AKERSHUS UNIVERSITETSSYKEHUS

ہسپتال سے ڈسچارج سے پہلے آپ کی چیک لسٹ

یہ چیک لسٹ اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ہے کہ آپ ہسپتال سے ڈسچارج ہونے کے لیے اچھی طرح تیار ہوں۔ ڈاکٹر یا نرس سے بات کرنے سے پہلے اس چیک لسٹ اور سوالات کو اچھی طرح دیکھ لیں۔ اگر آپ کو ضرورت ہو تو ان سے تحریری معلومات بھی طلب کریں۔

پیچیدگیاں

1. کیا آپ کو اُن پیچیدگیوں کے بارے میں معلومات دی گئی ہیں جو پیش آ سکتی ہیں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر سے معلومات طلب کریں	☐
2. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ اگر پیچیدگیاں پیدا ہوں یا آپ اچانک بیمار ہو جائیں تو کیا کرنا ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر سے معلومات طلب کریں	☐
3. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ آپ کو سپورٹ جرابیں (støttestrømper) استعمال کرنی ہیں؟	
جی۔ ڈاکٹر یا نرس سے معلوم کریں کہ کتنے عرصے تک استعمال کرنی ہیں	☐
نہیں	☐
لاگو نہیں	☐

سرگرمی اور پابندیاں

4. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ آپ دوبارہ گاڑی کب چلا سکتے ہیں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
5. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ متحرک رہنا ضروری ہے اور آپ کب ورزش شروع کر سکتے ہیں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
6. کیا آپ کو سرگرمی سے متعلق پابندیوں کے بارے میں معلومات دی گئی ہیں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
7. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ آپ دوبارہ کب نہا سکتے ہیں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐

ادویات اور درد کش ادویات

8. کیا آپ کو نئی ادویات شروع کرنی ہیں؟	
نہیں - نکتہ 13 پر جائیں	☐
جی- نیچے دیے گئے نکات استعمال کریں اور ڈاکٹر سے مکمل معلومات حاصل کریں	☐
9. کیا آپ کو نئی ادویات کے ممکنہ مضر اثرات کے بارے میں بتایا گیا ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر سے معلومات حاصل کریں	☐
10. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ اگر آپ کو مضر اثرات محسوس ہوں تو آپ کس سے رابطہ کریں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر سے معلومات حاصل کریں	☐
11. کیا کوئی ایسی ادویات یا غذائیں ہیں جنہیں آپ نئی ادویات کے ساتھ استعمال نہیں کر سکتے؟	
جی- ڈاکٹر سے معلومات لیں اور نام نوٹ کریں	☐
نہیں	☐
12. کیا آپ کو اپنی نئی ادویات کی فہرست کی کاپی دی گئی ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر سے کاپی طلب کریں	☐
13. کیا آپ نے آپریشن کے سلسلے میں کچھ ادویات لینا بند کیا تھا (مثلاً خون پتلا کرنے والی یا بلند فشار خون کی ادویات)؟	
جی- ڈاکٹر سے معلوم کریں کہ دوبارہ کب شروع کرنی ہیں	☐
نہیں	☐
14. کیا آپ کو درد کش ادویات کے لیے ڈاکٹر کے نسخے کی ضرورت ہے؟	
جی- ڈاکٹر سے نسخہ طلب کریں	☐
نہیں	☐
15. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ درد کش ادویات کیسے استعمال کرنی ہیں اور انہیں کیسے بند کرنا ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
16. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ اگر تجویز کردہ مقدار میں درد کش ادویات اثر نہ کریں تو کیا کرنا ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐

17. کیا آپ کو بتایا گیا ہے کہ ادویات کی وجہ سے قبض یا آنتوں کی سستی ہو سکتی ہے اور اس سے بچنے کے لیے کیا کرنا چاہیے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐

آئندہ منصوبہ اور فالو اپ

18. کیا آپ کو زخم کی دیکھ بھال، پٹی تبدیل کرنے، ٹانکے نکالنے اور اس میں مدد کرنے والے افراد کے بارے میں معلومات دی گئی ہیں؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
19. کیا آپ غذائی کمی کا شکار ہیں یا اس کے خطرے میں ہیں؟	
جی- ڈاکٹر یا نرس سے مشورہ لیں کہ کیا کرنا چاہیے	☐
نہیں	☐
20. کیا آپ کی فالو اپ اپائنٹمنٹ مقرر کی گئی ہے یا آپ کو کسی اور ماہر کے پاس بھیجا جائے گا؟	
جی- ڈاکٹر یا نرس سے تاریخ یا متوقع وقت کے بارے میں پوچھیں	☐
نہیں	☐
21. کیا آپ کو معلوم ہے کہ ڈسچارج کے بعد اگر آپ کو اپائنٹمنٹ کے بارے میں پوچھنا ہو یا کوئی سوال ہو تو کس سے رابطہ کرنا ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
22. کیا آپ کو بیماری کی چھٹی (sykemelding) دی گئی ہے؟	
جی	☐
نہیں - ڈاکٹر یا نرس سے معلومات حاصل کریں	☐
لاگو نہیں	☐