

# ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ Getting Ready for Your Surgery

ਜਿਮ ਪੈਟੀਸਨ ਆਊਪ ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਸੈਂਟਰ • ਸਰੀ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਹਸਪਤਾਲ

ਮੇਰੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਤਾਰੀਖ My Surgery Date: \_\_\_\_\_

## ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਪਹਿਲਾਂ One week before your surgery

- ਸਾਰੇ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਜੜੀਆਂ ਬੁਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਪੂਰਕ (ਲਸਣ, ਗਿੰਨਕੇ, ਕਾਵਾ, ਸੈਂਟ ਜੋਹਨ ਵਾਰਟ, ਜਿਨਸੇਂਗ, ਡੈਨ ਕੁਈ, ਗਲੂਕੋਸਾਮਿਨ) ਲੈਣੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਰੈਗੂਲਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਰਜਨ, ਬੋਹੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ (ਅਨੈਸਥਿਸਿਆਲੋਜਿਸਟ) ਜਾਂ ਪ੍ਰੀ ਐਡਮਿਸ਼ਨ ਕਲੀਨਿਕ ਨਰਸ ਨੇ ਦਵਾਈਆਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ।
- ਜਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਸਰਜਰੀ ਹੋਣੀ ਹੈ ਉੱਥੋਂ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸੇਵਿੰਗ, ਵੈਕੰਸਿੰਗ, ਬਰੈਡਿੰਗ, ਜਾਂ ਵਾਲ ਹਟਾਉਣੇ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ:** ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਚਿਹਰੇ, ਗਲੇ, ਜਾਂ ਧੌਣ ਤੇ ਹੋਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਇੱਕ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੇਵ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਤੇ ਹੋਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਨੇਲਪਾਲਿਸ਼, ਐਕਰਿਲਿਕ, ਜੈਲ ਅਤੇ ਨਕਲੀ ਨਹੂੰ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਛੇਦ ਵਾਲੇ ਗਹਿਣੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਉਤਰਵਾ ਲਵੋ।
- ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਾਪਸ ਲੈ ਕੇ ਜਾਏ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 24 ਘੰਟੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਬੰਦੋਬਸਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਸਰਜਰੀ ਕੈਨਸਲ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਲੀ ਦੁਕਾਨ ਤੋਂ 2% ਜਾਂ 4% ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਸਪੰਜ (2 ਖਰੀਦੋ) ਜਾਂ ਤਰਲ ਸਾਬਣ (1 ਖਰੀਦੋ)। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਾਕਟਰ ਏਡ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿਚ ਮਿਲੇਗੀ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

## ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਕੁੱਝ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਹੈ Eating and drinking before surgery

- ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਅਤੇ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 3 ਕੱਪ ਸਾਫ਼ ਜੂਸ (ਸੇਬ, ਕਰੋਨਬੇਰੀ ਜਾਂ ਅੰਗੂਰਾਂ ਦਾ) ਪੀਓ। ਅਸੀਂ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਮੀ 8 ਵਜੇ ਦੇ ਕਰੀਬ ਜੂਸ ਪੀਓ।
- ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਸਮੇਤ ਕੋਈ ਵੀ ਖਾਣਾ ਅੱਧੀ ਰਾਤ (ਰਾਤ 12 ਵਜੇ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਾ ਖਾਓ।
- ਤੁਸੀਂ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ 4 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੱਕ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ।  
ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਸਿਰਫ਼ ਪਾਣੀ, ਸੇਬਾਂ ਦਾ ਜੂਸ, ਕਰੋਨਬੇਰੀ ਦਾ ਜੂਸ ਅਤੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਦਾ ਜੂਸ।
- ਆਪਣੀ ਰੈਗੂਲਰ ਦਵਾਈ ਥੋੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਨ, ਬੋਹੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ (ਅਨੈਸਥਿਸਿਆਲੋਜਿਸਟ) ਜਾਂ ਪ੍ਰੀ ਐਡਮਿਸ਼ਨ ਕਲੀਨਿਕ ਨਰਸ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ।
- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ 4 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ  $1\frac{1}{2}$  ਕੱਪ (375 ਮਿ.ਲੀ.) ਸਾਫ਼ (ਸੇਬਾਂ, ਕਰੋਨਬੇਰੀ ਜਾਂ ਅੰਗੂਰਾਂ) ਦਾ ਜੂਸ ਪੀਓ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਿਰ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਪੀਣਾ।

**ਨਿਟ:** ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਕੈਨਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

## ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ Skin cleaning

### • ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਾਮ:

- ਸਾਰੇ ਆਮ ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਛੇਕਾਂ ਵਿਚ ਪਾਊਣ ਵਾਲੇ ਕਾਂਟੇ, ਵਾਲੀਆਂ, ਕੋਕੇ ਵਗੈਰਾ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
- ਰੈਗੂਲਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਪ੍ਪੂ ਨਾਲ ਸਾਵਰ ਲਵੇ ਜਾਂ ਨਹਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਗਲੁਕੋਨੇਟ ਨੂੰ ਧੋਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਤੱਕ ਲਗਾ ਕੇ ਧੋਵੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਨਾ ਲਗਾਓ।
- ਹੁਣ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਸੁਕਾ ਲਵੋ।
- ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਜਾਂ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਕੋਈ ਪਦਾਰਥ (ਲੋਸ਼ਨ, ਪਾਊਡਰ, ਕੋਈ ਸਿੰਗਾਰ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼, ਸੈਂਟ, ਕੋਲੋਨ, ਡੀਓਫਰੈਂਟ, ਵੈਸਲੀਨ) ਨਾ ਲਗਾਓ।
- ਸਾਫ਼ ਪਜਾਮਾ ਪਾ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਬਿਸਤਰੇ ਤੇ ਸੌਂ ਜਾਓ।

### • ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੀ ਸਵੇਰ:

- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਲੋਰੋਹੈਕਸੀਡਾਈਨ ਗਲੁਕੋਨੇਟ ਨਾਲ ਧੋਵੋ। ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੈਪ੍ਪੂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।
- ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
- ਢਿੱਲੇ ਜਿਹੇ ਸਾਫ਼ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ (ਨਕਲੀ ਦੰਦਾਂ), ਜੀਭ ਅਤੇ ਤਾਲੂ ਨੂੰ ਬੁਰਜ਼ ਕਰੋ।

## ਯਾਦ ਰੱਖੋ Remember

- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਵਿਸ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਪਹਿਚਾਣ ਕਾਰਡ (ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ, ਪਾਸਪੋਰਟ) ਲਿਆਓ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਸਲੀ ਡੱਬੀਆਂ/ਪੱਤਿਆਂ ਵਿਚ ਲਿਆਓ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲੀਪ ਐਪਨੀਆ ਹੈ ਤਾਂ CPAP ਮਸ਼ੀਨ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਉਪਕਰਨ ਲਿਆਓ।
- ਜੇ ਰਾਤ ਠਿਹਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਸਾਫ਼ ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਓ। ਆਪਣਾ ਐਕਸਟੈਂਡਿੰਡ ਮੈਡੀਕਲ ਪਲੈਨ ਨਾਲ ਲਿਆਓ। ਸਾਰਾ ਕੀਮਤੀ ਸਾਮਾਨ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਆਓ।

## ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ Where to go

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਫੋਨ ਆਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਕਿੰਨੇ ਵਜੇ ਹੋਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਵਜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਆਉਣਾ ਹੈ।

### ਸਰੀ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਹਸਪਤਾਲ

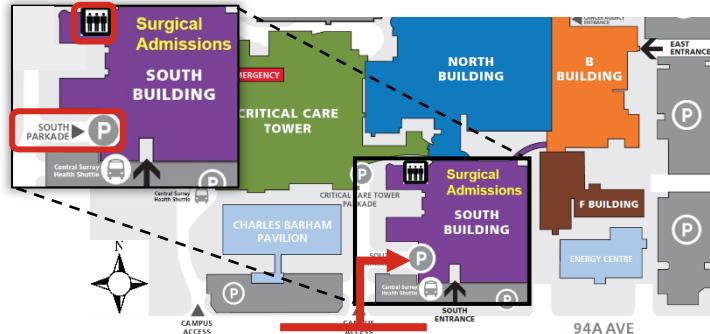
**13750 – 96 ਐਵੀਨਿਊ, ਸਰੀ**

94ਏ ਐਵੀਨਿਊ ਵੱਲੋਂ ਦੱਖਣੀ ਪਾਰਕਿੰਗ ਵੱਲੋਂ ਅੰਦਰ ਆਓ।

ਐਲੀਵੇਟਰ ਰਾਹੀਂ ਲੈਵਲ 1 ਤੇ ਆਓ।

ਐਲੀਵੇਟਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਸੱਜੇ ਮੁੜੋ ਅਤੇ ਚਲ ਕੇ ਸਰਜੀਕਲ ਐਡਮਿਸ਼ਨ (ਜਾਮਨੀ ਇਲਾਕਾ) ਵਿਚ ਪਹੁੰਚੋ। ਇਹ ਸੁਭਾ 6 ਵਜੇ ਖੁੱਲਦਾ ਹੈ।

**ਨੋਟ:** ਦੱਖਣੀ ਇਮਾਰਤ ਵਿਚ ਸੱਜੇ ਸੱਜੇ ਦੱਖਣੀ ਦੱਖਣੀ ਵਿਚ ਆਮ ਜੰਤਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੈ।



### ਜਿਮ ਪੈਟੀਸ਼ਨ ਆਊਟਪੈਸ਼ਨ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਸੈਂਟਰ

**9750 140 ਸਟਰੀਟ, ਸਰੀ**

ਐਲੀਵੇਟਰ ਲੈ ਕੇ 4ਥੀ ਮੰਜ਼ਲ ਤੇ ਆਓ। ਸਰਜੀਕਲ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦੇਖੋ। ਇਹ ਸੁਭਾ 6:30 ਵਜੇ ਖੁੱਲਦਾ ਹੈ।