

Punjabi

ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

A Guide to Your Pacemaker
Information for Patients and Families

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਇੱਥੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ: You are having your procedure at:

ਰਾਇਲ ਕੋਲੰਬੀਆ ਹਸਪਤਾਲ

330 ਈਸਟ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਟ੍ਰੀਟ

ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਿਨਸਟਰ, ਬੀ.ਸੀ.

- ਆਪਣੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ 'ਚੈਕ-ਇਨ ਟਾਈਮ' ਤੇ **ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ** ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।
- ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਮੁੱਖ ਲਾਬੀ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਬਾਹਰ ਹੈ ਜੋ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਹਰੇ ਜ਼ੋਨ ਵਿਚ ਸਥਿੱਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਇੱਥੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ: You are having your procedure at:

ਜਿਮ ਪੈਟੀਸਨ ਆਊਟਪੈਸ਼ੈਂਟ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਸੈਂਟਰ

9750-140 ਸਟ੍ਰੀਟ

ਸਰੀ ਬੀ.ਸੀ.

- ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਜਾਂ ਭੂਮੀਗਤ ਪਾਰਕੇਡ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਆਓ।
- ਐਲੀਵੇਟਰ ਰਾਹੀਂ 4ਬੀ ਮੰਜ਼ਲ (ਲੈਵਲ 4) ਤੇ ਆਓ।
- ਸੰਕੇਤ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਸਰਜੀਕਲ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਵਿਚ ਆਓ ਜੋ ਸੁਭਾ 6:30 ਵਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਇੱਥੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ: You are having your procedure at:

ਐਬਟਸਫ਼ੋਰਡ ਰੀਜਨਲ ਹਸਪਤਾਲ

32900 ਮਾਰਸ਼ਲ ਰੋਡ

ਐਬਟਸਫ਼ੋਰਡ, ਬੀ.ਸੀ.

- ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਰਾਹੀਂ ਆਓ
- ਐਲੀਵੇਟਰ ਰਾਹੀਂ 4ਬੀ ਮੰਜ਼ਲ (ਲੈਵਲ 4) ਤੇ ਫਰੇਜ਼ਰ ਵਿੰਗ ਵਿਚ ਆਓ
- ਐਲੀਵੇਟਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਮੁੜੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਮੁੜ ਕੇ ਥੱਲੇ ਸਰਜੀਕਲ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਵਿਚ ਜਾਓ ਜੋ ਸੁਭਾ 6:00 ਵਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗਾ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

- ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਲਗਾਓ।
- ਜੋ ਵੀ ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਹਨ ਉਹ ਲਿਖੋ।
- ਆਪਣੇ ਡਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇੱਥੇ ਹਾਂ।

ਕਾਰਡਿਐਕ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਤਤਕਰਾ

Table of Contents

ਜਾਣਨ ਯੋਗ ਸ਼ਬਦ	1
ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਵਾ ਰਹੇ ਹੋ	3
ਮੈਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ?	3
ਪੇਸਮੇਕਰ ਕੀ ਹੈ?	3
ਇੱਕ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਚੱਲਦਾ?	4
ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਈ ਤਿਆਰੀ	5
ਕੁਝ ਹਫਤੇ ਜਾਂ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ	5
ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਾਮ	8
ਪ੍ਰੋਸਜੀਰ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ	9
ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਾਉਣਾ	11
ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ	11
ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ	12
ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਠੀਕ ਹੋਣਾ	13
ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਵਾ ਕੇ ਘਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ	15
ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ	15
ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ	15
ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ	17
ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ	21
ਪੇਸਮੇਕਰ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ	22
ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ	22
ਘਰ ਵਿਚ, ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ	23
ਸਕਿਓਰਟੀ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਣਾ	24

ਸਰੋਤ

Resources

ਪੇਸਮੇਕ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ

1-855-529-7223

ਮੈਡਿਕ ਅਲਰਟ

1-800-668-1507

www.medicalert.ca

ਮੈਡਟ੍ਰਾਨਿਕ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਕੰਪੈਟੀਬਿਲਿਟੀ ਗਾਈਡ
ਚੁੰਬਕੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਅਤੇ ਰੋਡੀਏਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

[www.medtronic.com/ca-en/
your-health/electromagnetic-guide.html](http://www.medtronic.com/ca-en/your-health/electromagnetic-guide.html)

ਜਾਣਨ ਯੋਗ ਸ਼ਬਦ

Words to Know

ਐਂਟੀਬਾਈਅਟਿਕ (Antibiotic) – ਬੈਕਟੇਰੀਆ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਹੋਈਆਂ ਇਨਫੈਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ।

ਕਾਰਡੀਅਕ ਰੀਸਿੰਕਰੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ {Cardiac Resynchronization Therapy (CRT)}

ਇਕ ਯੰਤਰ ਜੋ ਬਜਲੀ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਭੇਜ ਕੇ ਦਿਲ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਖਾਨਿਆਂ (ਵੈਂਟ੍ਰੀਕਲ) ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਲਿਆ ਕੇ ਇੱਕ ਸੰਯੋਨਾਤਮਿਕ (ਰੀਸਿੰਕਰੋਨਾਈਜ਼ਡ) ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਖੂਨ ਪੰਪ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਡੀਆਲੋਜਿਸਟ (Cardiologist) – ਦਿਲ ਦਾ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ।

ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਾਡੀਓਗ੍ਰਾਮ (ਈ.ਕੇ.ਜੀ. ਜਾਂ ਈ.ਸੀ.ਜੀ.) {Electrocardiogram (EKG or ECG)} – ‘ਇਲੈਕਟ੍ਰੋ’ ਦਾ ਮਤਲਬ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ, ‘ਕਾਡੀ’ ਦਾ ਮਤਲਬ ਦਿਲ, ‘ਗ੍ਰਾਮ’ ਦਾ ਮਤਲਬ ਛਪਣਾ। ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਾਡੀਓਗ੍ਰਾਮ ਇੱਕ ਟੈਂਸਟ ਹੈ ਜੋ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਜਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਚੈਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਫਿਰ ਪ੍ਰਿੰਟ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਂਸਟ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਆਮ ਬਿਜਲਈ ਸਿਸਟਮ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਫਿਜ਼ਿਆਲੋਜਿਸਟ (Electrophysiologist} – ਦਿਲ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਜੋ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਜਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿਚ ਮਾਹਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ (Health care provider) – ਇਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸਾਂ, ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ, ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ, ਕਾਇਰੋਪੈਕਟਰ, ਮਸਾਜ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਅਟੈਂਡੈਂਟ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਜੋ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹਾਰਟ ਮੋਨੀਟਰ (Heart monitor) – ਇਹ ਮਸ਼ੀਨ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਜਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀ ਤਾਲ/ਲੈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਮੋਨੀਟਰ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮੋਨੀਟਰ ਵਿਚ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਅਲਾਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਨਰਸ ਵੱਲੋਂ ਸੈਟ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਦੇ ਨੰਬਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ ਤੇ ਵੱਜਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਹੈਲਥ ਮੋਨੀਟਰ ਨੂੰ 2 ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ: ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਬਿਸਤਰੇ ਕੋਲ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਡੈਸਕ ਤੇ।

ਇੰਪਲਾਂਟੇਬਲ ਕਾਰਡੀਓਵਰਟਰ ਡੀਫਿਬ੍ਰੀਲੇਟਰ (ਆਈ.ਸੀ. ਡੀ.) {Implantable Cardioverter Defibrillator (ICD)} – ਇੱਕ ਯੰਤਰ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਜਾਂ ਝਟਕੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਐਰੀਬਿਆਸ ਨੂੰ ਕੰਟੋਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਚੀਰਾ (Incision) – ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਚੀਰਾ।

ਇੰਟਰਾਵੇਨਸ ਲਾਈਨ (Intravenous line) – ਇੰਟਰਾਵੇਨਸ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਈ.ਵੀ. ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ('ਇੰਟਰਾ' ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਵਿਚ ਅਤੇ ਵੇਨਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਨਾੜੀ)।

ਅਸੀਂ ਚਮੜੀ ਰਾਹੀਂ ਇਕ ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਆਈ.ਵੀ. ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਹੱਥ, ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਪੈਰ ਦੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਤਰਲ ਇਸ ਇੰਟਰਾਵੇਨਸ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਪੇਸਮੇਕਰ (Pacemaker) – ਇੱਕ ਡਾਕਟਰੀ ਯੰਤਰ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਕੰਟੋਲ ਜਾਂ ਨਾਰਮਲ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਵਾ ਰਹੇ ਹੋ

Having a Pacemaker

ਮੈਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ?

Why do I need a pacemaker?

ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਤਾਂ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਬਹੁਤ ਆਹਿਸਤਾ ਹੋ ਜਾਏ। ਪੇਸਮੇਕਰ ਤੇਜ਼ ਜਾਂ ਅਸਾਧਾਰਨ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦਾ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦਰੁਸਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

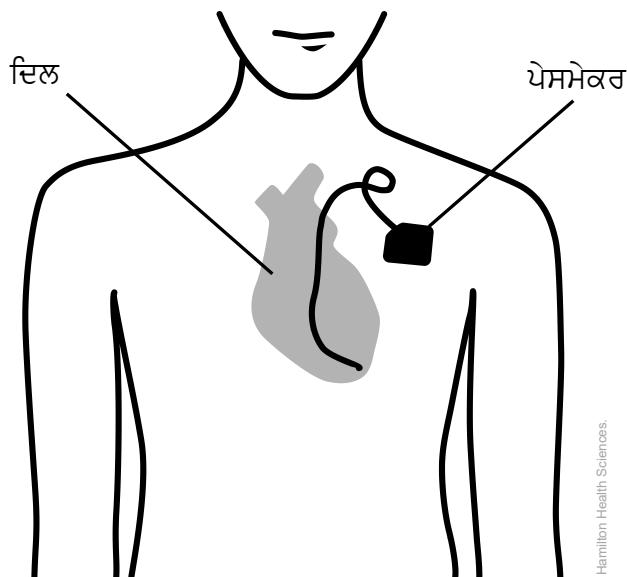
ਪੇਸਮੇਕਰ ਕੀ ਹੈ?

What is a pacemaker?

ਪੇਸਮੇਕਰ ਇੱਕ ਯੰਤਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਹੰਸਲੀ (collarbone.) ਦੇ ਨੇੜੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਤਕਰੀਬਨ 135 ਗ੍ਰਾਮ ਜਾਂ 5 ਅੱਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਭਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਨ ਦਾ ਦੂਜਾ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਸਾਈਜ਼ ਅਤੇ ਭਾਰ ਪੁਰਾਣੀ ਜੇਬ ਵਾਲੀ ਘੜੀ ਜਿੰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



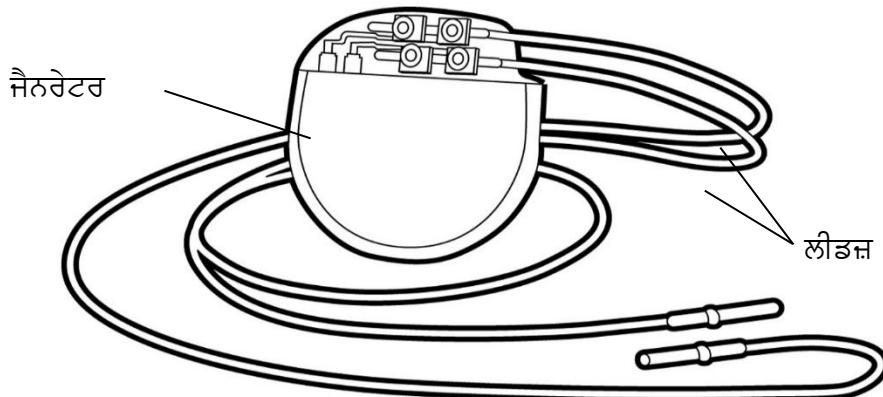
© Hamilton Health Sciences.

ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੇ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਬੈਟਰੀ ਜਾਂ ਜੈਨਰੇਟਰ
- ਤਾਰਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੀਡਜ਼ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਜੈਨਰੇਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਅਤੇ ਤਾਲ/ਲੈ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਇਹ ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਿਜਲੀ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜ ਕੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਲੀਡਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀਆਂ ਇੱਕ, ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਲੀਡਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।



© Hamilton Health Sciences.

ਇੱਕ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਚੱਲਦਾ?

How long does a pacemaker last?

ਲੀਡਜ਼ 20 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਚੱਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਬਦਲ ਦੇਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੈਟਰੀ ਦਾ ਸਮਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਟਾਈਪ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬੈਟਰੀ 6-15 ਸਾਲ ਤੱਕ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਿਵੇਂ ਸੈਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਬੈਟਰੀ 6-12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸਪੇਸਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੇ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰਾਂ ਚੈਕ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਸਮੇਕਰ ਜੇ ਕਾਡਿਐਕ ਰੀਸਿੰਕਰੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲੈਕਟਰੋਫਿਜ਼ੀਅਲੋਜਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਯੰਤਰ ਦੀ ਰਿਮੋਟ (ਵਾਇਰਲੈਸ) ਨਿਗਰਾਨੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਈ ਤਿਆਰੀ

Preparing for a Pacemaker

ਕੁੱਝ ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

Weeks or days before

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ ਤਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।

ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਾ ਹੈ:

- ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਵਿਸ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਕੋਅਰ ਕਾਰਡ
(ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਜੀ ਹੈਲਥ ਨੰਬਰ ਲਈ)
- ਐਨਕਾਂ ਅਤੇ ਕੰਨਾਂ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਜੋ ਲੋੜ ਹੋਵੇ
- ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ
- ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਨੋਟ ਲੈਣ ਅਤੇ ਜੋ ਕੁੱਝ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾਏ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਨੋਟ: ਜੇ ਮੈਡੀਕਲ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲ ਜਾਂ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੁਭਾਸੀਏ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸੋ ਜਦ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਛੋਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਇੰਟਰਪ੍ਰੈਟੇਸ਼ਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਜ਼ਿਟ ਦੌਰਾਨ:

- ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੱਡ ਟੈਂਸਟ, ਇਲੈਕਟਰੋਕਾਰਡੀਓਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਛਾਤੀ ਦੇ ਐਕਸਰੇ (ਏ.ਸੀ.ਜੀ.) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਾਂਗੇ।
- ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਾਂਗੇ ਕਿ ਇਹ ਟੈਂਸਟ ਕਿੱਥੇ ਕਰਵਾਉਣੇ ਹਨ।
- ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਾਂਗੇ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਅਸੀਂ ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਵਾਂਗੇ ਕਿ:
 - ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਦੋਂ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਕਿਵੇਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨੀ ਹੈ।
 - ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ।
- ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ।

ਕਲੋਰੋਹੈਕਸਾਡਾਈਨ ਗਲੁਕੋਨੇਟ ਸਾਬਣ ਖਰੀਦਣ ਦਾ ਵਧੀਆ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਸਾਫ਼ ਕਰੋਗੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਇੱਕ ਰਾਤ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ। ਕਲੋਰੋਹੈਕਸਾਡਾਈਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਲੋਰੋਹੈਕਸਾਡਾਈਨ 2% ਅਤੇ 4% ਵਿਚ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਰਲ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਸਪੋਂਜ ਜਿਹਾ ਜਾਂ ਵੂਈਪ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਹੀ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਪਲੈਨ ਕਰਨਾ ਹੈ:

- ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ।
- ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚੋਂ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ।
ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਣ ਤੋਂ 1 ਹਫ਼ਤਾ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਦੇ।
- ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ:
 - ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਕਿ ਕੋਈ ਇਹ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।
 - ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਪੜ੍ਹਣ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਲਈ ਮਦਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾਓ ਤਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਲਿਾਂ ਹੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੋ ਅਤੇ ਪੇਸਮੈਕਰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਉਸ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀਆਂ ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੱਡ ਦੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟਾਂ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਨਗੇ।
- ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪੇਸਮੈਕਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੱਕ ਜਾਣ ਲਈ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਗੇ।

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਾਮ

The evening before the procedure

- ਸ਼ਾਮੀਂ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਨੈਕ ਖਾਓ।
- ਸ਼ਾਵਰ ਲਵੇ। ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਵਿਜ਼ਿਟ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਨਾਲ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਵਾਈਪ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਸ਼ਾਵਰ ਲਵੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਕਾਓ।
 - ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਵਾਈਪ ਨਾਲ ਪੂੰਝੇ ਗਰਦਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਕੇ ਹੇਠਾਂ ਕਮਰ ਤੱਕ (ਆਪਣੀਆਂ ਕੱਢਾਂ ਸਮੇਤ)।
 - ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਤੇ ਸੁਕਣ ਦਿਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿਪਚਿਪਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਪਰ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਧੋਣਾ।
- ਨੋਟ:** ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਏ ਜਾਂ ਖਾਰਸ਼ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਦਮ ਚਮੜੀ ਧੋ ਦਿਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਸਪੈਂਜ ਜਾਂ ਤਰਲ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਸ਼ਾਵਰ ਲਵੇ।
- ਸਪੈਂਜ ਨੂੰ ਗਿੱਲਾ ਕਰ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਲੋ ਜੱਦ ਤੱਕ ਝੱਗ ਨਾ ਬਣ ਜਾਏ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਤਰਲ ਗਿੱਲੇ ਕੱਪੜੇ ਤੇ ਪਾਕੇ ਖੂਬ ਮਲੋ ਤਾਂ ਕਿ ਝੱਗ ਬਣ ਜਾਏ।
- ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਗਰਦਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਕੇ ਹੇਠਾਂ ਕਮਰ ਤੱਕ (ਆਪਣੀਆਂ ਕੱਢਾਂ ਸਮੇਤ)।
- ਇਹ ਝੱਗ ਸਰੀਰ ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 2 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਰਹਿਣ ਦਿਓ।
- ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਭ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਦਿਓ।

- ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ।
- ਰਾਤੀਂ ਅੱਧੀ ਰਾਤ (12 ਵਜੇ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਨਾ ਖਾਓ।**
- ਜੇ ਰਾਤੀਂ ਜਾਗ ਜਾਓ ਅਤੇ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਪੀਓ (ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ, ਸੇਬ ਦਾ ਚੂਸ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਾਫ਼ ਚਾਹ)।

ਪ੍ਰੋਜੀਕਟ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ

The morning of your procedure

ਨੋਟ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਜੀਕਟ ਕੈਂਸਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਰਾਤੀਂ 12:00 ਵਜੇ (ਅੱਧੀ ਰਾਤ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ।
- ਸੁਭਾ 5:00 ਵਜੇ 1 ਜਾਂ 2 ਗਲਾਸ ਸੇਬ ਜਾਂ ਕ੍ਰੋਨਬੈਰੀ ਦਾ ਜੂਸ ਪੀਓ।
- ਸੁਭਾ 5:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਨਾ ਪੀਓ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਪ੍ਰੋਜੀਕਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਵੇਰੇ ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਘੁੱਟ ਕੁ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਵੇ।
ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੂਗਰ ਹੈ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਗਹਿਣੇ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
- ਸ਼ਾਵਰ ਲਵੇ ਜਾਂ ਨਹਾਓ। ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਉਪਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਕਲੋਰੋਕਸੀਡਾਈਨ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਪਿਛਲੀ ਰਾਤ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਪਿਛਲਾ ਪੰਨਾ ਦੇਖੋ।
- ਚਮੜੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਧੋਤੇ ਹੋਏ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ।

ਹਸਪਤਾਲ ਕੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਾ ਹੈ:

- ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਵਿਸਜ਼ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਕੈਅਰ ਕਾਰਡ (ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਜੀ ਹੈਲਥ ਨੰਬਰ ਲਈ)
- ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਪਹਿਚਾਣ ਪੱਤਰ
- ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ
- ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ
- ਨਕਲੀ ਦੰਦ
- ਕੰਨਾ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ ਅਤੇ ਸਪੇਅਰ ਬੈਟਰੀਆਂ
- ਐਨਕਾਂ
- ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਵੇ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਘਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਏ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਆਓ ਜਿਵੇਂ ਗਹਿਣੇ, ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਾਉਣਾ

Inserting the Pacemaker

ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਾਉਣ ਨੂੰ 1 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਅਸੀਂ ਖਾਸ ਕਮਰਾ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਕਮਰੇ ਵਾਂਗ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

Before the procedure

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਾਲਾ ਗਾਊਨ ਪਾਊਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਪਹਿਣ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ
- ਕੱਛਾ
- ਐਨਕਾਂ
- ਕੰਨਾਂ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ

*ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਗਹਿਣੇ
ਨਹੀਂ ਪਾਊਣੇ।

ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਸਮਝਾਏਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਜੋ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹੈ ਉਹ ਪੁੱਛੋ। ਅਸੀਂ ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦਾ ਫਰਮ ਦਸਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਰਟ ਮੋਨੀਟਰ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਲਾਈਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਰੋਕਖਾਮ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਅਸੀਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਨਾੜੀ ਦੀ ਲਾਈਨ ਢੁਆਰਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੁਸਤ ਜਿਹੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।

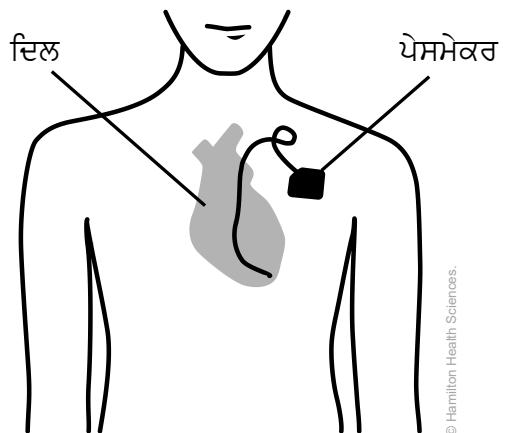
ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਜ਼ਰਾ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡੈਂਚਰ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਕਹਾਂਗੇ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

How the pacemaker is placed

ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖਬਰੂ ਹੋ ਜਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸੋ।



© Hamilton Health Sciences.

1. ਜਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ
ਡਾਕਟਰ ਉੱਥੇ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਸੁੰਨਤਾ 4-5 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
2. ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਹੰਸਲੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਇੱਕ ਡੋਟਾ ਜਿਹਾ ਚੀਰਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
3. ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀਆਂ ਲੀਡਜ਼ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਨਾੜੀ ਰਾਹੀਂ ਐਕਸਰੇ ਕੈਮਰਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਦਿਲ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
4. ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਲੀਡਜ਼ ਨੂੰ ਦਿਲ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦੂਜਾ ਸਿਰਾ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੇ ਜੈਨਰੇਟਰ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
5. ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਟੈਂਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
6. ਜੈਨਰੇਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਥੱਲੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
7. ਚੀਰੇ ਨੂੰ ਟਾਂਕੇ ਲਗਾ ਕੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਹ ਟਾਂਕੇ ਵਿਚੇ ਹੀ ਘੁਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਟਾਂਕਿਆਂ ਉੱਤੇ ਚਿੱਟਾ ਟੇਪ ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਸਟੇਰੀ-ਸਟਰਿਪ' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਾਗ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਚੀਰੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਤਰੀਕਾ ਵਰਤੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿਆਂਗੇ ਕਿ ਚੀਰੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।
8. ਅਸੀਂ ਚੀਰੇ ਤੇ ਡੋਟੀ ਜਿਹੀ ਪੱਟੀ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਠੀਕ ਹੋਣਾ

Recovering in the hospital

ਜਦੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਠੀਕ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਕੁੱਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫੇਨ (ਟੈਲੀਨੋਲ) ਲਗਾਤਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਿ ਦਰਦ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾ ਬਣ ਜਾਏ।

ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਦ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਤੇਜ਼ ਹੈ ਅਸੀਂ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਇੱਕ ਪੈਮਾਨੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਿਹਰਿਆਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਦਰਦ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ)। ਖੱਬੇ ਤੋਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਚਿਹਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਚਿਹਰੇ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਕੇ ਦੱਸ ਸਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ 0-10¹ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਦਰਦ ਬਿਆਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



0	2	4	6	8	10
no pain	a little pain	more pain	even more pain	a lot of pain	very much pain
ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ	ਥੋੜ੍ਹੀ ਦਰਦ	ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ	ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ	ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ	ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ

- ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 2 ਘੰਟੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਦਾ ਮੋਨੀਟਰ ਚਾਲੂ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੇ ਰੇਟ ਨੂੰ ਚੈਕ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਆਮ ਵਰਗੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੇ ਰੇਟ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨੂੰ ਵੀ ਚੈਕ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਆਮ ਵਰਗੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਵਾਂਗ ਖਾ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਾਇਲੈਂਟ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਉੱਠਣ ਲਈ ਮਦਦ ਲਵੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਠੀਕ ਪਹਿਲਾਂ:

- ਅਸੀਂ ਇੰਟਰਵੇਨਸ ਹਟਾ ਦਿਆਂਗੇ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਖਾਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿਆਂਗੇ।

ਜੇ ਪੇਸ਼ਮੇਕਰ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚੋਂ ਆਏ ਹੋ ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਯੋਗ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਭੇਜ ਦਿਆਂਗੇ।

ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਲਿਖ ਲਵੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਪਰਚੀ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪੇਸ਼ਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੇ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਦੋਂ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਮੰਗਣੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਪੇਸ਼ਮੇਕਰ ਦਾ ਅਸਥਾਈ ਪਹਿਚਾਣ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਮੇਕਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲਾ ਕਿਤਾਬਚਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸ਼ਮੇਕਰ ਦਾ ਪੱਕਾ ਕਾਰਡ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ 2-3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਆਏਗਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਸਾਮਾਨ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਲੈ ਜਾਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਵਾ ਕੇ ਘਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ

Going Home with a Pacemaker

ਅਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਓਗੇ।

ਇਸ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿਚ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਕਦੋਂ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਮੰਗਣੀ ਹੈ, ਪਹਿਲੇ 4-6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਪਾਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਖਾਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਕਿ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ

When to see your doctor

ਘਰ ਜਾਣ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ:

- ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਛੋਨ ਕਰ ਕੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬਣਾਓ।
- ਦਫ਼ਤਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਪਹਿਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੋਨ ਕਰ ਕੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦੱਸੇਗਾ। ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ ਅਕਸਰ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ 4-6 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

When to get help

ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਆਏ ਤਾਂ **911** ਨੂੰ ਛੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਨੇੜੇ ਵਾਲੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਜਾਓ:

- ਚੱਕਰ ਆਉਣ ਜਾਂ ਸਿਰ ਹਲਕਾ ਲੱਗੇ
- ਅੱਖਾਂ ਅੱਗੇ ਹਨੇਰਾ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣਾ
- ਛਾਤੀ ਜਾਂ ਮੌਦਿਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਖ਼ਤ ਦਰਦ
- ਸਾਹ ਫੁੱਲਣਾ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ
- ਦਿਲ ਧੱਕ ਧੱਕ ਕਰਨਾ
- ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰੀ
- ਬਹੁਤ ਬਕਾਵਟ
- ਹਿਚਕੀ ਲੱਗਣੀ ਜਾਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਫੜਕਣਾ
- 38.5°C (101.3°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੁਝਾਰ
- ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਪੱਟੀ ਵਿਚੋਂ ਨਵਾਂ ਖੂਨ ਆਉਣਾ

- ਜੇ ਐਸਾ ਕੁੱਝ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪੱਟੀ ਖੂਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮੁਆਦ ਨਾਲ ਗਿੱਲੀ ਹੋਈ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ 38.5°C (101.3°F) ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੁਝਾਰ ਹੈ।
- ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ:
 - ਲਾਲੀ
 - ਗਰਮ ਜਾਂ ਗਰਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
 - ਛੁੱਲਣਾ ਜਾਂ ਸੋਜਿਸ਼
 - ਚੀਰੇ ਵਿਚੋਂ ਪੀਲੇ ਜਾਂ ਹਰੇ ਰੰਗ ਦਾ ਮੁਆਦ ਨਿਕਲਣਾ
 - ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ
- ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਹੈ। ਇਹ ਖੂਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇੱਕ ਦਮ ਇਲਾਜ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਨਵੀਆਂ ਰਗੜਾਂ ਦੇਖੋ। ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਰਗੜਾਂ ਆਮ ਹਨ ਅਤੇ ਤਕਰੀਬਨ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਵੀਆਂ ਰਗੜਾਂ **ਆਮ** ਨਹੀਂ।
- ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਸੋਜਿਸ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੋਜਿਸ਼ ਇੱਕ ਅੰਡੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਹੈ ਜੋ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਦਾ ਕਾਰਡ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।

ਜੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੇ ਪਹਿਚਾਣ ਕਾਰਡ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ

Caring for yourself

ਦਰਦ ਦਾ ਇਲਾਜ

ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਪੇਸ਼ੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਦਰਦ ਹੋਣੀ ਆਮ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲਗਾਤਾਰ ਲੈ ਕੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੇਸ਼ੇਕਰ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਬਾਂਹ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਰੱਖੋ।

- **ਪਹਿਲੇ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣਾ:**

- ਆਮ ਸ਼ਕਤੀ ਵਾਲੀ ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫੇਨ (325 ਮਿ.ਗ੍ਰਾਮ) ਲਵੋ।
- ਹਰ 4 ਤੋਂ 6 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ 1 ਤੋਂ 2 ਗੋਲੀਆਂ ਲਵੋ।

- **ਪਹਿਲੇ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਦਰਦ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣਾ:**

- ਆਮ ਸ਼ਕਤੀ ਵਾਲੀ ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫੇਨ ਲੈਣੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਪਰ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਵਾਰ ਲਵੋ।

ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿਚ ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫੇਨ 4 ਵਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ 3 ਵਾਰ ਲਵੋ।

ਆਪਣੀਆਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲਵੋ

ਜਦ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਸੀ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ ਤਾਂ ਇਹ ਦਵਾਈ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ।

ਨਹਾਉਣਾ

- 48 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਚੈਕ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੱਟੀ ਕਰਦੇ ਉਤਾਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦੇਖੋ ‘ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ’।
- 1 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ:
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਨਹਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
 - ਜੇ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਖਾਰਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਥੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਰਹਿਤ ਲੋਸ਼ਨ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪਹਿਲੇ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੌਰਾਨ:

- ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਜਾਂ ਪੱਟੀ ਤੇ ਸਿੱਧਾ ਪਾਣੀ ਨਾ ਪੈਣ ਦਿਓ।
- ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਰਗੜੋ। ਦੇਖੋ ‘ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ’
- ਚੀਰੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਨਾ ਭਿੱਜਾ ਰਹਿਣ ਦਿਓ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜ਼ਖਮ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿਚ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣੇ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

ਜਦੋਂ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਦੀ ਬਾਂਹ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਓ।

ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਉਤੇਜਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਢਿੱਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ।

ਜੇ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅੰਗੀ ਪਹਿਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮੌਢੇ ਵਾਲੀ ਤਣੀ ਹੇਠਾਂ ਕੋਈ ਪੈਡ ਰੱਖ ਲਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਰਾਮ ਮਿਲੇਗਾ।

ਸੌਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੌਂ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੁਆਲੇ ਦਰਦ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਨਥਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਿੱਠਣਾ

ਪੇਸਮੇਕਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - ਡਰਨਾ - ਗੁੱਸਾ - ਫਿਕਰਮੰਦ - ਚਿੰਤਤ | <ul style="list-style-type: none"> - ਅਨਿਸਚਿਤ - ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ - ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ - ਉਦਾਸ |
|---|---|

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਹੋਵੋਗੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸਰਗਰਮੀਆਂ

ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਆਰਾਮ ਕਰੋ।

ਘਰ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਵਰਜਸ਼ਾਂ ਕਰੋ।

1. ਅਕੜਾਅ ਅਤੇ ਪੀੜ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ:

- ਮੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਨਾਲ 5 ਵਾਰ
ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਗੱਲ ਗੱਲ ਘੁਮਾਓ।
- ਮੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਨਾਲ 5 ਵਾਰ
ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਗੱਲ ਗੱਲ ਘੁਮਾਓ।

ਇਹ 2 ਵਰਜਸ਼ਾਂ ਦਿਨ ਵਿਚ 3 ਵਾਰ ਕਰੋ।

ਜੇ ਕਰ ਸਕੋ ਤਾਂ ਮੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘੁਮਾਉਣ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਹਰ ਵਾਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਧਾਓ।



2. ਆਪਣੇ ਮੌਚਿਆਂ ਦੀ ਹਰਕਤ ਵਧਾਉਣ ਲਈ:

- ਕੰਧ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰ ਕੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਵੋ।
- ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਕੰਧ ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਆਹਿਸਤਾ ਆਪਣੀਆਂ ਉੱਗਲੀਆਂ ਕੰਧ ਤੇ ਉੱਪਰ ਨੂੰ 'ਚਲਾਓ'। ਆਪਣੇ ਮੌਚਿਆਂ
ਦੀ ਉਚਾਈ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਨਾ ਜਾਓ।
- ਆਹਿਸਤਾ ਆਪਣੀਆਂ ਉੱਗਲੀਆਂ ਨੂੰ ਵਪਸ ਕੰਧ ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਨੂੰ 'ਚਲਾਓ'।

ਇਹ ਵਰਜਸ਼ਾਂ ਦਿਨ ਵਿਚ 3 ਵਾਰ ਕਰੋ।

ਪਹਿਲੇ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੌਰਾਨ:

- ਬਾਂਹ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਹਿਲਾਉਣ ਜਾਂ ਉੱਚਿਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾ ਕਰੋ।
ਮਸਲਨ: ਗੇਂਦ ਸੁੱਟਣੀ, ਗੋਲਡ ਖੇਡਣਾ, ਟੈਨਿਸ, ਟੇਬਲ ਟੈਨਿਸ, ਵੈਕਿਊਮ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਲੱਕੜਾਂ ਪਾੜਣਾ (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਸਮੈਕਰ ਦੀਆਂ ਲੀਡਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਹਿੱਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।)
- ਕੋਈ ਐਸੀ ਖੇਡ ਨਾ ਖੇਡੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ। (ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੈਕਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ।)

ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪੇਸਮੈਕਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੈਕਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਚੀਰਾ ਠੀਕ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੌਰਾਨ ਬਾਂਹਾਂ ਤੇ ਭਾਰ ਨਾ ਪਵੇ।

ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣੀ

ਪ੍ਰੈਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 1 ਹਫ਼ਤਾ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ:

- ਗੱਡੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੂਰ ਤੱਕ ਹੀ ਚਲਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਮੌਢੇ ਢਿੱਲੇ ਹੀ ਰੱਖੋ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਬਾਂਹ ਮੌਢਿਆਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਨਾ ਜਾਏ।
- ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਾਓ। ਪੇਸਮੈਕਰ ਵਾਲੇ ਕਈ ਲੋਕ ਬੈਲਟ ਅਤੇ ਪੇਸਮੈਕਰ ਵਿਚਕਾਰ ਛੋਟਾ ਸਿਰਹਾਣਾ ਜਾਂ ਪੈਡ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।



© Hamilton Health Sciences.

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਪਾਰਕ ਗੱਡੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਤੇ ਕਦੋਂ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ Incision care

ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਪੱਟੀ ਲਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਚੀਰੇ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਚੀਰੇ ਵਿਚੋਂ ਖੂਨ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਤਰਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਪੱਟੀ ਦੀ ਕਿਸਮ	ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ
ਵੱਡਾ ਜਾਲੀਦਾਰ ਪੈਡ	48 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
ਬੈਂਡ-ਏਡ-ਟਾਈਪ	1 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
ਚੀਰੇ ਤੇ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਟੇਪ	1 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਉਤਾਰ ਦਿਓ। ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਟੇਪ ਦੇ ਦੋਨਾਂ ਸਿਰਿਆਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਜਿਹੀ ਚੁੱਕ ਕੇ ਸੈਂਟਰ ਵੱਲ ਲਪੇਟੋ। ਜੇ ਸ਼ਾਵਰ ਸਮੇਂ ਟੇਪ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਗਿੱਲੀ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੇਪ ਢਿੱਲੀ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਲੇਗੀ।

ਰਗੜਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ।

ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਥਾਂ ਤੇ ਕੁੱਝ ਰਗੜਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਆਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਰਗੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਜਾਂ ਕੋਈ ਰਗੜ ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ **ਯਾਦ ਰੱਖੋ।**

ਜਦ ਇੱਕ ਵਾਰ ਪੱਟੀ ਉੱਤਰ ਜਾਏ ਤਾਂ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਕੇ ਪੈਟ ਕਰ ਕੇ ਸੁੱਕਾਓ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ

- ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣ ਸਮੇਂ ਪਾਣੀ ਸਿੱਧਾ ਪੱਟੀ ਤੇ ਜਾਂ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਨਹੀਂ ਪੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
 - ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਰਗੜਣਾ **ਨਹੀਂ।** ਦੇਖੋ ‘ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ’।
 - ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਗਿੱਲਾ ਨਾ ਰੱਖੋ।
- ਐਸਾ ਕੁੱਝ ਵੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿਚ ਦੇਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪੇਸਮੇਕਰ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ

Living with a Pacemaker

ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ।

Tell others that you have a pacemaker

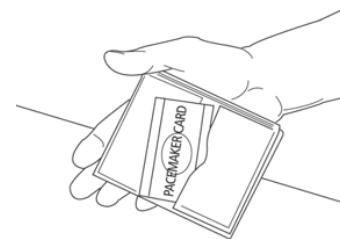
- ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਰੈਗੂਲਰ ਚੈਕ-ਅੱਪ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਕੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰੇਗਾ।

- ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਾਰਡ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।

ਜੇ ਕਦੀ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ।

ਸਕਿਓਰਟੀ ਦੇ ਸਕੈਨਰ ਵਿਚੋਂ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਾਰਡ ਵਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



© Hamilton Health Sciences.

- ਮੈਡੀਕਲ ਅਲਰਟ ਬਰੇਸਲੈਟ ਜਾਂ ਨੈੱਕਲੈਸ ਪਹਿਣੋ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੈਡੀਕਲ ਅਲਰਟ ਬਰੇਸਲੈਟ ਜਾਂ ਨੈੱਕਲੈਸ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਰੋਤਾਂ ਵਾਲਾ ਪੰਨਾ ਦੇਖੋ।



- ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਸਭ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ।

ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਜਾਂ ਥੈਰੇਪੀ ਲਈ ਖਾਸ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਘਰ ਵਿਚ, ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ

At home, work, and in the community

• ਘਰ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਰਤਣੀਆਂ

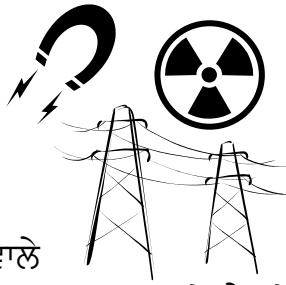
ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਵਰਤਣਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ:

ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਓਵਨ	ਸੁਰੱਖਿਅਤ
ਸੈਲ ਫੋਨ	ਆਪਣੇ ਸੈਲ ਫੋਨ ਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਤੋਂ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (6 ਇੰਚ) ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਸੈਲ ਫੋਨ ਨੂੰ ਉਪਰਲੀ ਜੇਬ ਵਿਚ ਨਾ ਰੱਖੋ।
ਬਿਜਲੀ ਵਾਲਾ ਉਸਤਰਾ, ਹੋਰਾਡਰਾਇਰ, ਬਿਜਲੀ ਵਾਲਾ ਟੁੱਬ ਬੁਰਸ਼	ਪਿਆਨ ਨਾਲ ਵਰਤੋ। ਪੇਸਮੇਕਰ ਤੋਂ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (6 ਇੰਚ) ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
ਲਾਨਮੋਵਰ, ਵੀਡਈਟਰ, ਬਿਜਲੀ ਵਾਲੀ ਡਰਿੱਲ, ਆਰੇ ਟੀਵੀ, ਸੀਡੀ ਪਲੇਅਰ, ਰੇਡੀਓ	ਪਿਆਨ ਨਾਲ ਵਰਤੋ।
	ਸੁਰੱਖਿਅਤ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ:

- ਚੁੰਬਕੀ ਚੀਜ਼ਾਂ
- ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ
- ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ। ਉਸ ਲਈ ਕੁਝ ਕਦਮ ਪੁੱਟਣੇ ਪੈਣਗੇ।



ਚੁੰਬਕੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਅਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਪੇਸਮੇਕਰ ਨੂੰ ਆਮ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚੁੰਬਕੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਅਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਉਦਯੋਗਿਕ ਇਲਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੀ ਰਹੋ।

ਵੈਲਡਿੰਗ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਸੀ ਥਾਂ ਗਏ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਚੁੰਬਕੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਅਤੇ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਹੈ ਤਾਂ **ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਓ** ਜੇ ਤੁਸੀਂ:

- ਬੋਹੋਸ਼ੀ ਜਿਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ
- ਚੱਕਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ
- ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਬਦਲਦੀ ਹੈ

ਸਕਿਊਰਟੀ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਣਾ

Going through security systems

ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਦੇ ਸਕਿਊਰਟੀ ਸਿਸਟਮ, ਬਾਰਡਰ ਸਕਿਊਰਟੀ ਸਿਸਟਮ ਜਾਂ ਸਟੋਰਾਂ ਜਾਂ ਬੈਂਕਾਂ ਵਿਚ ਚੋਰੀ ਰੋਕਣ ਲਈ ਲਗਾਏ ਸਕਿਊਰਟੀ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜਲਦੀ ਨਿਕਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੇੜੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਾਰਡ ਵਿਖਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ।

ਸਕਿਊਰਟੀ ਗਾਰਡ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜ੍ਹੀ ਸਕਿਊਰਟੀ ਮਸ਼ੀਨ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੇ ਉੱਪਰ ਜਾਂ ਨੇੜੇ ਨਾ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇ।

ਹੈਮਿਲਟਨ ਹੈਲਥ ਸਾਈਸਿੰਜ਼ ਦੇ ਚਿੱਤਰ ਆਗਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤੋ।

www.fraserhealth.ca

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ।

Catalogue #268069 (July 2023) Punjabi
For more copies: patienteduc.fraserhealth.ca

