Cardiac Services BC
An agency of the Provincial Health Services Authority

ਕਾਰਡੀਐੱਕ ਰੀਸਿੰਕ੍ਰੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ
ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ
Cardiac Resynchronization Therapy
A Guide for Patients and Families

ਕਾਰਡੀਐੱਕ ਰੀਸਿੰਕ੍ਰੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਜੰਤਰ ਕੀ ਹੈ?
What is a cardiac resynchronization therapy device?

ਕਾਰਡੀਐੱਕ ਰੀਸਿੰਕ੍ਰੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ (ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ.) ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਇਲੈੱਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਜੰਤਰ ਹੈ ਜੋ ਦਿਲ ਫ਼ੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਦਿਲ ਨੂੰ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਵੈਂਟ੍ਰੀਕਲ (ventricles) ਪੂਰੇ ਤਾਲ ਮੇਲ ਨਾਲ ਪੰਪ ਕਰਨ।

ਇਹ ਜੰਤਰ ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹਨ: ਇੱਕ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਪੇਸਮੇਕਰ (ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ.-ਪੀ.) ਅਤੇ ਇੱਕ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਡਿਫ਼ਿਬਰੀਲੇਟਰ (ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ.-ਡੀ.)। ਜਦੋਂ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ-ਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਦਿਲ ਧੜਕਣ ਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਆਮ ਵਰਗਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਬਿਜਲਈ ਝਟਕਾ ਜਿਹਾ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਜੰਤਰ ਦੇ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਹਨ: ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਅਤੇ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼।

1. **ਜੈੱਨਰੇਟਰ** ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਹੈ ਜੋ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਅਤੇ ਲੈ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਜਾਂ ਤਾਂ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਬਿਜਲਈ ਝਟਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।
2. **ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼** (ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ 1 ਜਾਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ) ਇਨਸੂਲੇਟ ਕੀਤੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਿਰਾ ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੋੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਜਾਂ ਝਟਕਾ ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਤੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

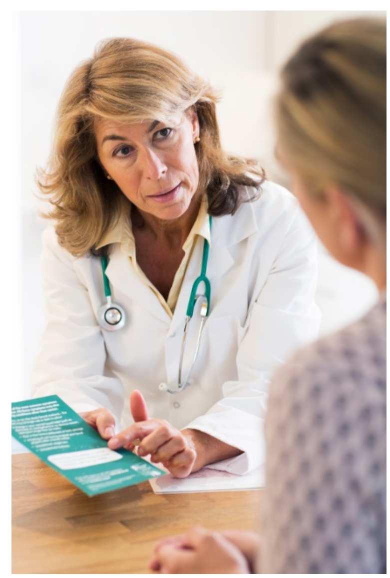
ਅੰਦਰ ਕੀ ਹੈ?

ਮੈਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ?.........2
ਕੀ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ? 3
ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? 3
ਮੈਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? 4
ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਜੰਤਰ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 6
ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸੁਆਲ 10
ਸਹਾਇਕ ਸਰੋਤ 12

ਮੈਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ?
(Why do I need a CRT?)

- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸੈੱਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਸਿਸਟਮ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਿਸਟਮ ਦੀਆਂ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਕਾਰਨ ਹੀ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਹਰਕਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਨੂੰ ਪੰਪ ਕਰ ਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਦਿਲ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਚੈਂਬਰ (ਵੈਂਟ੍ਰੀਕਲ) ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤਾਲ ਮੇਲ ਨਾਲ ਪੰਪ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਕਦੀ ਕਦਾਈਂ ਇਹ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਸਿਸਟਮ ਉਮਰ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖ਼ਰਾਬੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ:
    - ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ
    - ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਆਹਿਸਤਾ (ਬਰੈਡੀਕਾਰਡੀਆ) ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ (ਟੈਕੀਕਾਰਡੀਆ) ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਜਦੋਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਦਿਲ ਦੀ ਹਰ ਧੜਕਣ ਨਾਲ ਘੱਟ ਖ਼ੂਨ ਪੰਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਚੈਂਬਰ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤਾਲ ਮੇਲ ਨਾਲ ਪੰਪ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਆਹਿਸਤਾ ਧੜਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਚੈਂਬਰ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤੇ ਪੰਪ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਪੇਸਮੇਕਰ (ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ.-ਪੀ.) ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਚੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਤਾਲ ਮੇਲ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਪੰਪ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਰੀਸਿੰਕ੍ਰੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ)।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦਿਲ ਕਾਫ਼ੀ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪੰਪ ਕਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਦਿਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਦਿਲ ਫ਼ੇਲ੍ਹ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



- ਜਦੋਂ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਧੜਕਣ ਨਾਲ ਦਿਲ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਡੀਫ਼ਿਬਰੀਲੇਟਰ (ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ.-ਡੀ.) 3 ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਲਈ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਚੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਤਾਲ ਮੇਲ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਪੰਪ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬਿਜਲਈ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀ ਬਹੁਤ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਧੜਕਣ ਦੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਜੰਤਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ:
    - ਦਰਮਿਆਨੇ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਦਿਲ ਫ਼ੇਲ੍ਹ ਹੋਇਆ ਹੈ
    - ਦਿਲ ਦੇ ਧੜਕਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ (ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਧੜਕਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ) ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਆਹਿਸਤਾ ਧੜਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਧੜਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ?
(Are there any risks?)

- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੇ ਲਗਾਉਣ ਨੂੰ ਇੰਪਲਾਂਟੇਸ਼ਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਆਮ ਸਰਜੀਕਲ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਖ਼ਤਰੇ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ। ਇੰਪਲਾਂਟ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੁਆਲੇ ਦਾਗ਼ ਪੈਣਾ ਆਮ ਜਿਹਾ ਹੈ।
- ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ (ਹੇਠਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਅਨੁਸਾਰ ਲਿਸਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ):

ਸਮੱਸਿਆ	ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ	ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡ (ਤਾਰ) ਨਿਕਲ ਗਈ	3 ਤੋਂ 6% ਸੰਭਾਵਨਾ (1000 ਵਿਚੋਂ 30 ਤੋਂ 60 ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ)	ਤਾਰ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਠੀਕ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਪਰੋਸੀਜਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।
ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੁਆਲੇ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ (ਹੀਮਾਟੋਮਾ)	1 ਤੋਂ 2% ਸੰਭਾਵਨਾ (1000 ਵਿਚੋਂ 10 ਤੋਂ 20 ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ)	ਕਦੀ ਕਦਾਈਂ ਜੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੁਆਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਕੱਢਣਾ ਪਵੇਗਾ।
ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਪਤਨ (ਨਿਊਮੋਥੋਰੈਕਸ)	1 ਤੋਂ 2% ਸੰਭਾਵਨਾ	ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਛਾਤੀ ਦਾ ਐੱਕਸਰੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾਰਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਛਾਤੀ ਵਿਚੋਂ ਹਵਾ/ਤਰਲ ਕੱਢਣਾ ਪਵੇਗਾ।
ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ	1 ਤੋਂ 2% ਸੰਭਾਵਨਾ	ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਟਿਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਟਿਕ ਦੁਬਾਰਾ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਦਿਲ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਖ਼ੂਨ ਇਕੱਠਾ ਹੋਣਾ (ਕਾਰਡੀਐੱਕ ਟੈਂਪੋਨੇਡ)	0.1 % ਸੰਭਾਵਨਾ (1000 ਵਿਚੋਂ 1 ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ)	ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਛਾਤੀ ਦਾ ਐੱਕਸਰੇ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਖ਼ੂਨ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- **ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਹਾਲਤ ਮੁਤਾਬਿਕ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਨ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।**

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? (What can I expect before and after?)

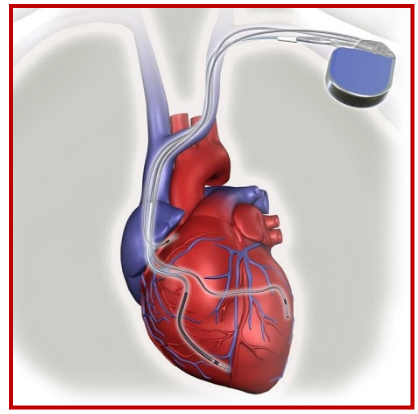
ਪਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਹੈ (How to prepare for the procedure)

- ਹਰ ਇੱਕ ਐਪੁਆਂਇੰਟਮੈਂਟ ਅਤੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਆਪਣਾ ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਵਿਸ ਕਾਰਡ (ਜਾਂ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ) ਅਤੇ ਜੋ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ।
- ਕਿਉਂਕਿ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਜਾਣ ਲਈ ਕਾਰ **ਨਹੀਂ** ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਲਿਆਉਣ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਲੈ ਜਾਣ ਲਈ **ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰੋ**।
- ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ **ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰੋ ਜੋ ਘਰ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹੇ।**
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਂ ਪਰੋਸੀਜਰ ਕਰ ਰਹੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਤੋਂ ਮਿਲਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖ਼ੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ) ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਦਵਾਈ ਲਵੋ।
- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਬੀ.ਸੀ. ਮੋਟਰ ਵਹੀਕਲ ਐਕਟ ਵਿਚ ਸਖ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ ਕਿ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਟੈੱਸਟ, ਇਲੈੱਕਟ੍ਰੋਕਾਰਡੀਓਗ੍ਰਾਮ, (ਈ.ਸੀ.ਜੀ.) ਅਤੇ ਈਕੋਕਾਰਡੀਓਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਪਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸੁਭਾ **ਕੁੱਝ ਨਾ** ਖਾਓ ਪੀਓ**,** ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਕੁੱਝ ਵੱਖਰਾ ਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ।

ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ (Before the procedure)

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਾਖ਼ਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੇ ਵੇਟਿੰਗ ਰੂਮ ਵੱਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਬਾਂਹ ਦੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਟੀਕਾ (ਆਈ.ਵੀ) ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਇਲੈੱਕਟ੍ਰੋਕਾਰਡੀਓਗ੍ਰਾਮ (ਈ.ਸੀ.ਜੀ.) ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਡਾਕਟਰ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਫਾਰਮ ਤੇ ਦਸਖ਼ਤ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਹੇਗਾ।

ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ (During the procedure)



- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਗਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਥਲ ਅਤੇ ਸੁਖੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਠੰਢਾ (ਫ਼ਰੀਜ਼) ਕਰਨ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਚਮੜੀ ਥੱਲੇ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਅਤੇ ਹੰਸਲੀ ਤੋਂ ਥੱਲੇ ਖੱਬੇ ਜਾਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਚੀਰਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਪਾਸੇ ਠੀਕ ਰਹੇਗਾ।
- ਡਾਕਟਰ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਐੱਕਸਰੇ ਗਾਈਡ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਵੱਡੀ ਨਾੜ ਰਾਹੀਂ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੰਪਲਾਂਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਫ਼ਿੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਟਾਂਕੇ ਲਗਾ ਕੇ ਬੰਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਟਾਂਕੇ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਆਪੇ ਘੁਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਇਸ ਪਰੋਸੀਜਰ ਨੂੰ 1 ਤੋਂ 2 ਘੰਟੇ ਲਗਦੇ ਹਨ।

ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ (After the procedure)

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਲ ਲੈ ਜਾਣਗੇ। ਉੱਥੇ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਲੈ/ਚਾਲ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਦਬਾਅ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੇਗੀ।
- ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਤਕਲੀਫ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਮੋਢਾ ਦੁਖੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦੇਵੇਗੀ।
- ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਦੋਂ ਕੁੱਝ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।
- ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ।

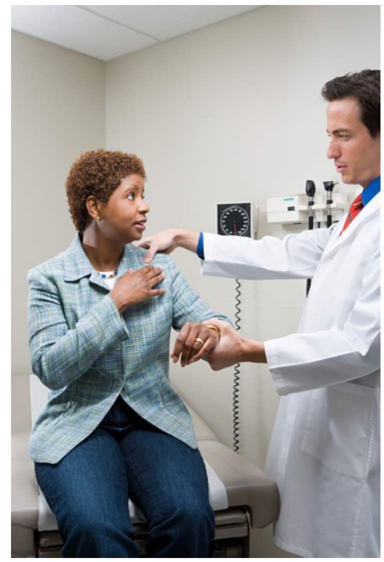
ਘਰ ਜਾਣਾ (Going Home)

- ਤੁਸੀਂ ਕਿਤਨੀ ਜਲਦੀ ਘਰ ਜਾਓਗੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਕੁੱਝ ਦਿਨ ਠਹਿਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਨਰਸ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
  - ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
  - ਆਪਣੇ ਚੀਰੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
  - ਦਰਦ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ
  - ਦਵਾਈਆਂ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀਆਂ ਹਨ
  - ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਬੰਦਸ਼ਾਂ
  - ਬਾਂਹ ਹਿਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਬੰਦਸ਼ਾਂ
  - ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਐਪੁਆਂਇੰਟਮੈਂਟਸ
  - ਕਦੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਹੈ

ਨੋਟ: ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪਹਿਲੇ 24 ਘੰਟੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਸੁਣਨ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਦੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਹੈ (When to get help)



- ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇ ਤਾਂ **ਇੱਕ ਦਮ** ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
  - ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਲਾਲੀ, ਸੋਜ਼ਸ਼ ਜਾਂ ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਚੋਂ ਰੰਗਦਾਰ ਤਰਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੋਵੇ
  - 38.5° ਸੈਂ. (101.3° ਫ਼ਾ.) ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋਵੇ
  - ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੁਆਲੇ ਨਵੀਂ ਰਗੜ/ਦਾਗ਼ ਜਾਂ ਲਾਲੀ ਹੋਵੇ
  - ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਜੇ ਦਰਦ ਹੋਰ ਵਧੇ ਜਾਂ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇ ਤਾਂ **9–1–1 ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:**
  - ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ.-ਡੀ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਝਟਕਾ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ
  - ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਜਾਂ ਸਾਹ ਨਾਲ ਸਾਹ ਨਾ ਰਲੇ
  - ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਕਲੀਫ਼ ਜਾਂ ਦਰਦ
  - ਚੱਕਰ ਆਉਂਦੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਡੌਰ ਭੌਰ ਹੋਣਾ
  - ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਚੱਲਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਸਾਹ ਤੇਜ਼ ਹੋਣਾ
  - 24 ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ 2 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਝਟਕੇ

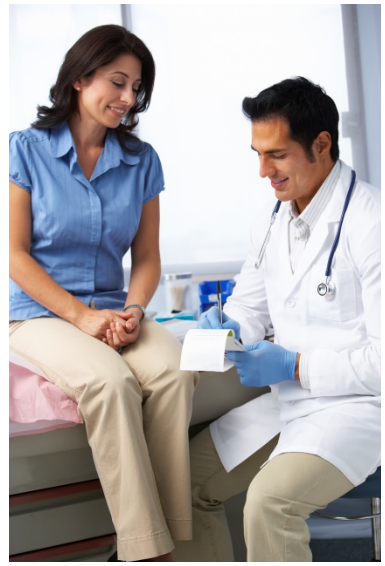
ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਜੰਤਰ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ (Living with a CRT device)

ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਆਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸੁਝਾਅ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਐਪੁਆਂਇੰਟਮੈਂਟਸ ਵਿਚ ਜਾਓ (Attend follow-up appointments)

- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਵਾਲੇ ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਂਚ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਅਤੇ ਦੂਰੋਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਦੂਰੋਂ ਨਿਰੀਖਣ ਤੁਹਾਡੀ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦਾ ਵਾਇਰਲੈੱਸ ਦੁਆਰਾ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਘਰੋਂ ਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੁਨੈਕਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੈ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਟੀਮ ਇਹ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਹੜਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੈ।



- ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਐਪੁਆਂਇੰਟਮੈਂਟ 2 ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਸਾਲ ਵਿਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਪਤੇ ਜਾਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਵਿਚ ਜੇ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਦਿਉ।
- ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕ ਦਾ ਸਟਾਫ਼:
  - ਤੁਹਾਡੀ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਅਤੇ ਤਾਰਾਂ (ਲੀਡਜ਼) ਚੈੱਕ ਕਰਨਗੇ।
  - ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀਆਂ ਸੈਟਿੰਗ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
  - ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀਆਂ ਸੈਟਿੰਗ ਬਦਲਣਗੇ।

ਆਪਣੀਆਂ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਬਚਾਉ
(Protect your pacing leads)

- ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਦੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਹਿੱਲ ਜੁੱਲ ਤੇ ਕੁੱਝ ਪਾਬੰਦੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਹਸਪਤਾਲ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।
- ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੋਢੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਜ਼ੋਰ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੌਲਫ਼ ਖੇਡਣਾ, ਤੈਰਨਾ, ਟੈਨਿਸ, ਕਹੀ ਬੇਲਚੇ ਦਾ ਕੰਮ, ਖਿੱਚਣ ਦਾ ਕੰਮ, ਜਾਂ ਵੈਕਿਊਮ ਕਰਨਾ।
- ਇਹ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਬਚਾਉ
(Protect your CRT generator)

- **ਆਪਣੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੇ ਨੇੜੇ ਚੁੰਬਕ/ਮਿਕਨਾਤੀਸ ਨਾ ਰੱਖੋ। ਚੁੰਬਕ/ਮਿਕਨਾਤੀਸ ਨੂੰ ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 6 ਇੰਚ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।**
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੇ ਉੱਪਰ ਵਾਲੀ ਜੇਬ ਵਿਚ ਸੈੱਲ ਫ਼ੋਨ **ਕਦੇ ਨਾ** ਰੱਖੋ।
- **ਚੋਰੀ ਫੜਨ ਵਾਲੇ ਜੰਤਰ ਵਿਚੋਂ** ਬਿਨਾਂ ਰੁਕੇ ਆਮ ਵਾਂਗ **ਨਿਕਲੋ।** ਇਸ ਜੰਤਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਂ ਇਸ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਨਾ ਰਹੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਚੁੰਬਕੀ ਤਰੰਗਾਂ ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਰਜ਼ੀ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਤੇ ਅਸਰ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

- **ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ**
  (Keep the generator away from these items):
  - **ਘੱਟੋ ਘੱਟ 6 ਇੰਚ (15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਦੂਰ –** ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜੰਤਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਕਸਰ, ਕਰਦਾਂ), ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਟੁੱਥ ਬੁਰਸ਼ ਦਾ ਬੇਸ, ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਸ਼ੇਵਰ, ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਾਈਕਲ ਅਤੇ ਟਰੀਡਮਿਲ, ਵਾਲ ਸੁਕਾਉਣਲਈ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜਨ ਵਾਲਾ ਡਰਾਇਰ, ਸਟੀਰਿਓ ਸਪੀਕਰ, ਵੈਕਿਊਮ, ਸਿਲਾਈ ਮਸ਼ੀਨ, ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤਰ (ਐਨਟਿਨੇ ਸਮੇਤ)।
  - **ਘੱਟੋ ਘੱਟ 12 ਇੰਚ ਜਾਂ 1 ਫ਼ੁੱਟ (30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਦੂਰ** – ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਫ਼ੈਂਸ, ਗੱਡੀਆਂ ਦਾ ਇਗਨੀਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ, ਬਾਹਰ ਲੱਗੇ ਹਰੇ ਰੰਗ ਦੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫ਼ਾਰਮਰ ਬਕਸੇ, ਕਾਰ ਬੈਟਰੀ ਚਾਰਜਰ, 20 ਕਿੱਲੋਵਾਟ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵਾਲੇ ਜੈੱਨਰੇਟਰ, ਬਿਨਾਂ ਰੁਕਾਵਟ ਬਿਜਲੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਰੋਤ (ਯੂ.ਪੀ.ਐੱਸ.), ਅਤੇ ਗੈਸ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਟੂਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੇਨ-ਸਾਅ, ਲਾਨ-ਮੂਵਰ, ਵੀਡ ਟ੍ਰਿਮਰ, ਅਤੇ ਸਨੋ ਬਲੋਅਰ)।
  - **ਘੱਟੋ ਘੱਟ 24 ਇੰਚ ਜਾਂ 2 ਫ਼ੁੱਟ (60 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਦੂਰ** – ਇੰਡੱਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਚੁੱਲ੍ਹੇ, ਜੰਪਰ ਕੇਬਲ, 400 ਹਾਰਸ ਪਾਵਰ ਮੋਟਰ ਜਾਂ ਘੱਟ ਵਾਲੇ ਬੈਂਚ ਤੇ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਖੜੇ ਟੂਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਏਅਰ ਕੰਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਡਰਿਲ ਪਰੈੱਸ, ਗਰਾਈਂਡਰ, ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਾਸ਼ਰ, ਟੇਬਲ ਸਾਅ ਅਤੇ 160 ਐਂਪੀਅਰਜ਼ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੰਟ ਵਾਲੀ ਵੈਲਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਰੀ)

- **ਇਹ ਨਾ ਵਰਤੋ:** ਟੀ.ਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਮਸ਼ੀਨਾਂ,ਚੁੰਬਕੀ ਮੈਟਰੱਸ ਜਾਂ ਸਿਰ੍ਹਾਨੇ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਉਤੇਜਕ
- **ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ** ਵੱਢੇ ਚੁੰਬਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੋ ਕਰੇਨਾਂ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕਬਾੜਖ਼ਾਨਿਆਂ ਵਿਚ ਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- **ਜੇ** ਤੁਸੀਂ **ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ** ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਆਰਕ ਵੈਲਡਰ, ਢਲਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਭੱਠੀਆਂ, ਰੇਡੀਉ ਅਤੇ ਟੈਲੀਵੀਜਨ ਦੇ ਟਾਵਰ ਅਤੇ ਹਾਈਡਰੋ ਅਤੇ ਰੇਡੀਉ ਸਟੇਸ਼ਨ ਵਰਗੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਂ ਦੁਆਲੇ ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸ਼ਾਕ ਪਲੈਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
(Know your shock plan)

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਡਿਫ਼ਿਬਰੀਲੇਟਰ ਲਗਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ‘ਸ਼ਾਕ ਪਲੈਨ’ ਬਾਰੇ ਲਗਾਤਾਰ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।
- ਸ਼ਾਕ (ਝਟਕੇ) ਹੈਰਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਦਰਦ ਭਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਤਕਲੀਫ ਦੇ ਸੂਚਕ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਝਟਕਾ ਲੱਗਣ ਬਾਰੇ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋਣਾ ਇਹ ਆਮ ਘਟਨਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਫ਼ਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ 1 ਝਟਕਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਝਟਕਾ ਆਉਣ ਦਾ ਟਾਈਮ ਨੋਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

- **9–1–1 ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜੇ:**
    - ਤੁਹਾਨੂੰ 1 ਝਟਕਾ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ।
    - 24 ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ 2 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਝਟਕੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ।
- **ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਇਹ ਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਏ ਕਿ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ।**

ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਲੱਗਾ ਹੈ
(Tell others you have a CRT)

- ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦਾ ਇੱਕ ਆਰਜ਼ੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਕਿਸਮ ਲਿਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। **ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦਾ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।**
- ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ 4 ਤੋਂ 8 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਜਿਸ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਉਹ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦਾ ਪੱਕਾ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਦੁਆਰਾ ਭੇਜੇਗੀ।
- ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਕੇਰੋਪਰੈਕਟਰ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਲੱਗਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਪਰੋਸੀਜਰ ਜਾਂ ਥੈਰੇਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁੱਝ ਖ਼ਾਸ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਪੈਣ।

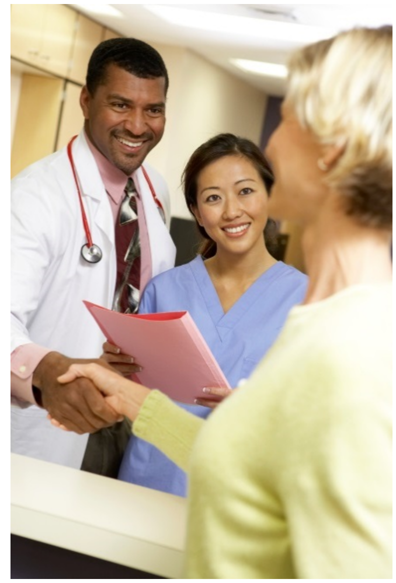
ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਵੋ
(Take your medications)

- ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਬਣਾਓ, ਕਿੰਨੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਅਤੇ ਕਿਸ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈਣੀ ਹੈ।
    - ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀਆਂ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਸਮੇਂ ਇਹ ਲਿਸਟ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਵੋ।
    - ਜਦੋਂ ਵੀ ਦਵਾਈ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਲਿਸਟ ਵਿਚ ਵੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰੋ।
    - ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਵੋ।

ਸਰਗਰਮ ਰਹੋ
(Stay active)

- ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਆਮ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।
- ਦਿਮਾਗ਼ੀ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਓ।
- ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਲੱਖਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਕਸਰਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਸੰਦ ਹਨ। **ਆਹਿਸਤਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਵਧਾਓ।**
- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੈੱਕਸ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ, ਪਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਸੈੱਕਸ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰ ਬਾਂਹਾਂ ਤੇ ਨਾ ਪਾਓ ਜਦ ਤੱਕ ਜ਼ਖ਼ਮ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।
- ਜੇ ਸੈੱਕਸ ਸਰਗਰਮੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦਾ ਝਟਕਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਬੇਸ਼ੱਕ ਝਟਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭੋਗ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਲੱਗੇ।

ਸੁਆਲ ਪੁੱਛੋ (Ask questions)



- ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਨੂੰ 8-1-1 ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਕੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕੰਪਨੀਆਂ ਗੈਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਆਲਾਂ ਜਾਂ ਫ਼ਿਕਰਾਂ ਦੇ ਨਿਪਟਾਰੇ ਲਈ ਆਨ ਲਾਈਨ ਮਦਦ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਆਨ ਲਾਈਨ ਜਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿਚੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸੁਆਲ (Frequently Asked Questions)

ਮੈਂ ਕਦੋਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਬੀ.ਸੀ. ਮੋਟਰ ਵਹੀਕਲ ਐਕਟ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ:
    - ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
    - ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ ਕਿ ਘਰੋਗੀ ਗੱਡੀ (ਕਲਾਸ 5 ਲਾਇਸੈਂਸ) ਚਲਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਪਾਬੰਦੀ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
    - ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਵਪਾਰਕ ਗੱਡੀ (ਕਲਾਸ 1 ਤੋਂ 4 ਲਾਇਸੈਂਸ) ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਇੰਟਰਫ਼ੇਅਰੈਂਸ (ਈ.ਐੱਮ.ਆਈ.) ਕੀ ਹੈ? (What is electromagnetic interference (EMI)?)

- ਜੋ ਜੰਤਰ ਬਿਜਲੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਬਿਜਲੀ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਬਿਜਲੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਲੇ ਅਦਿੱਖ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਤਰੰਗਾਂ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਤਰੰਗਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਇੰਟਰਫ਼ੇਰੈਂਸ'(ਈ.ਐੱਮ.ਆਈ.) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਵਰਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਟਰੀ ਚਾਰਜਰ, ਵਾਲ ਘੁੰਗਰਾਲੇ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਵਾਲ ਸਿੱਧੇ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜੰਤਰ, ਬਿਜਲੀ ਵਾਲੇ ਕੰਬਲ, ਗਿਟਾਰ ਜਾਂ ਟੁੱਥਬੁਰਸ਼, ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕੁਰਸੀ, ਗਰਮੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਪੈਡ, ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਾਲੇ ਟੱਬ, ਸਾਉਨਾ, ਟੈਨਿੰਗ ਬੈੱਡ, ਬਿਜਲੀ ਵਾਲਾ ਭਾਰ ਤੋਲਣ ਵਾਲਾ ਸਕੇਲ, ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਓਵਨ ਸਮੇਤ ਰਸੋਈ ਦੇ ਜੰਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣਾ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੀ.ਵੀ., ਰੇਡੀਓ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਟੇਬਲੈੱਟ, ਐੱਮ.ਪੀ.3 ਪਲੇਅਰ, ਫ਼ੈੱਕਸ ਮਸ਼ੀਨ, ਫ਼ੋਟੋਕਾਪੀਅਰ, ਡੀ.ਵੀ.ਡੀ. ਅਤੇ ਸੀ.ਡੀ. ਪਲੇਅਰ ਰਿਮੋਟ ਕੰਟਰੋਲ ਸਮੇਤ, ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਅਤੇ ਜੀ.ਪੀ.ਐੱਸ. ਜੰਤਰ।

ਜੇ ਮੈਂ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਂ ਕਿ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਈ.ਐੱਮ.ਆਈ. ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ? (What do I do if I think an item is causing EMI?)

- ਜੇ ਕੋਈ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਜੰਤਰ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਚੱਕਰ ਆਉਣ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ ਪਰ੍ਹਾਂ ਹੱਟ ਜਾਓ। ਤੁਹਾਡੀ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਆਮ ਵਰਗੀ /ਨਾਰਮਲ ਹੋ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਬੰਦ ਨਾ ਹੋਣ ਜਾ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਮ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੀ ਮੈਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ? (Can I travel with a CRT?)

- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
  - ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਸਫ਼ਰ ਦੌਰਾਨ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਲਈ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਰਿਮੋਟ ਟ੍ਰਾਂਸਮੀਟਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਲਗਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾਓ। ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਦੇ ਮੈਟਲ ਡਿਟੈਕਟਰ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਣਾ, ਸਰੀਰਕ ਸਕੈਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਹੱਥ ਵਾਲੇ ਮੈਟਲ ਡਿਟੈਕਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਮੇਰਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਚੱਲੇਗਾ? (How long will my CRT last?)

- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਬੈਟਰੀ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਨੂੰ ਜੈੱਨਰੇਟਰ ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਬਦਲਣਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਇਸ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰੇਗਾ।
- ਬੈਟਰੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 5 ਤੋਂ 8 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਚੱਲਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦਿਲ ਨੂੰ ਕਰੰਟ ਦੇਣ ਲਈ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਚੇਤਾਵਨੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇ ਬੈਟਰੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਆਮ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੀ ਮੌਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਕੀ ਕਰੇਗਾ? (What happens to my CRT at end of life?)

- ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਪੇਸਮੇਕਰ ਮਰ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਮਰਨ ਕਿਨਾਰੇ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਪੇਸਮੇਕਰ ਕੁਦਰਤੀ ਮੌਤ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕੇਗਾ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਡਿਫ਼ਿਬਰੀਲੇਟਰ ਲੱਗਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਐਸਾ ਸਮਾਂ ਆਏਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੇ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਮੌਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਝਟਕੇ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਜਾਂ 'ਡੀਐਕਟੀਵੇਟ' ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦਿਲ ਦੀ ਧੀਮੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਜੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਤੁਹਾਨੂੰ ਝਟਕਾ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੇਵੇਗਾ।
- ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਝਟਕੇ ਵਾਲਾ ਫ਼ੰਕਸ਼ਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਸਭ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਛਾ ਸਮਝ ਲਈ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਝਟਕੇ ਵਾਲਾ ਫ਼ੰਕਸ਼ਨ ਬੰਦ (ਡੀਐਕਟੀਵੇਟ) ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ (For More Information)

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੜ੍ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਖ਼ਾਸ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਦੀ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਿਸ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਸੀ.ਆਰ.ਟੀ. ਬਣਾਈ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਿਤਾਬਚਾ ਪੜ੍ਹੋ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੁਆਬ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਸਹਾਇਕ ਸਰੋਤ (Helpful Resources)

ਕਾਰਡਿਅਕ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਬੀ.ਸੀ. www.cardiac.bc.ca

ਬੀ.ਸੀ. ਹਾਰਟ ਫ਼ੇਲਿਓਰ www.bcheartfailure.ca

ਹਾਰਟ ਐਂਡ ਸਟ੍ਰੋਕ ਫ਼ਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ www.heartandstroke.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਾਰਟ ਰਿਦਮ ਸੁਸਾਇਟੀ www.chrsonline.ca

ਹਾਰਟ ਰਿਦਮ ਸੁਸਾਇਟੀ www.hrsonline.org

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. www.healthlinkbc.ca
ਫ਼ੋਨ: 8-1-1
ਫ਼ੋਨ: 7-1-1 ਬੋਲ਼ਿਆਂ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ

ਜੰਤਰ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਨਾਮ	ਵੈੱਬਸਾਈਟ
ਮੈੱਡਟ੍ਰਾਨਿਕ (Medtronic)	www.medtronic.com
ਐਬੋਟ/ ਸੇਂਟ ਜੁਡੇ ਮੈਡੀਕਲ (Abbott / St. Jude Medical)	www.sjm.com
ਬੋਸਟਨ ਸਾਇੰਟਿਫ਼ਿਕ (Boston Scientific)	www.bostonscientific.com
ਬਾਇਓਟ੍ਰਾਨਿਕ (Biotronik)	www.biotronik.com
ਸੋਰਿਨ (Sorin)	www.livanova.sorin.com

Cardiac Services BC

An agency of the Provincial Health Services Authority

fraserhealth — Better health. Best in health care.
Interior Health
island health
northern health — the northern way of caring
Providence Health Care — How you want to be treated.
Provincial Health Services Authority — Province-wide solutions. Better health.
Vancouver Coastal Health — Promoting wellness. Ensuring care.

October 2017