



# ਇੰਪਲਾਂਟੇਬਲ ਕਾਰਡਿਓਵਰਟਰ ਡਿਫਿਬਰੀਲੇਟਰ

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਦਵਾਰਾਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

## Implantable Cardioverter Defibrillator

A Guide for Patients and Families

### ਇੰਪਲਾਂਟੇਬਲ ਕਾਰਡਿਓਵਰਟਰ ਡਿਫਿਬਰੀਲੇਟਰ ਕੀ ਹੈ? What is an implantable cardioverter defibrillator?

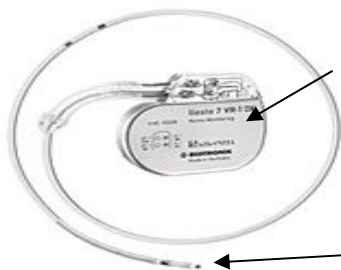
ਇੰਪਲਾਂਟੇਬਲ ਕਾਰਡਿਓਵਰਟਰ ਡਿਫਿਬਰੀਲੇਟਰ (ਜਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ‘ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ.’ ਬੋਲਦੇ ਹਨ) ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਜੰਤਰ ਹੈ ਜੋ ਲਗਾਤਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਅਤੇ ਚਾਲ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਲ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਅਚਾਨਕ ਹੋਏ ਬਦਲਾਅ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਇਹ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜ ਕੇ ਹਲੂਣਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਿਜਲਈ ਝਟਕਾ ਦੇ ਕੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਨਾਰਮਲ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਹਨ: ਜੈਨਰੇਟਰ ਅਤੇ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼।

1. **ਜੈਨਰੇਟਰ** ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਹੈ ਜੋ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦੀ ਰਫਤਾਰ 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 ਖਾਸ 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 ਜੈਨਰੇਟਰ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਸਿਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੋੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਜਾਂ ਝਟਕਾ ਜੈਨਰੇਟਰ ਤੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

#### ਅੰਦਰ ਕੀ ਹੈ?

|   |    |
|---|----|
| ਮੈਨੂੰ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ?.....                              | 2  |
| ਕੀ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਖਤਰੇ ਹਨ?.....                                       | 2  |
| ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ<br>ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? ..... | 3  |
| ਮੈਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?.....                               | 5  |
| ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਜੰਤਰ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ.....                                   | 6  |
| ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸੁਆਲ .....                                  | 9  |
| ਸਹਾਇਕ ਸਰੋਤ .....  | 11 |



ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਜੈਨਰੇਟਰ

ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡ

# ਮੈਨੂੰ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ?

## (Why do I need an ICD?)

- ♥ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਖਾਸ 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 ਖੂਨ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਨੂੰ ਪੰਪ ਕਰ ਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ♥ ਕਦੀ ਕਦਾਈਂ ਇਹ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਸਿਸਟਮ ਉਮਰ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖਰਾਬੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ:
  - ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦਾ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਆਹਿਸਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਬਰੈਡੀਕਾਰਡੀਆ)
  - ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦਾ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਟੈਕੀਕਾਰਡੀਆ)
- ♥ ਜਦੋਂ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਚੈਂਬਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਖੂਨ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਪੰਪ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਦਿਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ♥ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਆਹਿਸਤਾ ਧੜਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਪੇਸਮੇਕਰ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਦਿਲ ਆਮ ਵਾਂਗ ਧੜਕੇ।
- ♥ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਡਿਫ਼ਿਬਰੀਲੇਟਰ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਲ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਭੇਜ ਕੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਝਟਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਦਿਲ ਆਮ ਵਾਂਗ ਧੜਕੇ।
- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿਕਲਪ ਹੈ:
  - ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 1 ਵਾਰ ਮੌਤ ਦੇ ਖਤਰੇ ਜਿਹੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਹੋਈ ਹੈ (ਵੈਂਟ੍ਰੀਕੁਲਰ ਟੈਕੀਕਾਰਡੀਆ ਜਾਂ ਵੈਂਟ੍ਰੀਕੁਲਰ ਫ਼ਿਬਰੀਲੇਸ਼ਨ)
  - ਜੋ ਅਚਾਨਕ ਹੋਏ ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚੇ ਹਨ
  - ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਦੇ ਬਿਜਲਈ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



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

- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਲਗਾਉਣ ਨੂੰ *ਇੰਪਲਾਂਟੇਸ਼ਨ* ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਆਮ ਸਰਜੀਕਲ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਖਤਰੇ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ। ਇੰਪਲਾਂਟ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ 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                            | 2 ਤੋਂ 3% ਸੰਭਾਵਨਾ<br>(1000 ਵਿਚੋਂ 20 ਤੋਂ 30 ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ) | ਤਾਰ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਠੀਕ ਪੁਜੀਸ਼ਨ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਪਰੋਸੀਜਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।  |
| ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੁਆਲੇ ਖੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ (ਹੀਮਾਟੋਮਾ) | 1 ਤੋਂ 2% ਸੰਭਾਵਨਾ<br>(1000 ਵਿਚੋਂ 10 ਤੋਂ 20 ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ) | ਕਈ ਕਦਾਈਂ ਜੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੁਆਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਖੂਨ 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 ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ ਪਵੇਗਾ। |
| ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ  | 1 ਤੋਂ 2% ਸੰਭਾਵਨਾ                                     | ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦੁਬਾਰਾ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।    |
| ਦਿਲ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਖੂਨ ਇਕੱਠਾ ਹੋਣਾ (ਕਾਰਡੀਐੱਕ ਟੈਂਪੋਨੇਡ)     | 0.1 % ਸੰਭਾਵਨਾ<br>(1000 ਵਿਚੋਂ 1 ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ)           | ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਖੂਨ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।  |

- ♥ ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਹਾਲਤ ਮੁਤਾਬਿਕ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਐਂਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ 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 ਮਿਲਨਗੇ।
- ♥ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੂਨ 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 ਸ਼ਖ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ ਕਿ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ♥ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨ ਟੈਸਟ, ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਾਰਡੀਓਗ੍ਰਾਮ, (ਈ.ਸੀ.ਜੀ.) ਅਤੇ ਈਕੋਕਾਰਡੀਓਗ੍ਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ♥ ਪਰੋਸੀਜਰ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸੁਭਾ ਕੁੱਝ ਨਾ ਖਾਓ ਪੀਓ, ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਕੁੱਝ ਵੱਖਰਾ ਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ।

## ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ (Before the procedure)

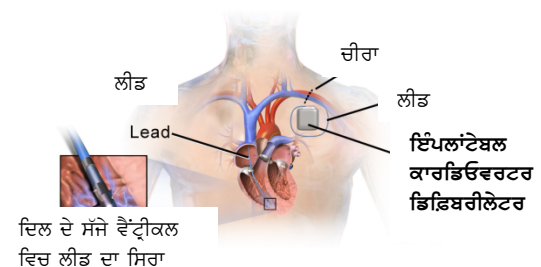
- ♥ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਾਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੇ ਵੇਟਿੰਗ ਰੂਮ ਵੱਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ♥ ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ♥ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਬਾਂਹ ਦੀ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਟੀਕਾ (ਆਈ.ਵੀ.) ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ।
-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



## ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ (During the procedure)

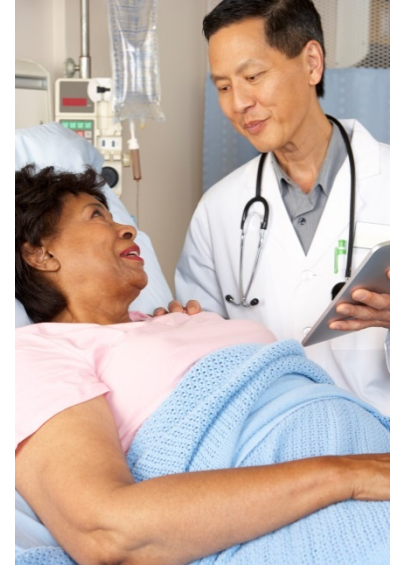
- ♥ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਪਰੋਸੀਜਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਗਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਥਲ ਅਤੇ ਸੁਖੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਠੰਢਾ (ਫਰੀਜ਼) ਕਰਨ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਚਮੜੀ ਥੱਲੇ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ♥ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਅਤੇ ਹੰਸਲੀ ਤੋਂ ਥੱਲੇ ਖੱਬੇ ਜਾਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਚੀਰਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਪਾਸੇ ਠੀਕ ਰਹੇਗਾ।
- ♥ ਡਾਕਟਰ ਇੱਕ ਖਾਸ ਐਂਕਸਰੇ ਗਾਈਡ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਨੂੰ ਖੂਨ ਦੀ ਵੱਡੀ ਨਾੜ ਰਾਹੀਂ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ♥ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਦਿਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੱਗ (ਇੰਪਲਾਂਟ ਹੋ) ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਜੈਨਰੇਟਰ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਫਿੱਟ 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।

### ਇੰਪਲਾਂਟੇਬਲ ਕਾਰਡਿਓਵਰਟਰ ਡਿਫਿਬਰੀਲੇਟਰ



## ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ (After the procedure)

- ♥ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਲ ਲੈ ਜਾਣਗੇ। ਉੱਥੇ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਲੈ/ਚਾਲ ਅਤੇ ਖੂਨ 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 ਜਾਉਗੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ 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
- ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਸ
- 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)

- ♥ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਜੇ 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 ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇ
  - ਚੀਰੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੁਆਲੇ ਨਵੀਂ ਰਗੜ/ਦਾਗ਼ ਜਾਂ ਲਾਲੀ ਹੋਵੇ
  - ਜੇ ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਦਰਦ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਧੇ ਜਾਂ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ♥ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਜੇ ਕੋਈ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇ ਤਾਂ **9-1-1 ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:**
  - ਆਈ.ਸੀ.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

## ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਜੰਤਰ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ (Living with an ICD)

ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਸ ਵਿਚ ਜਾਓ (Attend follow-up appointments)

- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਵਾਲੇ ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਂਚ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਅਤੇ ਦੂਰੋਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ♥ ਦੂਰੋਂ ਨਿਰੀਖਣ ਤੁਹਾਡੀ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੈ ਤਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਟੀਮ ਇਹ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ♥ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਹੜਾ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੈ।
- ♥ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ 2 ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਸਾਲ ਵਿਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ♥ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਪਤੇ ਜਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਵਿਚ ਹੋਈ ਕਿਸੇ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਦਿਉ।
- ♥ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਟੀਮ:
  - ਤੁਹਾਡੀ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਅਤੇ ਤਾਰਾਂ (ਲੀਡਜ਼) ਚੈੱਕ ਕਰੇਗੀ।
  - ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀਆਂ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
  - ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀਆਂ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਬਦਲਣਗੇ।



### ਆਪਣੀਆਂ ਪੇਸਿੰਗ ਲੀਡਜ਼ ਬਚਾਓ (Protect your pacing leads)

- ♥ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਜੈਨਰੇਟਰ ਬਚਾਉ (Protect your ICD generator)

- ♥ ਆਪਣੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਨੇੜੇ ਚੁੰਬਕ/ਮਿਕਨਾਤੀਸ ਨਾ ਰੱਖੋ। ਚੁੰਬਕ/ਮਿਕਨਾਤੀਸ ਨੂੰ ਜੈਨਰੇਟਰ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 6 ਇੰਚ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਉੱਪਰ ਵਾਲੀ ਜੇਬ ਵਿਚ ਸੈੱਲ ਫੋਨ 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਤੇ ਅਸਰ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ♥ ਜੈਨਰੇਟਰ 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 ਅਤੇ ਕਰਦਾਂ), ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਟੁੱਬ ਬੁਰਸ਼ ਦਾ ਬੋਸ, ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਸ਼ੇਵਰ, ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਾਈਕਲ ਅਤੇ ਟਰੀਡਮਿਲ, ਵਾਲ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜਨ ਵਾਲਾ ਡਰਾਇਰ, ਸਟੀਰਿਓ ਸਪੀਕਰ, ਵੈਕਿਊਮ, ਸਿਲਾਈ ਮਸ਼ੀਨ, ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤਰ (ਐਨਟਿਨੇ ਸਮੇਤ)।
  - ਘੱਟੋ ਘੱਟ 12 ਇੰਚ ਜਾਂ 1 ਫੁੱਟ (30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਦੂਰ – ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਫ਼ੈਂਸ, ਗੱਡੀਆਂ ਦਾ ਇਗਨੀਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ, ਬਾਹਰ ਲੱਗੇ ਹਰੇ ਰੰਗ ਦੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਾਰਮਰ ਬਕਸੇ, ਕਾਰ ਬੈਟਰੀ ਚਾਰਜਰ, 20 ਕਿੱਲੋਵਾਟ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵਾਲੇ ਜੈਨਰੇਟਰ, ਬਿਨਾਂ ਰੁਕਾਵਟ ਬਿਜਲੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਰੋਤ (ਯੂ.ਪੀ.ਐੱਸ.), ਅਤੇ ਗੈਸ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਟੂਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੇਨਸਾਅ, ਲਾਨਮੂਵਰ, ਵੀਡ ਟ੍ਰਿਮਰ, ਅਤੇ ਸਨੋ ਬਲੋਅਰ)।
  - ਘੱਟੋ ਘੱਟ 24 ਇੰਚ ਜਾਂ 2 ਫੁੱਟ (60 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਦੂਰ – ਇੰਡਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਚੁੱਲ੍ਹੇ, ਜੰਪਰ ਕੋਬਲ, 400 ਹਾਰਸ ਪਾਵਰ ਮੋਟਰ ਜਾਂ ਘੱਟ ਵਾਲੇ ਬੈਂਚ ਤੇ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਖੜੇ ਟੂਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਅਰ 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 ਕਬਾੜਖਾਨਿਆਂ ਵਿਚ ਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ♥ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਆਰਕ ਵੈਲਡਰ, ਢਲਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਭੱਠੀਆਂ, ਰੇਡੀਉ ਅਤੇ ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਦੇ ਟਾਵਰ ਅਤੇ ਹਾਈਡਰੋ ਅਤੇ ਰੇਡੀਉ ਸਟੇਸ਼ਨ ਵਰਗੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਂ ਦੁਆਲੇ ਹਾਈ ਵੋਲਟੇਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



## ਆਪਣੇ ਸ਼ਾਕ ਪਲੈਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ (Know your shock plan)

- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਸੂਚਕ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋਣਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਝਟਕਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਹ ਆਮ ਘਟਨਾ ਹੈ।

- ♥ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਫਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।
- ♥ **9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਲੱਗਾ ਹੈ (Tell others you have a ICD)

- ♥ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦਾ ਇੱਕ ਆਰਜ਼ੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਕਿਸਮ ਲਿਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। **ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦਾ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।**
- ♥ ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ 4 ਤੋਂ 8 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਜਿਸ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਉਹ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦਾ ਪੱਕਾ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਦੁਆਰਾ ਭੇਜੇਗੀ।
- ♥ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਕੇਰੋਪਰੈਕਟਰ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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।
  - ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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।
- ♥ ਦਿਮਾਗੀ 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਇੰਪਲਾਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੈਂਕੜ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ, ਪਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਸੈਂਕੜ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰ ਬਾਂਹਾਂ ਤੇ ਨਾ ਪਾਓ ਜਦ ਤੱਕ ਜ਼ਖ਼ਮ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।
- ♥ ਜੇ ਸੈਂਕੜ ਸਰਗਰਮੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੁਆਰਾ ਝਟਕਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਬੇਸ਼ੱਕ ਝਟਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭੋਗ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਲੱਗੇ।



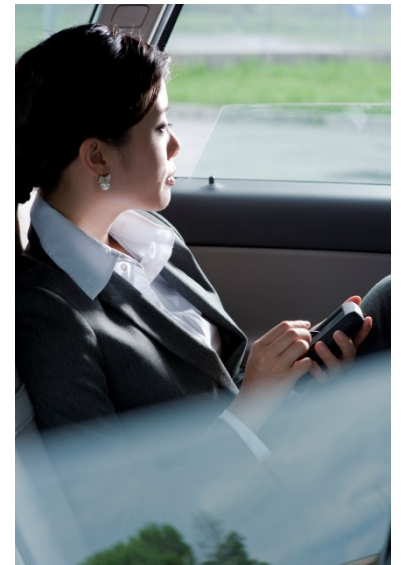
## ਸੁਆਲ ਪੁੱਛੋ (Ask questions)

- ♥ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।
- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।
- ♥ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਨੂੰ 8-1-1 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਕੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕੰਪਨੀਆਂ ਗੈਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਆਲਾਂ ਜਾਂ ਫਿਕਰਾਂ 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਇੰਟਰਫੇਅਰੈਂਸ (ਈ.ਐੱਮ.ਆਈ.) ਕੀ ਹੈ? (What is electromagnetic interference (EMI)?)

- ♥ ਜੇ ਜੰਤਰ ਬਿਜਲੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਬਿਜਲੀ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਬਿਜਲੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਲੇ ਅਦਿੱਖ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਤਰੰਗਾਂ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਤਰੰਗਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਮੈਗਨੈਟਿਕ ਇੰਟਰਫੇਅਰੈਂਸ' (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 ਟੁੱਬਬੁਰਸ਼, 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., ਰੇਡੀਉ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਟੇਬਲੈੱਟ, ਐੱਮ.ਪੀ.3 ਪਲੇਅਰ, ਫ਼ੈਕਸ ਮਸ਼ੀਨ, ਫੋਟੋਕਾਪੀਅਰ, 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 ਦੇ ਜੰਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਚੱਕਰ ਆਉਣ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ ਪਰ੍ਹਾਂ ਹਟ ਜਾਓ। ਤੁਹਾਡੀ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਆਮ ਵਰਗੀ/ਨਾਰਮਲ ਹੋ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ♥ ਜੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਬੰਦ ਨਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਮ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਕੀ ਮੈਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ? (Can I travel with a ICD?)

- ♥ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. 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 ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਲਗਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾਓ। ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਦੇ ਮੈਟਲ ਡਿਟੈਕਟਰ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣਾ, ਸਰੀਰਕ ਸਕੈਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਹੱਥ ਵਾਲੇ ਮੈਟਲ ਡਿਟੈਕਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

## ਮੇਰਾ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਚੱਲੇਗਾ? (How long will my ICD last?)

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

## ਮੇਰੀ ਮੌਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਕੀ ਕਰੇਗਾ?

### (What happens to my ICD at end of life?)

- ♥ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਐਸਾ ਸਮਾਂ ਆਏਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਮੌਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ। ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੇ ਝਟਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਫਿਕਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਹੀਂ ਵਧਾਅ ਸਕਦੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੈ।
- ♥ ਤੁਸੀਂ ਝਟਕੇ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਜਾਂ 'ਡੀਐਕਟੀਵੇਟ' ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਫਿਰ ਵੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੀਮੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਜੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਤੁਹਾਨੂੰ ਝਟਕਾ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੇਵੇਗਾ।
- ♥ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਝਟਕੇ ਵਾਲਾ ਫੰਕਸ਼ਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਸਭ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਛਾ ਸਮਝ ਲਈ ਹੈ।
- ♥ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਝਟਕੇ ਵਾਲਾ ਫੰਕਸ਼ਨ ਬੰਦ (ਡੀਐਕਟੀਵੇਟ) ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

## ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ (For More Information)

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਪਰੋਸੀਜਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੜ੍ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਖਾਸ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਦੀ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਿਸ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ. ਬਣਾਇਆ 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](http://www.cardiac.bc.ca)

ਬੀ.ਸੀ. ਹਾਰਟ ਫੇਲਿਓਰ

[www.bcheartfailure.ca](http://www.bcheartfailure.ca)

ਹਾਰਟ ਐਂਡ ਸਟ੍ਰੋਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ

[www.heartandstroke.ca](http://www.heartandstroke.ca)

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਾਰਟ ਰਿਦਮ ਸੁਸਾਇਟੀ

[www.chrsonline.ca](http://www.chrsonline.ca)

ਹਾਰਟ ਰਿਦਮ ਸੁਸਾਇਟੀ

[www.hrsonline.org](http://www.hrsonline.org)

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ.

[www.healthlinkbc.ca](http://www.healthlinkbc.ca)

ਫੋਨ: 8-1-1

ਫੋਨ: 7-1-1 ਬੋਲਿਆਂ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ

| ਜੰਤਰ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਨਾਮ                                 | ਵੈੱਬਸਾਈਟ   |
|--|--|
| ਮੈੱਡਟ੍ਰਾਨਿਕ (Medtronic)                              | <a href="http://www.medtronic.com">www.medtronic.com</a>               |
| ਐਬੋਟ/ ਸੇਂਟ ਜੂਡ ਮੈਡੀਕਲ<br>(Abbott / St. Jude Medical) | <a href="http://www.sjm.com">www.sjm.com</a>                           |
| ਬੋਸਟਨ ਸਾਇੰਟਿਫਿਕ<br>(Boston Scientific)               | <a href="http://www.bostonscientific.com">www.bostonscientific.com</a> |
| ਬਾਇਓਟ੍ਰਾਨਿਕ (Biotronik)                              | <a href="http://www.biotronik.com">www.biotronik.com</a>               |
| ਸੋਰਿਨ (Sorin)  | <a href="http://www.livanova.sorin.com">www.livanova.sorin.com</a>     |



# Cardiac Services BC

An agency of the Provincial Health Services Authority



July 2018