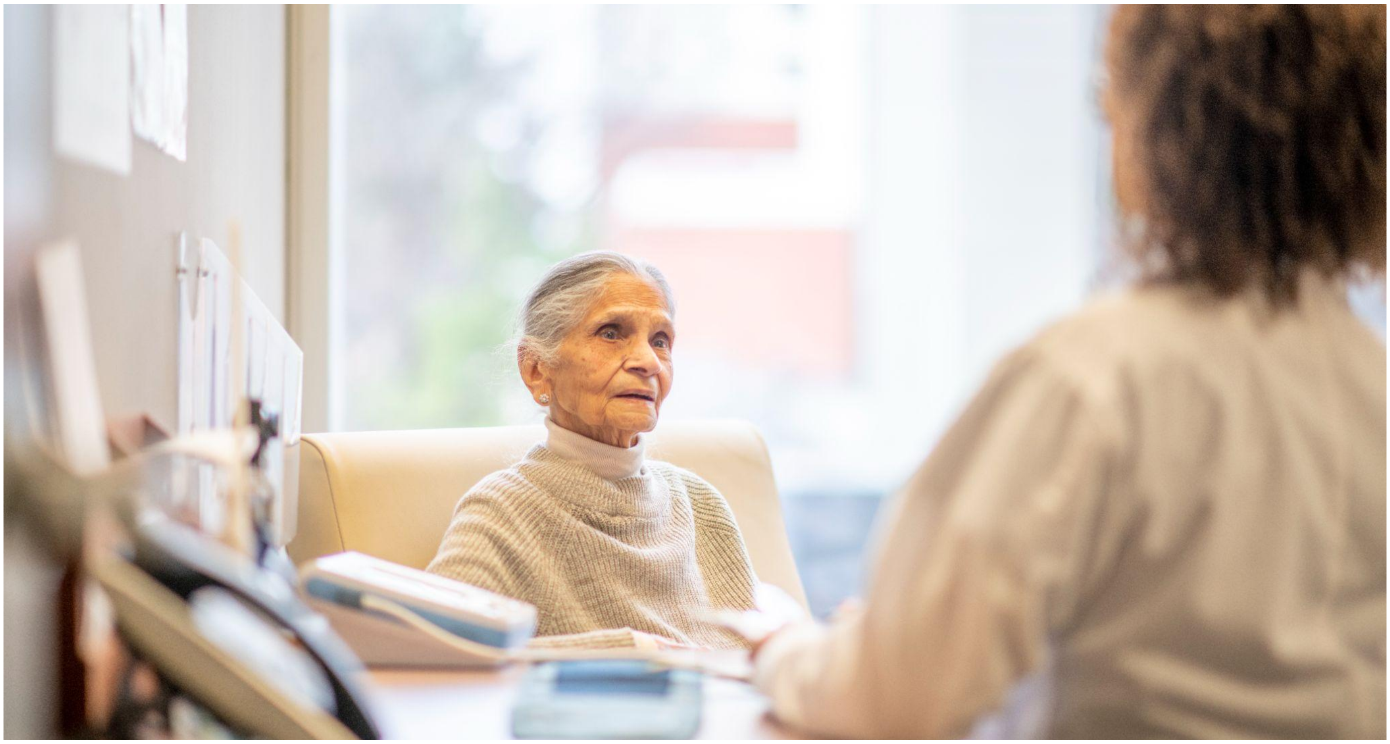
ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸਵਾਲ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ l Also available in English

ਇਹ ਸ੍ਰੋਤ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਅਨ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਹੈ। ਇਹ ਸ੍ਰੋਤ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਅਨ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸ੍ਰੋਤ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ:

- ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸਵਾਲ



ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਔਖਾ ਸੀ। ਹੋਰਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ `ਤੇ ਕਾਫੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਹਨ। ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਬਾਅਦ ਦੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਜੋਰਦਾਰ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਇਕ ਲਿਸਟ ਬਣਾਈ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦੇ ਅਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਹੈਲਥ ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਦੇਣ ਵਾਲਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ, ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ, ਜਾਂ ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦਾ ਸੁਪੋਰਟ ਸਟਾਫ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਸਵਾਲ ਲਿਖਣ ਲਈ ਥਾਂ ਵੀ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣਬਾਰੇ ਸਵਾਲ

- [ਮੇਰੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣ]/[ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ/ਦੋਸਤ ਦੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣ]ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਲਈ ਰੈਫਰਲ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੈ? ਇਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਮੇਰੇ ਦਿਮਾਗ`ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ?
- ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੀਆਂ ਆਮ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਕੀ ਹਨ?
- ਅਗਲੇ ਸਾਲ, ਅਤੇ ਅਗਲੇ 3 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਮੈਂ ਕੀ ਹੋਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਗਰੈਂਡਚਿਲਡਰਨ ਨੂੰ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕੀ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ

- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਕੋਈ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹੋ?
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸੰਭਵ ਫਾਇਦੇ ਅਤੇ ਖਤਰੇ/ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ ਕੀ ਹਨ?
- ਕੀ ਕੋਈ ਵਸੀਲੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਮੇਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਬਲਿਸਟਰ ਪੈਕਸ, ਮੇਰਾ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ) ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਮੇਰੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਕਸਰਤ, ਜਾਂ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਕੋਈ ਆਕੂਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ ਜਾਂ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜੇ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਰੈਫਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ

- ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ...________________________ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਭੁੱਲਣਾ, ਨੀਂਦ, ਗੁਆਚਣਾ, ਆਪਣਾ ਫੋਨ ਵਰਤਣਾ)। ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ? ਜੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਇਧਰ ਉਧਰ ਜਾਵਾਂਗੇ?

- ਉਹ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ...__________ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨਾ, ਗਰੈਂਡਚਿਲਡਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ, ਤੁਰਨ ਜਾਣਾ)?

- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਦੇਖਭਾਲ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਪਲੈਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ

- ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਤਰਜਮੇ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕੀ ਮੈਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਲਿਆ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੀ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲਈ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪ, ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ `ਤੇ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

- ਪੈਸਿਆਂ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ(ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਮੁਖ਼ਤਾਰਨਾਮਾ, ਵਿੱਤੀ ਪਲੈਨਿੰਗ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਫਿਕਰ)?

- ਜੇ [ਮੇਰੇਮੇਰੀ ਸੇਫਟੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਫਿਕਰ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ? (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਕੁਆਲਟੀ, ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਜਾਂ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਦਾ ਖਤਰਾ)

- ਘਰ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਮੈਂ ਹੋਮ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਕਿਹੜੀ ਗੱਲਬਾਤ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਪਲੈਨਾਂ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ)?