Vancouver CoastalHealth
Promoting wellness. Ensuring care.

ਸਫਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ

ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

THINKING OF TRAVELLING?

Patient TIPS for Living with Kidney Disease

[Punjabi]

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਟਰਿੱਪ 'ਤੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚਿਆ ਹੈ?

ਆਪਣੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਇਹ ਹਨ।

Providence HEALTH CARE
How you want to be treated.

CHILDREN'S & WOMEN'S HEALTH CENTRE OF BRITISH COLUMBIA
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

BC Renal Agency
An agency of the Provincial Health Services Authority

ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ:

- ਸਫਰ ਕਰਨ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਮੈਡੀਕਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦੋ ਜਿਹੜੀ "ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਜੂਦ ਬੀਮਾਰੀਆਂ" ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਰ ਅਣਚਿਤਵੇ ਖਰਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ।
- ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਪੱਕਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਹੋਇਆ ਕੋਈ ਵੀ ਖਰਚਾ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵਲੋਂ ਕਵਰ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐਕਸਟੇਂਡਿਡ ਮੈਡੀਕਲ ਕਵਰੇਜ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਸਫਰ ਦੌਰਾਨ "ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਜੂਦ ਬੀਮਾਰੀਆਂ" ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪੈਰੀਟੋਨੀਅਲ ਡਾਇਆਲਿਸਸ

ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦਿੱਤੇ ਅਗਾਊਂ ਨੋਟਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਐੱਚ ਪੀ ਆਰ (ਹੋਮ ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਰੈਪਰੈਜ਼ਿਨਟੇਟਿਵ), ਕੈਨੇਡਾ, ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਡਲਿਵਰੀ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਤ ਚੋਣਵੀਂ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਫਰ ਲਈ ਹਰ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਭਾੜਾ ਚਾਰਜ ਕੀਤਿਆਂ ਹਰ ਸਾਲ 4 ਹਫਤਿਆਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਲਿਜਾਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਹੈ।
- ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਫਰ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਬੈਕਸਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਉਂਤੇ ਟਿਕਾਣੇ 'ਤੇ ਡਲਿਵਰੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- ਹੋਰ ਡਲਿਵਰੀਆਂ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਵਾਧੂ ਭਾੜਾ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਅਣਵਰਤੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਸਰਵਿਸ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਜਦੋਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਬਣਾਉ ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਐੱਚ ਪੀ ਆਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ:

- ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਉ: ਅਮਰੀਕਾ/ਕੈਨੇਡਾ ਲਈ ਚਾਰ ਹਫਤੇ ਪਹਿਲਾਂ; ਹੋਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ; ਅਤੇ ਫਿਲਪੀਨੀਜ਼ ਲਈ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ।

ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਦੇ ਅੰਤਿਮ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਦੀਆਂ ਵਿਉਂਤਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਇਕ ਨਿਸ਼ਚਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਫਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਹੋਟਲਾਂ ਜਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਖਾਸ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਆਪਣੇ ਐੱਚ ਪੀ ਆਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੋ:

- ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਉਸ ਥਾਂ ਦਾ ਨਾਂ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ।
- ਡਲਿਵਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਕੰਮਲ ਐਡਰੈਸ।
- ਹੋਟਲ/ਰੀਜ਼ੋਰਟ ਦਾ ਨਾਂ/ਕਰੂਜ਼ਲਾਈਨ।
- ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਜਿਸ ਨਾਂ ਹੇਠ ਰੀਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।
- ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਤਰੀਕ/ਰਹਿਣ ਦਾ ਸਮਾਂ।
- ਕੋਈ ਖਾਸ ਹਿਦਾਇਤਾਂ।

ਤੁਹਾਡਾ ਐੱਚ ਪੀ ਆਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਡਲਿਵਰੀ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ।
- ਖਾਸ ਥਾਵਾਂ ਤੱਕ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ।
- ਸੰਭਵ ਕਿਰਾਏ-ਭਾੜੇ ਦੇ ਖਰਚੇ/ਐਕਸਪੋਰਟ/ਇਮਪੋਰਟ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ।

ਹੀਮੋਡਾਇਆਲਿਸਸ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

1. ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਉ।
   - ਆਪਣੇ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟ ਤੋਂ "ਲਿਸਟ" (ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿਚ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ) ਮੰਗੋ ਜਾਂ ਸਫਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗੋ।
   - ਤੁਸੀਂ ਕਰੂਜ਼ 'ਤੇ ਵੀ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਕਰੂਜ਼ ਸ਼ਿੱਪਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹਨ।
   - ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। http://www.globaldialysis.com ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।
2. ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਗੀ ਅਤੇ ਖਰਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੇ ਯੂਨਿਟਾਂ ਲਈ ਅਗਾਊਂ ਖਰਚਾ ਦੇਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।
3. ਆਪਣੇ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਤੇ ਬੁਕਿੰਗ ਕਰੋ।
   - ਜਿਸ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟ ਦਾ ਐਡਰੈਸ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਦੇਵੋ।
4. ਆਪਣੀ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਵਿਉਂਤਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
5. ਆਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਤੋਂ ਕਿਡਨੀ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਲੋਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ।

ਜਿਸ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਉਹ ਕੀ ਕਰੇਗਾ:

1. ਭਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਕੁਝ ਫਾਰਮ ਭੇਜੇਗਾ।
2. ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈੱਸਟਾਂ (ਜਿਸ ਵਿਚ ਐੱਚ ਆਈ ਵੀ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ), ਅਤੇ ਐੱਮ ਆਰ ਐੱਸ ਏ ਅਤੇ ਵੀ ਆਰ ਈ ਸਵੈਬਜ਼ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇਗਾ।
3. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਫਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਰਨਇਸਪ ਜਾਂ ਐਪਰੈਕਸ ਅਤੇ ਇੰਟਰਾਵੀਨਸ ਆਇਰਨ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪੈਸੇ ਚਾਰਜ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਾਂਗੇ:

1. ਅਸੀਂ ਫਾਰਮ ਭਰਾਂਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਇਆਲਿਸਸ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਬਾਰੇ ਉਸ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜਾਂਗੇ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਸਫਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਉਗੇ।
2. ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਮਹੀਨਾ ਕੁ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈੱਸਟ ਲਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਸਵੈਬ ਕਰਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਐੱਚ ਆਈ ਵੀ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਹਿਮਤੀ ਮੰਗਾਂਗੇ।
3. ਅਸੀਂ ਟੈੱਸਟਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਹੋਰ ਯੂਨਿਟਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜਾਂਗੇ।
4. ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਫਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋ।
5. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਰਨਇਸਪ ਜਾਂ ਐਪਰੈਕਸ ਅਤੇ ਇੰਟਰਾਵੀਨਸ ਆਇਰਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਦੇਵਾਂਗੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਪਸ ਘਰ ਆਉ:

1. ਅਸੀਂ ਐੱਮ ਆਰ ਐੱਸ ਏ ਅਤੇ ਵੀ ਆਰ ਈ ਸਵੈਬ ਫਿਰ ਕਰਾਂਗੇ।
2. ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਖਰਚੇ ਵਾਪਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲੈਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਐਕਸਟੇਂਡਿਡ ਹੈਲਥ ਪਲੈਨ (ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ) ਨੂੰ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜੋ।

For more copies, go online at **http://vch.eduhealth.ca**
or email **phem@vch.ca** and quote Catalogue No. **FP.450.T348.PU**
© Vancouver Coastal Health, November 2005

ਇਸ ਲਿਖਤ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ
ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

www.vch.ca