ਆਪਣੀ ਰੋਗ ਮੁਕਤੀ ਵਿੱਚ ਸਕ੍ਰਿਏ ਰਹੋ

-
- ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਨਾਲ ਫੈਸਲੇ ਲਓ
- ਸੁਆਲ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ
- ਆਪਣੀ ਤਰਜੀਹਾਂ, ਇੱਛਿਤ ਟੀਚਿਆਂ, ਮੁੱਲਾਂ, ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਫਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ
- ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਤਾਂ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਝਿਝਕੋ ਨਾ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਬੀਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ
- ਦਾਖਲ ਰੋਗੀ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣਾ ID ਬ੍ਰੈਸਲਟ ਪਹਿਨ ਕੇ ਰੱਖੋ
- ਦਾਖਲ ਰੋਗੀ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੇ ਲਈ ਗਈ ਆਪਣੀ ਫੋਟੋ ਲਓ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਅਪਡੇਟ ਕਰੋ

ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

-
- ਇਹ ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਦਿਖਦੀ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਮੰਤਵ ਕੀ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਕਦੋਂ ਲੈਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਕੀ ਹਨ
- ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਤੁਰੰਤ ਦਿਓ

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਮਿਸਟ (ਓਵਰ-ਦਿ-ਕਾਊਂਟਰ) ਦਵਾਈਆਂ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਜਾਂ ਘਰ ਤੋਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਸੂਚੇਤ ਕਰੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੁਦ ਉਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਰੋਗੀ ਪਛਾਣ ਰਿਸਟਬੈਂਡ (Patient Identification Wristband) ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ।

ਨਿਜਤਾ

ਨਿਜਤਾ ਹਰੇਕ ਰੋਗੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਜਾਣ ਲਓ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਰੋਗੀਆਂ, ਮੁਲਾਕਾਤੀਆਂ ਤੇ ਸਟਾਫ ਦੀ ਨਿਜਤਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਤਸਵੀਰਾਂ ਖਿੱਚਣਾ, ਵੀਡਿਓ ਜਾਂ ਆਡਿਓ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗਸ ਕਰਨਾ ਪ੍ਰਤੀਬੰਧਿਤ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਰੋਗੀ ਜਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤੀ ਕਿਸੇ ਮੋਬਾਈਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਿਜੀ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਡਿਵਾਈਸ ਨਾਲ ਤਸਵੀਰਾਂ ਖਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਡਿਵਾਈਸ ਨੂੰ ਬਿਜਨੇਸ ਔੱਫਿਸ ਵਿੱਚ ਤਾਲੇ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਘਰ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ।

ਅੱਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ

- ਓਂਟਾਰਿਓ ਸ਼ੋਰਸ ਇੱਕ ਧੂੰਆਂ ਰਹਿਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੈ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਓਂਟਾਰਿਓ ਸ਼ੋਰਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਕਿਤੇ ਵੀ ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰੋ
- ਸਾਡੇ ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤੀ ਕਾਰਜਕਰਮ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ
- ਜੇਕਰ ਕਿਤੇ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉੱਥੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਸੁਣੋ
- ਦਾਖਲ ਰੋਗੀ, ਮਾਸਿਕ ਫਾਇਰ ਡ੍ਰਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਓ

ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚੋ

-
- ਸਹੀ ਜੁੱਤੇ ਪਹਿਨੋ
- ਫਿਲਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਨਾ ਪਹਿਨੋ
- ਡੰਡੇ ਫੜੋ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰੋ
- ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈਆਂ ਡਿੱਗਣ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ, ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਿਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਕਰ ਆਉਣ, ਧੁੰਦਲੀ ਨਜ਼ਰ ਜਾਂ ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ
- ਆਪਣੇ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਯੋਜਨਾ (ਫਾਲਸ ਪ੍ਰੀਵੈਂਸ਼ਨ ਪਲਾਨ) ਵਿੱਚ ਸਕ੍ਰਿਏ ਰਹੋ
- ਬਾਹਰ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਮੌਸਮ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਜੁੱਤੇ ਪਹਿਨੋ
- ਓਂਟਾਰਿਓ ਸ਼ੋਰਸ ਦੇ ਅਹਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨੰਗੇ ਪੈਰ ਨਾ ਚੱਲੋ
- ਫਰਸ਼ ਤੇ ਕੁਝ ਡੁਲ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਵਸਤਾਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਦੱਸੋ

ਦਾਖਲ ਰੋਗੀ - ਆਪਣੀਆਂ ਕੀਮਤੀ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ

-
- ਕੀਮਤੀ ਵਸਤਾਂ ਘਰ ਭੇਜਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਆਪਣੀ ਕੀਮਤੀ ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਕਦੀ ਬਿਜਨੇਸ ਔੱਫਿਸ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾ ਕਰਾਓ
- ਓੱਟਾਰਿਓ ਸ਼ੋਰਸ ਬਿਲਡਿੰਗ 5 ਵਿੱਚ, ਤੀਜੀ ਮੰਜਿਲ ਵਿਖੇ ਸਥਿਤ ਬਿਜਨੇਸ ਔੱਫਿਸ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀਆਂ ਕੀਮਤੀ ਵਸਤਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ
- ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਨਿਜੀ ਵਸਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਸਮੁਦਾਇਕ ਜੀਵਨ

ਛੁੱਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਟੀਮ ਇਹ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੋਗੇ:

- ਇੱਕ ਸਮੁਦਾਇਕ ਜੀਵਨ ਪਰਿਵਰਤਨ ਯੋਜਨਾ
- ਮੁੜ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ
- ਇੱਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਖੁਦ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸੁਆਲ ਪੁੱਛੋ

ਇਹ ਸਟਾਫ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਗ ਮੁਕਤੀ ਟੀਮ (ਰਿਕਵਰੀ ਟੀਮ)
- ਤੁਹਾਡਾ ਕਲੀਨੀਕਲ ਮੈਨੇਜਰ
- ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ (ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ) ਡਾਇਰੈਕਟਰ
- ਤੁਹਾਡਾ ਮੈਡੀਕਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ

ਵਧੇਰੇ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਰੋਗੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਗੂ (Patient Safety Leader) ਨੂੰ 905.430.4055 ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 6019 ਤੇ ਜਾਂ ਜੋਖਿਮ ਡਾਇਰੈਕਟਰ (Director of Risk) ਜਾਂ ਰੋਗੀ ਸੁਰੱਖਿਆ (Patient Safety) ਨੂੰ ਐਕਸਟੈਂਸਨ 6764 ਤੇ ਫੋਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ