ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੁਨੇਹਾ

# ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੁੱਛੋ...ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ

## When you visit a clinic...
## ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂਦੇ ਹੋ...

- ਕਲੀਨਿਕ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈੱਸ਼ਨਲਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਪੂਰੇ ਪਿਛੋਕੜ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਸਮੇਤ ਆਪਣੀਆਂ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ ਦੇ।

- ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਹਾਲ-ਵੇ ਜਾਂ ਕੰਧਾਂ ਤੇ ਲੱਗੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੇਟਾਈਜਰ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਰਗੜੋ।

- ਆਪਣੇ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈੱਸ਼ਨਲਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਹਨ।

- ਜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਮਾਤਰਾ ਘਰ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦੁਆਈ ਜਾਂ ਮਾਤਰਾ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਿਉਂ ਹੈ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਦਵਾਈ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।

- ਹਰ ਵੇਲੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਵੋ, ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਬਾਰੇ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਬਹੁਤੀ ਖ਼ਾਸ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈੱਸ਼ਨਲ ਨੂੰ ਉਸੇ ਵਕਤ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।

- ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝ ਨਾ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸਾਧਾਰਨ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ।

- ਹਰ ਵੇਲੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਵੋ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈੱਸ਼ਨਲ ਕੋਲੋਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਵਿਧੀ ਬਾਰੇ ਸਮਝੋ। ਆਪਣੀ ਸਰਗਰਮੀ, ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਖ਼ੁਰਾਕ, ਦੁਬਾਰਾ ਨਰੀਖਣ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਿਖ ਕੇ ਦੇਣ ਲਈ ਆਖੋ।

fraserhealth

**April 2011** **Print Shop #256562**
(Punjabi, May 2011)