨਹੀਂ। ਸਿਰਫ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਪੌਂਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਨਵੇਂ ਲਗਾਏ ਗਏ ਕੈਥੇਟਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਪੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਕੈਥੇਟਰ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਲਵੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੀਆਂ ਜੁਲਾਬ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ ਤਾਂ ਕਿ ਪੇਟ ਸਾਫ਼ ਰਹੇ। ਪੀ.ਡੀ. ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ 3 ਦਿਨ ਪੇਟ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕਬਜ਼ੀ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ:

BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Managing my Care ➡ Symptom Assessment Management



10 ਕਿੱਲੋ (22 ਪੌਂਡ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਰ ਚੱਕਣ ਤੋਂ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਮ ਬਾਅਦ ਜੇ ਗਰੌਸਰੀ, ਲਾਂਡਰੀ, ਜਾਂ ਬਾਗਬਾਨੀ ਵਿਚ ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ ਚੁੱਕਣੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਵਾਲੀ ਸਰਗਰਮੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਦਦ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰੋ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਕੈਥੇਟਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤੱਕ ਮੈਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾ?
- ਮੈਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਾਂ?
- ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਜਾਂ ਸੈਨੇਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਇਤਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚਲੀ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਪਹੁੰਚ ਵਾਲੀ ਵੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵੀ ਸੌਖ ਹੋਵੇ?
- ਮੈਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਾਂਗਾ?

ਪੰਜਵਾਂ ਕਦਮ: ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ੁਰੂ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਕੈਥੇਟਰ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਾਰੀਖ਼, ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਏਗਾ। ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪੀ.ਡੀ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੇ ਨਿਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਦਦਗਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਲਿਆਓ। ਇਸ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗੀ। ਪੀ.ਡੀ. ਯੰਤਰ ਕਿਵੇਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਏਗਾ। ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ.ਡੀ. ਨਰਸ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰਨ ਲਈ ਕਦੋਂ ਤਿਆਰ ਹੋ।

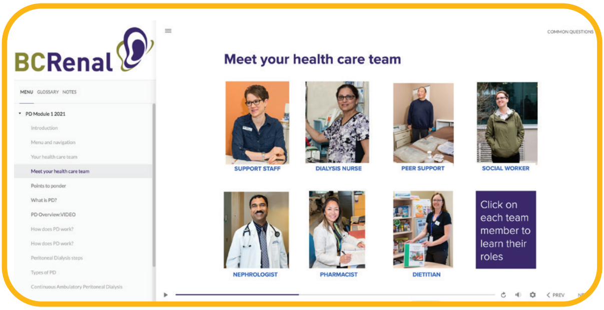
ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਏ ਜਾਣਗੇ:

- ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੁਤੰਤਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕਰਨੀ
- ਪੀ.ਡੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਐਕਸਚੇਂਜਿਜ਼ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ
- ਸਫ਼ਾਈ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣੀ ਹੈ
- ਪੀ.ਡੀ. ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਘਰ ਵਿਚ ਹੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ
- ਕਲੀਨਿਕ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰਨਾ

ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

- ਤੁਸੀਂ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਯੰਤਰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਹੀ ਰੱਖਣੇ ਹਨ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਠੰਡ ਜਾਂ ਗਰਮੀ ਕਰ ਕੇ ਪੀ.ਡੀ. ਦਾ ਘੋਲ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਥਾਂ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਏ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਲੈਣ ਲਈ ਕੋਈ ਘਰ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੇ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਸਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਕਬਜ਼ੀ ਤੋਂ ਬਚੋ– ਜਿਵੇਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜੁਲਾਬ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ।

- ਪੀ.ਡੀ. ਐਕਸਚੇਂਗ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਪੀ.ਡੀ. ਕੈਥੇਟਰ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਜਦ ਤੱਕ ਪੀ.ਡੀ. ਨਰਸ ਨਾ ਕਹੇ ਸ਼ਾਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ।
- ਪਾਲਤੂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਵਾਰ ਵਿਚ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਜਦੋਂ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਕੋਈ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਸਵੱਛਤਾ ਅਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਗੰਦਗੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਪਾਲਤੂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
- ਪੀ.ਡੀ. ਦੇ ਈ-ਸਿਖਿਆ ਵਾਲੇ ਲੇਖ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਦੇਖੋ: **BCRenal.ca ➡ Health Info ➡ Kidney Care ➡ Peritoneal Dialysis ➡ Resources for Current Patients ➡ PD Patient Training Modules**



ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਘਰ ਹੋਵਾਂਗਾ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕੌਣ ਰੱਖੇਗਾ?
- ਜੇ ਘਰ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. ਦੇ ਇਲਾਜ ਸਮੇਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਾਂ?
- ਮੈਂ ਪੀ.ਡੀ ਸਪਲਾਈ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਆਰਡਰ ਕਰਾਂ?
- ਮੈਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸਾਈਕਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ CAPD ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ?
- ਮੈਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਂ?
- ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਹੁਣ ਜਦ ਮੈਂ ਪੀ.ਡੀ. ਤੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਬਦਲੇਗੀ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਪਲਾਈ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖਾਂਗਾ?
- ਮੈਂ ਪੀ.ਡੀ. ਐਕਸਚੇਂਜ ਕਿੱਥੇ ਕਰਾਂਗਾ ਘਰ, ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਸਕੂਲੇ?
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪੀ.ਡੀ. ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵਾਂਗਾ ਤਾਂ ਪਾਲਤੂ ਨੂੰ ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਦੂਰ ਰੱਖਾਂਗਾ?

ਛੇਵਾਂ ਕਦਮ: ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਵਧਾਈਆਂ! ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਪੀ.ਡੀ. ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ। ਇਹ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀ.ਡੀ. ਸਿੱਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮਨ ਤੇ ਭਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਰੁਟੀਨ ਬਣ ਜਾਏਗੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਫਿੱਟ ਹੋ ਜਾਏਗੀ।

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

- ਕੀ ਮੈਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸਾਈਕਲਰ ਤੇ ਜਾ ਸਕਾਂਗਾ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਪੈਸੇ, ਵਿਤ ਜਾਂ ਆਉਣ ਜਾਣ ਵਿਚ ਦਿੱਕਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੌਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਪੀ.ਡੀ. ਦੌਰਾਨ ਮੈਂ ਕਿਹੜੀ ਵਰਜਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
- ਮੇਰੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?
- ਕੀ ਕੋਈ ਐਸੀ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਮੇਰੇ ਪਰਵਾਰ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕੇ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ?
- ਮੈਂ ਸੰਕਟ ਦੀ ਸਥਿੱਤੀ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋਵਾਂ?
- ਜਦੋਂ ਮੇਰੀ ਦਵਾਈ ਬਦਲੀ ਜਾਏਗੀ ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੇਰੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ?
- ਜੇ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਦਵਾਈਆਂ ਬਦਲੇ ਜਾਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੀ ਗੁਰਦਿਆਂ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝੀ ਕਰਾਂ?

ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਕਰਨੇ ਹਨ

- How will I get to any clinic appointments?
- Who would I call if I need help?
- When is the best times for me to do PD procedures or exchanges?

ਆਪਣੇ ਲਈ ਨੋਟ:

- *ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਸਮੇਂ ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਤਬਦੀਲੀ ਕਿਤਾਬਚਾ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ*

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਪਰਕ
Important Contacts

ਪੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ
PD clinic phone number ______________________

ਪੀ.ਡੀ. ਨਰਸ **PD nurse** ______________________

ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ **Social work** ______________________

ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ **Dietitian** ______________________

ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਸਵਿੱਚ ਬੋਰਡ
Hospital switchboard ______________________

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਮੇਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ
In case of an emergency call

____

ਮੇਰਾ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਪਲੈਨ ਇੱਥੇ ਪਿਆ ਹੈ
My advanced care plan is kept

____

ਮੇਰੀਆਂ ਕਲੀਨਿਕ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
Future clinic appointment dates

____

____

____

____

____

BCRenal
Provincial Health Services Authority

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

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

Provincial Health Services Authority · BC Children's Hospital · fraserhealth · Interior Health · island health · northern health · Providence Health Care · Vancouver Coastal Health