اپنے صحت کی نگہداشت کے ماہر سے پوچھے جانے والے سوالات

Canadian Association of Wound Care

Association canadienne du soin des plaies

اگر آپ کو ذیابیطس ہو ، آپ کے پیر کی صحت بہت تیزی سے بدل سکتی ہے، خاص طور پر اگر آپ میں حس ختم ہو جائے (عصبی عارضہ)، ہڈی کی ساخت میں تبدیلی (بد ہئیتی) یا دوران خون کم (پیریفرل ویسکولر بیماری) ہو جائے۔

اپنی صحت کی نگہداشت کے ماہر سے باقاعدگی سے ملنا پیروں کی صحت برقرار رکھنے اور کسی بھی ممکنہ عارضہ سے بچنے کے لئے ضروری ہے۔

ان ملاقاتوں سے بھرپور افادہ کے لئے:

- اپنے سوالات کی لسٹ بنا کر اپنی صحت کی نگہداشتی ٹیم کے پاس لے جائیے اور اس پر ان سے بات کیجیئے۔

- اپنی صحت کی نگہداشت کے ماہر کو اپنے پیر دکھائیے!

اپنی صحت کی نگہداشت کے ماہر سے درج ذیل تین کلیدی سوالات پوچھیئے:*

1. میرا اصل مسئلہ کیا ہے؟
2. مجھے کیا کرنا چاہیئے؟
3. میرے لئے یہ کرنا کیوں اہم ہے؟

- جو بات آپ کی سمجھ میں نہ آئے اپنی صحت کی نگہداشت کے ماہر سے اس کی تشریح کے لئے کہیں۔

- اس وقت تک سوالات پوچھتے رہیئے جب تک آپ مطمئن نہ ہو جائیں کہ آپ کو کیا اور کیوں کرنا ہے۔

- لکھ لیجئے، اس سے آپ کو گفتگو کی تفصیلات یاد رکھنے میں مدد ملے گی

- اگر ممکن ہو، اپنے ساتھ فیملی سے کسی کو یا دوست کو اپائنٹمنٹ پر ساتھ لے جائیے۔ دوسرا شخص اضافی مدد گار سوالات سوچ سکتا ہے۔

* نیشنل پیشنٹ سیفٹی فاؤنڈیشن کی ویب سائٹ

(National Patient Safety Foundation) www.npsf.org/askme3 پر دستیاب ہے۔

صحت کی نگہداشت کا ماہر آپ کے پیروں کو جتنا ممکن ہو، صحتمند رکھ کر آپ کی مدد کر سکتا ہے۔

کائرو پوڈسٹس یا پوڈیاٹرسٹس: پیر کی بیماریوں، بے ترتیبی اور فساد فعل کے علاج میں مہارت رکھتے ہیں ۔

ذیابیطس کے معلم: ذیابیطس منظم کرنے میں مدد کرتے اور ذیابیطس، بشمول پیر کی نگہداشت معلومات فراہم کرتے ہیں۔

ڈاکٹرز: ذیابیطس منظم کرنے میں مدد دیتےہیں، اور بعض کے پاس پیر کی نگہداشت کی لئے خصوصی ٹریننگ ہوتی ہے۔

اینڈوکرائینولوجسٹس: اینڈوکرائین سسٹم، بشمول ذیابیطس کی بیماریوں کا علاج کرتے ہیں۔

نیورولوجسٹس: رگوں سے متعلقه بیماریوں (بشمول عصبی عارضه) کی نگہداشت میں ماہر ہوتے ہیں۔

رجسٹرڈ نرسز: ذیابیطس منظم کرنے مین مدد دیتے ہیں، بعض کے پاس پیر کی نگہداشت کی خصوصی ٹریننگ ہوتی ہے۔

آرتھوٹسٹس/ پروستھیٹسٹس: آرتھوٹک اور پروستھیٹک اختراعوں میں مہارت رکھتے ہیں۔

کینیڈین سرٹیفائیڈ پیڈورتھسٹس: آرتھوٹکس، جوتوں اور جوتوں کی ترامیم، اور پیر کی تشخیص میں مہارت رکھتے ہیں۔

اوکوپیشنل تھراپسٹس: بعض اوکوپیشنل تھراپسٹس جوتوں،جوتوں کی ترامیم اور ذیابیطسی پیر کی مجموعی نگہداشت میں خصوصی ٹریننگ رکھتے ہیں۔

فزیوتھراپسٹس: ٹخنوں اور پیروں کو حرکت میں رکھنے کے لئے ایکسرسائز پروگرام اور مریضوں کے کم دوران خون کے علاج کے لئے شفا بخش واکنگ پروگرام میں ماہر ہوتے ہیں۔

رجسٹرڈ ڈائٹیشین/نیوٹریشنسٹس: کھانے کی مناسب عادات کے بارے میں معلومات فراہم کرتے ہیں۔

سپیشلسٹس: اوپر دیئے گئے صحت کی نگہداشت کے ماہرین کے علاوہ، آپ کا ڈاکٹر ضرورت پڑنے پر آپ کو دوسرے ماہرین کے پاس بھی بھیج سکتا ہے۔

مزید معلومات کے لئے ہماری ذیابیطس، صحتمند پیر اور آپ ویب سائٹ

www.cawc.net/diabetesandhealthyfeet پر جائیں۔

Canadian Association of Wound Care

Association canadienne du soin des plaies

Canadian Association of Wound Care

642 King Street West, Suite 200

Toronto, ON M5V 1M7

Tel: 416-485-2292 Toll-free: 1-866-474-0125

Email: healthyfeet@cawc.net