

**ਨਵੇਂ ਟ੍ਰਾਂਸ-ਟਿਬੀਅਲ ਐਂਪਿਊਟੀਜ਼ (ਗੋਡੇ ਦੇ ਥੱਲੇ
ਅੰਗਛੇਦ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ) ਦੀ ਟੁੰਡ ਜੁਰਾਬਾਂ ਲਈ
ਇੱਕ ਗਾਈਡ–**

“ਮੈਂਨੂੰ ਕਿੰਨੀਆਂ ਪਹਿਨਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?”

**(A Guide for the new Trans-Tibial Amputees Stump Socks –
“How Many Should I Wear?” – Punjabi)**

ਵੈਸਟਮਾਰਕ (WestMARC)

ਪੱਛਮੀ ਸਕੋਟਲੈਂਡ ਦਾ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ

ਮੁੜ-ਵਸੇਬਾ ਸੈਂਟਰ

ਕੁਵੀਨ ਐਲੀਜ਼ਾਬੈਥ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ

1345 Govan Road

Glasgow G51 4TF

ਇੱਕ ਸਵਾਲ ਜੋ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ:

“ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਪਹਿਨੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?”

ਅੰਗ ਕੱਟਣ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਪਹਿਨਣਗੇ। ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਟੁੰਡ (ਸਟੰਪ) ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਘਣਤਾ (ਵੋਲਯੂਮ) ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਬਦਲਾਅ ਨਾਲ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਜੁਰਾਬਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਧੋਣ ਨਾਲ ਇਹ ਸਟੰਪ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲਾਗ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦੇਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਬਦਲ ਸਕੋ।

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਟੁੰਡ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਅਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਓਡੀਮੇਟਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ)। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਖਮ ਠੀਕ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਰਲ ਘੱਟਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟੁੰਡ ਛੋਟਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਕੁਝ ਲੋਕ ਜੋ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਾਫ਼ੀ ਬਿਮਾਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਜਨ ਘਟਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਜਨ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੁੰਡ ਦਾ ਆਕਾਰ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪਰਚਾ **ਨਵੇਂ ਟ੍ਰਾਂਸ-ਟਿਬੀਅਲ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਦੇ ਬੱਲੇ** ਦੇ ਅੰਗਛੇਦ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸਟੰਪ/ਸਾਕਟ ਸਬੰਧਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੇਗਾ।

ਪਟੇਲਾ ਟੈਂਡਨ ਬੇਅਰਿੰਗ (PTB) ਸਾਕਟ ਦਾ ਫਿੱਟ

ਜਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਅੰਗ ਇਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਅੰਗਛੇਦ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪ੍ਰਿਸਕਰਾਈਬ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਪਟੇਲਾ ਟੈਂਡਨ ਬੇਅਰਿੰਗ (ਪੀਟੀਬੀ) ਪ੍ਰੋਸਥੇਸਿਸ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਟੁੰਡ ਰਾਹੀਂ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਆਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨਰਮ ਫੋਮ ਦਾ ਲਾਈਨਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਧੇਰੇ ਸਖ਼ਤ ਸਾਕਟ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗ ਦੁਆਰਾ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਬਸ਼ਰਤੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਟੁੰਡ ਦਾ ਸਾਈਜ਼ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਉਹੀ ਰਹੇਗਾ ਜਦੋਂ ਪਲੱਸਤਰ ਉਤਾਰਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਤੁਹਾਡਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਜਨ ਪਟੇਲਾ ਟੈਂਡਨ ਸਮੇਤ ਟੁੰਡ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ, ਅਤੇ ਟਿਬੀਆ (ਗੋਡੇ ਤੋਂ ਹੇਠਲੀ ਹੱਡੀ) ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਸਹਾਰਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗੋਡੇ ਦੀ ਟੇਪੀ ਦੇ ਰੇਖਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੰਡਲੀ ਦੇ ਸਿਖਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਪਟੇਲਾ ਟੈਂਡਨ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਟੈਂਡਨ (ਨਸ) ਹੈ ਅਤੇ ਦਬਾਅ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਹੈ। ਟਿਬੀਆ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਵਾਲੇ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਨਰਮ ਟਿਸ਼ੂ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਸਾਕਟ ਦੀ ਆਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸੰਕੁਚਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਕਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਟੁੰਡ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਟਿਬੀਆ ਦੇ ਦੂਰਲੇ (ਹੇਠਲੇ) ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਹਿਲੀ ਫਿਟਿੰਗ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਲੱਤ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਫਿੱਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੈਸਥੇਟਿਸਟ ਇੱਕ ਜੁਰਾਬ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਮੋਟੀ ਟੈਰੀ ਦੀ ਜੁਰਾਬ ਜਾਂ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਸੂਤੀ ਜੁਰਾਬ ਨਾਲ ਪ੍ਰੈਸਥੇਸਿਸ ਨੂੰ ਅਜ਼ਮਾਏਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੈਸਥੇਟਿਸਟ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰੇਗਾ ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਲਾਈਨਰ ਨੂੰ ਪਟੇਲਾ ਟੈਂਡਨ ਵੱਲ ਟੁੰਡ ਦੇ ਉੱਤੇ ਵੱਲ ਧੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਹੈ ਅਤੇ ਲਾਈਨਰ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉੱਤੇ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਹੋਰ ਜੁਰਾਬਾਂ ਜੋੜਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰ ਫਿੱਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਕਟ ਬਹੁਤ ਤੰਗ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਜੁਰਾਬ ਨਾਲ ਬਦਲਣਗੇ।

ਜਦੋਂ ਸਾਕਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਸਥੇਟਿਸਟ ਦੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਤੱਕ ਫਿੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਮਾਨਾਂਤਰ ਪਾਈਪਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚਕਾਰ ਉਸ ਲੱਤ 'ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਹ ਦਬਾਅ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਟੁੰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਣਗੇ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਟੇਲਾ ਟੈਂਡਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਚਿੱਥ ਅਤੇ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੋਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਟੈਂਡਨ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਟੈਂਡਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪਟੇਲਾ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਟੁੰਡ ਸਾਕਟ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੂਰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇੱਕ ਮੋਟੀ ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਜੁਰਾਬ ਜੋੜ ਦੇਣਗੇ।

ਜੇ ਟੈਂਡਨ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਟੈਂਡਨ, ਜਾਂ ਟਿਬੀਆ 'ਤੇ ਥੱਲੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਕਟ ਬਹੁਤ ਤੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਕੈਂਡਾਇਲਿਸ (ਗੋਡੀਆਂ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ) ਵਿੱਚ ਲਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਜੁਰਾਬ ਨਾਲ ਬਦਲ ਕੇ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਪਾਈਪਾਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਉਤਾਰ ਕੇ ਫਿੱਟਿੰਗ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਘਣਤਾ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਾਕਟ ਦੀ ਫਿੱਟਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਟੁੰਡ ਦੀ ਘਣਤਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਕਸਾਰ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਟੁੰਡ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਹਿੱਸਾ ਗੋਡੇ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜੁਰਾਬਾਂ ਜੋੜਨ ਨਾਲ ਗੋਡੇ 'ਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ ਜਾਂ ਤੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਥੱਲੇ ਇੱਕ ਅੱਧੀ ਜੁਰਾਬ* ਜੋੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਜਗ੍ਹਾ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਸਥੇਟਿਸਟ ਫਿੱਟਿੰਗ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਫੇਮ ਲਾਈਨਰ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਪਾਸੇ ਪੈਡ ਜੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸਾਕਟ ਉੱਪਰਲੇ ਅੱਧ 'ਤੇ ਢਿੱਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫਿੱਟਿੰਗ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅੱਧੀ ਜੁਰਾਬ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਪ੍ਰੈਸਬੇਟਿਸਟ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦੇ ਸੰਜੋਗ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਸਾਕਟ ਵਿੱਚ ਪੈਡ ਜਾਂ ਲਾਈਨਿੰਗ ਜੋੜਨ ਨਾਲ ਹੁਣ ਕੋਈ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਤਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਾਕਟ ਲਈ ਪਲਸਤਰ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅੰਗ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲੱਤ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਹਿਨਦੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਪਰੈਸ਼ਨ ਜਾਂ ਸੁੰਗੜਨ ਵਾਲੀ ਜੁਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਜ਼ਖਮ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਟੰਪ ਦੀ ਘਣਤਾ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਟੁੰਡ ਦੀ ਘਣਤਾ ਸਥਿਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗੀ।

*ਇੱਕ ਅੱਧੀ-ਜੁਰਾਬ ਇੱਕ ਨਿਯਮਤ ਟੁੰਡ ਦੀ ਜੁਰਾਬ ਹੈ ਜਿਸਦਾ 'ਅੰਗੂਠਾ' ਕੱਟਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਬਚੀ 'ਟਿਊਬ' ਨੂੰ ਟੁੰਡ ਦੇ ਉੱਪਰ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ, ਹੋਰ ਸਟੰਪ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਾਕਟ ਦੀ ਫਿੱਟਿੰਗ ਬਿਹਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ

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 ਫੋਨ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿਅਸਤ ਹਨ ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਨਸਰਫੋਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਵੈਬਸਾਈਟ:

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

ਈਮੇਲ: westmarc@ggc.scot.nhs.uk

ਵੈਸਟਮਾਰਕ (WestMARC) ਲਈ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ 0300 790 0129

ਲਾਈਨਾਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8.45 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4.15 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁਲ੍ਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਫੋਨ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿਅਸਤ ਹਨ ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਨਸਰਫੋਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।