ਹਿਲਜੁਲ

- ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਓਨਾ ਚਿਰ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਲਾਹੋ **ਨਾ**।
- ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਪੈਕ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ **ਨਾ** ਡੋਬੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਟੈੱਸਟ ਲਈ ਨਰਸਿੰਗ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਢੁਕਵੇਂ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਟਰੇਂਡ ਨਰਸ ਜਾਵੇ।
- ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਬਿਨਾਂ ਨਰਸਿੰਗ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ **ਨਾ** ਜਾਉ ਕਿਉਂਕਿ ਸਿਗਨਲ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ।

ਚਮੜੀ

- ਚਮੜੀ ’ਤੇ ਜਲਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਇਲੈਕਟਰੋਡਜ਼ ਹਰ 2 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਨਾ ਚਿੰਬੜਨ ’ਤੇ ਬਦਲੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ’ਤੇ ਇਲੈਕਟਰੋਡ ਜੋੜਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਨਰਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੁਝ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੇਵ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

For more copies, go online: http://phc.eduhealth.ca
or email: phem@providencehealth.bc.ca
and quote catalogue no. JC.663.R263.PU.PHC
©Providence Health Care
www.providencehealth.bc.ca

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

This material has been reviewed and approved by patients, families and staff.

FD.114.T236.PU.PHC (Jun-16)

Vancouver CoastalHealth — Promoting wellness. Ensuring care.

Providence HEALTH CARE — How you want to be treated.

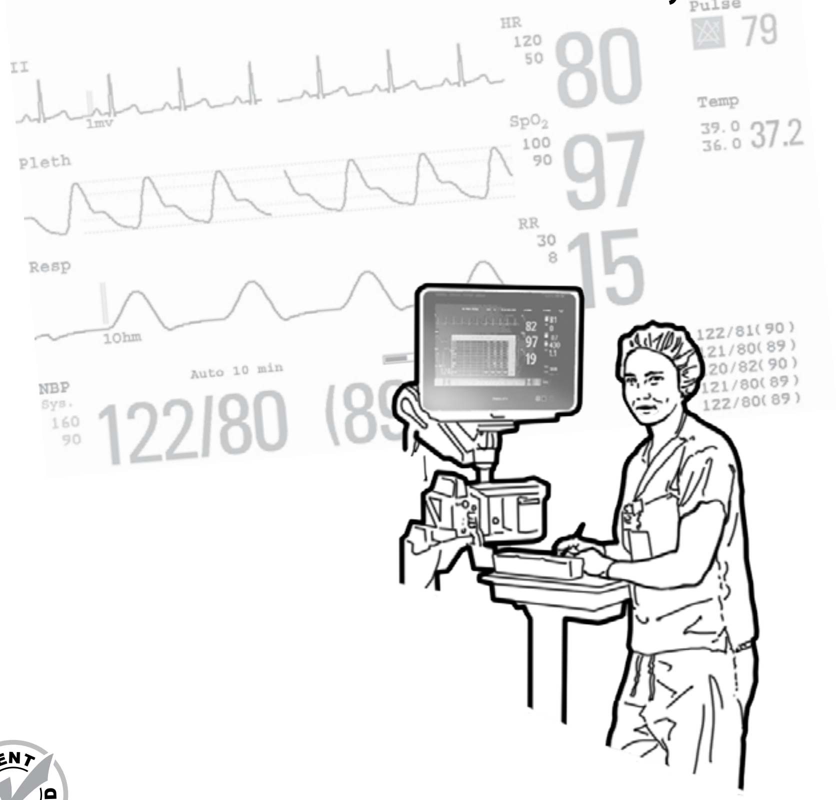
PUNJABI

ਟੈਲੇਮੈਟਰੀ

ਮਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਗਾਈਡ

Telemetry

A Patient and Family Guide



ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਗਤੀ ਅਤੇ ਧੜਕਣ ’ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਨਿਗ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਪੈੜ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਗਦੇ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਸੁੱਤੇ ਹੋਵੋ। ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ’ਤੇ ਨਿਗ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਭੇਤਦਾਰੀ

ਹਾਲਵੇਅ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਸਕਰੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਉਪਰਲੇ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦਿਖਾਏਗੀ। ਹਰ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਸਕਰੀਨ ’ਤੇ ਦਿਖਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਡਾਕਟਰ ਅੱਗੇ ਲਿਖੇ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ’ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ (ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ) ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ।
- ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣ, ਛਾਤੀ ਦੀ ਦਰਦ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਲਈ।
- ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੌਲੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ।
- ਦਿਲ ’ਤੇ ਦਵਾਈ (ਦਵਾਈਆਂ) ਦੇ ਅਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ।
- ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਸੀਜ਼ਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਿਲ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਸਮੇਕਰ ਜਾਂ ਇਮਪਲਾਂਟੇਬਲ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੂਲਰ ਡੀਫਿਬਰੀਲੇਟਰ (ਆਈ ਸੀ ਡੀ) ਪਾਉਣਾ।
- ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਸਹੀ ਚੋਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ।

ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ’ਤੇ ਹੋਣ ਵੇਲੇ 2 ਨਰਸਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖ ਰਹੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਯੂਨਿਟ ਦੀ ਮੁਢਲੀ ਨਰਸ, ਅਤੇ
- ਆਈ ਸੀ ਯੂ ਤੋਂ ਇਕ ਨਰਸ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੇ ਅਰਥ ਜਾਣਨ ਲਈ ਟਰੇਂਡ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਨਰਸਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਗੀਆਂ।

- ਇਕ ਟਰੇਂਡ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਚਮੜੀ ’ਤੇ 5 ਚਿਪਕਣ ਵਾਲੇ ਪੈਡ ਲਗਾਏਗੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਲੈਕਟਰੋਡਜ਼ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਇਲੈਕਟਰੋਡਜ਼ ਇਕ ਛੋਟੀ ਚਕਵੀਂ ਮਸ਼ੀਨ ਜਿਸ ਨੂੰ ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਪੈਕ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਜਾਂ ਲੀਡਜ਼ ਨਾਲ ਜੋੜੇ ਜਾਣਗੇ।
- ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ਪੈਕ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਬਿਜਲਈ ਸਿਗਨਲ ਫੜਨਗੇ ਅਤੇ ਆਈ ਸੀ ਯੂ ਵਿਚਲੇ ਸੈਂਟਰਲ ਮੌਨੀਟਰ ਨੂੰ ਭੇਜਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਸਿਗਨਲ ਇਕ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀ ਹਾਲਵੇਅ ਵਿਚਲੀ ਸਕਰੀਨ ’ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ’ਤੇ ਆਈ ਸੀ ਯੂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਟਰੇਂਡ ਨਰਸਾਂ ਵਲੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਇਕ ਨਰਸ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ’ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਬਦਲੇਗੀ।

ਟੈਲੀਮੈਟਰੀ ’ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਅਲਾਰਮ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਗਤੀ ਜਾਂ ਧੜਕਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਲੀਡਜ਼ ਦੀਆਂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਮੂਵਮੈਂਟਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ’ਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਫੇਰੀ ਦਾ ਹੈ
- ਤਾਰਾਂ ਲਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੈਟਰੀ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਸੈਂਟਰਲ ਮੌਨੀਟਰ ’ਤੇ ਕੋਈ ਸਿਗਨਲ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ

ਇਸ ਨਾਲ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪਰੈਸ਼ਰ, ਨਬਜ਼ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੱਦ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

ਨਰਸ ਨੂੰ ਫੌਰਨ ਸੱਦਣ ਲਈ ਘੰਟੀ ਵਜਾਉ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ, ਪਰੈਸ਼ਰ, ਬੇਆਰਾਮੀ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀ ਹੋਵੇ
- ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ, ਜਬ੍ਹਾੜੇ, ਬਾਹਾਂ, ਧੌਣ ਜਾਂ ਪਿੱਠ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ
- ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਟ ਅਪਸੈੱਟ ਹੋਵੇ, ਉਬੱਤ ਆਉਣ ਜਾਂ ਪਸੀਨਾ ਆਵੇ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਰੁਕਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਕਰ ਆਉਣ