

## ਮੇਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮੋਸਟ (MOST)

### ਆਰਡਰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੇਗਾ?

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਠੀਕ ਆਰਡਰ ਦੀ ਚੋਣ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਂਝੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠ ਕੇ ਅਗੇਤਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਗੱਲ ਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋਗੇ ਜਿਸ ਵਿਚ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋਗੇ:

- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚੇ ਸਮੇਤ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀ ਜਿਹੀ ਹੋਵੇਗੀ
- ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ

### ਕੀ ਮੇਰਾ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਲ ਵਿਚ ਘੱਟੋਂ ਘੱਟੋਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁੱਝ ਹੋਵੇ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਦਲੇ
- ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓ

► ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੋਸਟ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ।

► ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਅੱਛੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗੀ ਜਿਸ ਵਿਚ ਦਰਦਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

► ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਅਨੁਸਾਰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ।

### ਮੇਰੇ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਕਿਸ ਕੋਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਫਰਿੱਜ ਤੇ ਹਰੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਰੱਖੋ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਮੌਕਿਆਂ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ:

- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਜਾਓ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਵੋ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੇ ਜਾਓ

ਤੁਹਾਡਾ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਫਰੋਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਜਲਈ ਰਿਕਾਰਡ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।



ਹੁਕਾਮ ਬੈਗ ਜਿਸ ਅੰਦਰ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਹੈ

### ਅੱਗੇ ਦੀ ਸੋਚ....

ਇਹ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਸੋਚਿਆ ਜਾਏ ਪਰ ਕਦੀ ਐਸਾ ਸਮਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਦੇਖਭਾਲ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਵਿਚ ਹੋਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਠੀਕ ਸੀ ਉਹ ਹਣ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਕੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਠੀਕ ਹੈ।

**1-877-825-5034**

[advancecareplanning@fraserhealth.ca](mailto:advancecareplanning@fraserhealth.ca)

[www.fraserhealth.ca/ACP](http://www.fraserhealth.ca/ACP)

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

# ਇਲਾਜ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਆਰਡਰ

Medical Order for Scope of Treatment

ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਤਿਆਰੀ

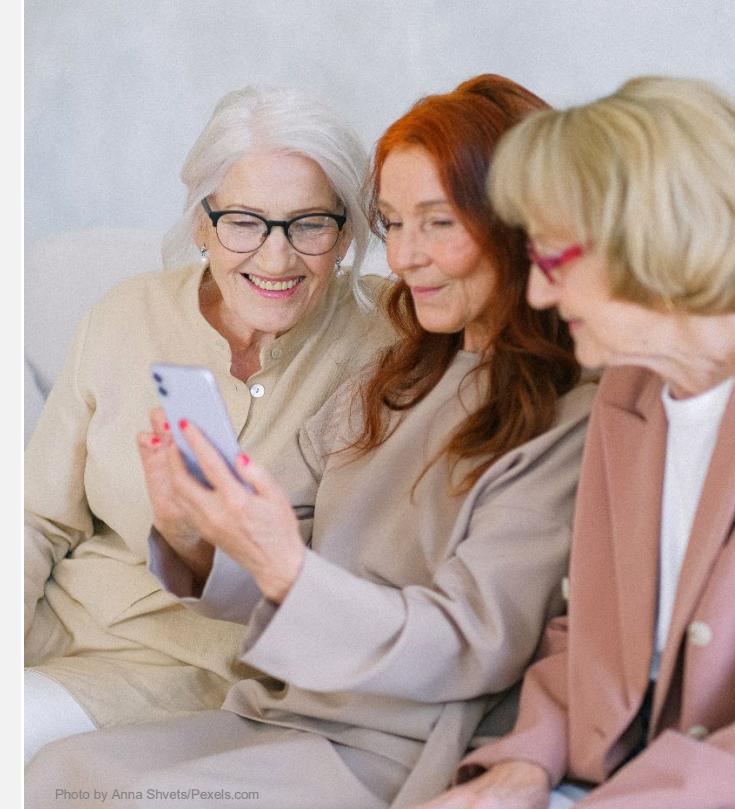


Photo by Anna Shvets/Pexels.com

ਕਾਰਡਿਓਪਲਮੋਨਰੀ ਰਿਸਸੀਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰੀ  
ਨਿਰਦੇਸ਼

## ਇਲਾਜ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਆਰਡਰ ਮੋਸਟ (MOST) ਕੀ ਹੈ?

ਮੈਡੀਕਲ ਆਰਡਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ:

- ਕਾਰਡਿਓਪਲਮੇਨਰੀ ਰਿਸਸੀਕੇਸ਼ਨ (ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ.) ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਏ
- ਹੋਰ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਜੋ ਬਿਮਾਰੀ ਤੇ ਕੋਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋਵੇ, ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨੀ

ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਦੁਆਰਾ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



CC0/Pixabay.com

## ਮੈਨੁੰ ਮੋਸਟ ਦੀ ਕੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਮਾਰਗਦਾਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਜੋ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਹੋਰ ਖੁਲਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ। ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਸੁਗਰ
- ਦਿਲ ਜਾਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦਾ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣਾ
- ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (COPD)
- ਕੈਂਸਰ
- ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (ਡੀਮੈਂਸ਼ਨਿਆ)

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਮਿਲੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਛਾ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਸਹਾਇਤਾ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਏਗਾ।



Photo by Mikhail Nilov/Pexels.com

## ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਕੀ ਹੈ?

ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਜੀਵਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਜਦੋਂ ਦਿਲ ਪੜਕਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਤੇ ਫੇਫੜੇ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ। ਇਹ ਹਾਰਟ ਅਟੈਕ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰ ਕੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਚਲਾਉਣਾ ਤਾਂ ਕਿ ਖੂਨ ਦਿਲ ਵਿਚੋਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਜਾਏ
- ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਆਕਸੀਜਨ ਦੇਣ ਲਈ ਹਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਭੇਜਣੀ

ਦੁਬਾਰਾ ਜਿੰਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਦੇਣੀ
- ਦਿਲ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਮਸੀਨ ਰਾਹੀਂ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਝਟਕੇ ਦੇਣੇ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਦੁਬਾਰਾ ਚੱਲ ਪਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਮਸੀਨਾਂ ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਏਗਾ।

ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਨਾਲ ਦਿਲ ਨਾਲੋਂ ਅੱਧਾ ਖੂਨ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ 5 ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਬੰਦ ਰਹੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਰ ਜਾਓਗੇ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚੇਗਾ। ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਬੋਲਣ ਸ਼ਕਤੀ ਘਟ ਜਾਏਗੀ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕੇਗ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗੇ।

## ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਸਭ ਲਈ ਠੀਕ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ?

ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਕਰ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਕੋਈ ਹੋਵ ਅਤੇ ਉਹ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਇੱਕ ਦਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਇੱਕ ਦਮ ਮਿਲ ਜਾਏ ਉਨ੍ਹਾਂ 20 ਵਿਚੋਂ 3 (15%) ਦੇ ਬਚਣ ਦੇ ਚਾਂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਬਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ 20 ਵਿਚੋਂ 1 (5%) ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਹੋਕੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

BC EHS. (2016/2017). ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਰਿਪੋਰਟ

ਜੇ ਕਰ ਦਿਲ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਵੀ ਜਾਏ, ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਕਿਸੇ ਐਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਇਸ ਲਈ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ:

- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਦਿਲ, ਫੇਫੜਿਆਂ, ਗੁਰਦਿਆਂ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੋਵੇ
- ਬਾਲਗ ਜੋ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਮੌਤ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤੇ ਹਨ।

---

## ਤੁਹਾਡਾ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਤੁਹਾਡੀ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਡਾ ਮੋਸਟ ਆਰਡਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੁਣ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਨਿਜੀ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਪਸੰਦਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।