NHS
Greater Glasgow and Clyde

ਤੁਹਾਡੇ ਨਕਲੀ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ

(Care and Maintenance of Your Prosthesis – Punjabi)

ਵੈਸਟਮਾਰਕ (WestMARC)

ਪੱਛਮੀ ਸਕੌਟਲੈਂਡ ਦਾ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ

ਮੁੜ-ਵਸੇਬਾ ਸੈਂਟਰ

ਕੁਵੀਨ ਐਲੀਜ਼ਾਬੈਥ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ

1345 Govan Road

Glasgow G51 4TF

ਪਰਿਚੈ

ਇਹ ਪਰਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਕਲੀ ਅੰਗ (ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ) ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਐਨਐਚਐਸ (NHS) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਐਡਜਸਟ ਜਾਂ ਸੋਧਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਐਨਐਚਐਸ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਅਡਜਸਟਮੈਂਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਯੋਗਤਾਪ੍ਰਾਪਤ ਐਨਐਚਐਸ ਪ੍ਰੋਸਥੈਟਿਕ ਸਟਾਫ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਨਕਲੀ ਅੰਗਾਂ (ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ) ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਜੁੜੇ ਕਈ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਦੀ-ਕਦੀ ਫੋਮ ਅਤੇ ਨਾਈਲੋਨ ਦੀਆਂ ਸਟੌਕਿੰਗਜ਼ ਨਾਲ ਕੱਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਕਟ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਿੱਧਾ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਕਟ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ, ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਅਤੇ ਸੁਕਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ:

- ਫੋਮ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਲਾਈਨਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਕਟ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਸੁਕਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਸਿਲੀਕੋਨ ਜਾਂ ਜੈੱਲ ਲਾਈਨਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦਾ ਅੰਦਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਬਾਹਰ ਕਰਕੇ, ਇਸਨੂੰ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸਨੂੰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਿੱਧਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਾਈਨਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲਾ ਪਰਚਾ ਦੇਖੋ)।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਅੰਗ ਕਾਸਮੈਟਿਕ ਸਟੌਕਿੰਗਜ਼ ਨਾਲ ਕੱਜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਤਾਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਮ ਵਾਂਗ ਧੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਲਕੇ ਸਾਬਣ ਜਾਂ ਕਲੀਨਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਅਤਰ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਗ ਫਿਟਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

- ਕੋਈ ਢਿੱਲੇ ਜਾਂ ਖਰਾਬ ਹਿੱਸੇ ਹਨ
- ਵਰਤੋਂ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਵੀ ਅਚਾਨਕ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਢਿੱਲਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਿੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਨਵੇਂ ਪੂਰਕਾਂ (ਅੱਕਸੈੱਸਰੀ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਵਜ਼ਨ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧਦਾ ਜਾਂ ਘੱਟਦਾ ਹੈ

ਪੂਰਕ (ਅੱਕਸੈੱਸਰੀ)

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਂਗੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਸਟੰਪ (ਟੁੰਡ) ਜੁਰਾਬਾਂ, ਕਾਸਮੈਟਿਕ ਸਟੋਕਿੰਗਜ਼, ਸੱਸਪੈਂਸ਼ਨ ਸਲੀਵਜ਼ ਜਾਂ ਬੈਲਟਾਂ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਪੂਰਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੱਛੇ ਦੋਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਬਦਲੋ। .

ਮੁਰੰਮਤ, ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਨੂੰ ਮੁਰੰਮਤ ਜਾਂ ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਗ ਫਿਟਿੰਗ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਰੰਮਤ ਜਾਂ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਜੇ ਲੋੜ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅਸੁਵਿਧਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰੇਗਾ।

ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ

ਵੈਸਟਮਾਰਕ (WestMARC)

ਖੁਲ੍ਹਣ ਦੇ ਸਮੇਂ: ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8.30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮੀਂ 4.30 ਵਜੇ

ਟੈਲੀਫੋਨ: 0300 790 0129
(ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 8.45 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4.15 ਵਜੇ)।
ਜੇਕਰ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿਅਸਤ ਹਨ ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਨਸਰਫ਼ੋਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਵੈਬਸਾਈਟ:

www.nhsggc.org.uk/your-health/health-services/westmarc

ਈਮੇਲ: westmarc@ggc.scot.nhs.uk

ਆਇਰ ਹਸਪਤਾਲ (ਵੈਸਟਮਾਰਕ ਦਾ ਅਨੁਚਰ)

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਆਇਰ
ਫ਼ਿਜ਼ੀਓਥੈਰਾਪੀ ਵਿਭਾਗ

Dalmellington Rd
Ayr
KA6 6DX

ਟੈਲੀਫੋਨ: 01292 610 555 ਫ਼ਿਜ਼ੀਓਥੈਰਾਪੀ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਲਈ

(ਕਲੀਨਿਕ ਦੀਆਂ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਲਈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਅੱਕਸੈੱਸਰੀਆਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਲਈ ਵੈਸਟਮਾਰਕ ਦੇ ਨੰਬਰ 0300 790 0129 ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ)