ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ

NHS

ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ

NIHR | Yorkshire and Humber Patient Safety Research Collaboration

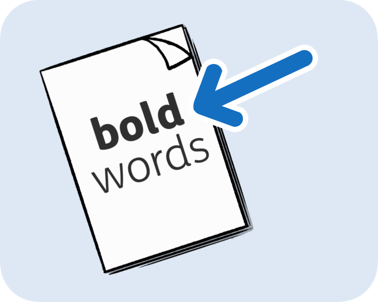
Health Innovation Network

age UK

ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ

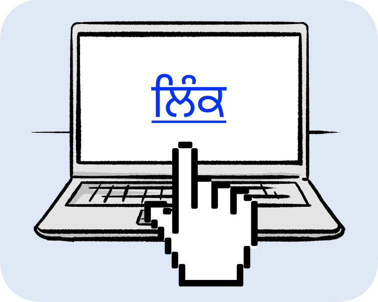
ਇਹ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਵਰਜਨ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭਾਗਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗਾ।

ਇਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ।



ਕੁਝ ਸ਼ਬਦ **ਬੋਲਡ** ਵਿੱਚ ਹਨ - ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ, ਕਿ ਲਿਖਤ ਮਮੋਟੇ ਅਤੇ ਗੂੜ੍ਹੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸ਼ਬਦ ਹਨ।

ਕਈ ਵਾਰ ਜੇ ਕਿਸੇ ਬੋਲਡ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਮਝਾਵਾਂਗੇ ਕਿ ਇਸਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ।



ਨੀਲਾ ਅਤੇ ਰੇਖਾਂਕਿਤ ਸ਼ਬਦ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਪਤਿਆਂ ਦੇ ਲਿੰਕਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਕੰਪਿਊਟਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਲਿੰਕਾਂ ਉੱਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੈ?

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਬਾਰੇ 4

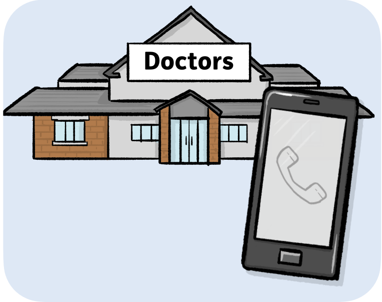
ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ 'ਤੇ 5

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਟੈਬਲੇਟ ਨਾਲ ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੀ ਆਡੀਓ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਨੂੰ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਬਾਰੇ

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ (GP) ਸਰਜਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ** ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਉਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹੋ।



ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ (GP) ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿਖੇ ਹੋਵੇਗੀ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ 'ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ **ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ** ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋਗੇ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

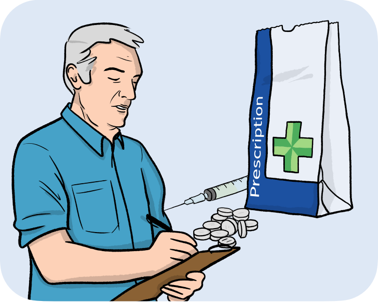
ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂਗੇ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ 'ਤੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ 'ਤੇ

ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇਹ ਕਰੇਗਾ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਵੇਗਾ।



- ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

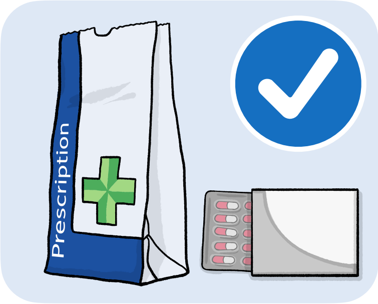
- ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਣਾ।

  ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- ਜਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਉਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿਓ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਸ ਲਈ ਕਰੇਗਾ:



- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਦਵਾਈਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹੈ।

ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਸਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ - ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀ ਹੈ।

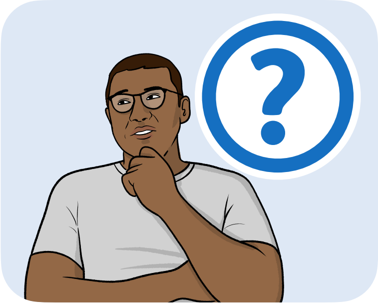
ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ।

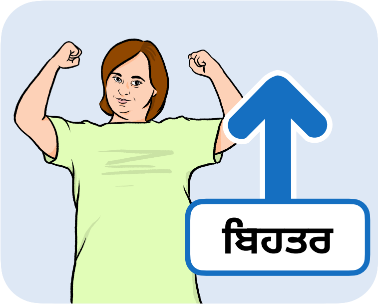
ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

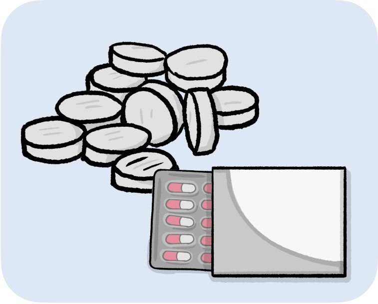
ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:



- ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਉਂ ਲਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ?

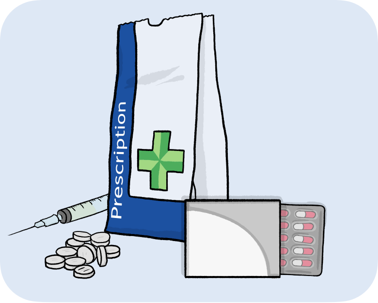


- ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਮੈਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ?

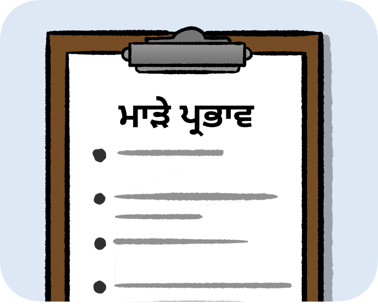


- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮੇਰੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

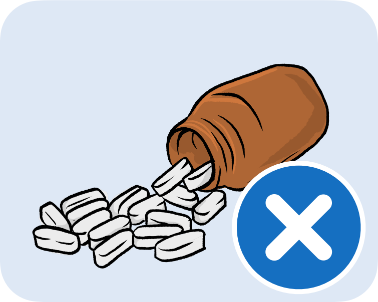


- ਮੈਨੂੰ ਇੰਨੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ?

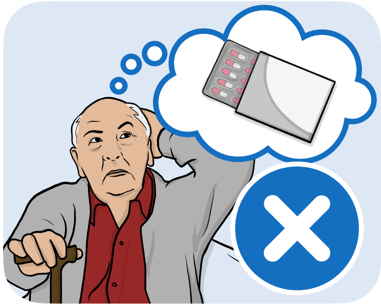


- ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ?

ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੀ ਵੀ ਇੱਛਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ:



- ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ।



- ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ।

- ਆਪਣੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਗਲਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੀ ਵੀ ਇੱਛਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਪੁਸਤਿਕਾ ਨੂੰeasy-read-online.co.uk ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ
ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਫੋਟੋਸਿੰਬਲ ਅਤੇ ਸ਼ਟਰਸਟੌਕ ਤੋਂ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਿੱਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।