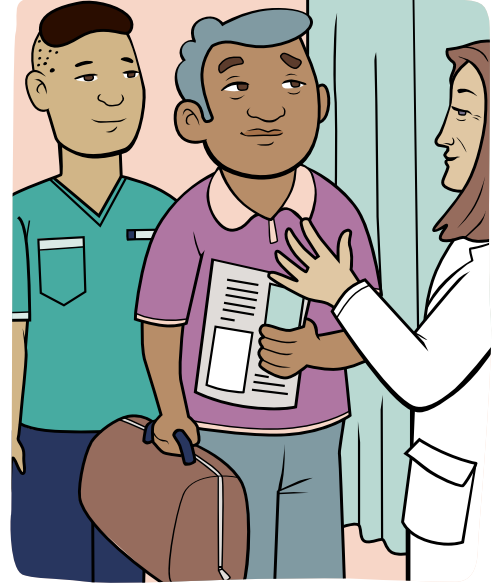


चलो अस्पताल छोड़ने की योजना बनाते हैं

अस्पताल के कर्मचारी चाहते हैं कि आप जाते हुए अच्छी तरह से सूचित महसूस करें और आपके किसी भी प्रश्न का उत्तर दें। यह शीट सहायता करेगी। कुछ बातों पर आपसे पहले ही चर्चा हो चुकी होगी और वे प्रासंगिक नहीं होंगी। यदि आप या आपका whānau (परिवार) नोट्स बनाना चाहते हैं तो रिक्त स्थान हैं।

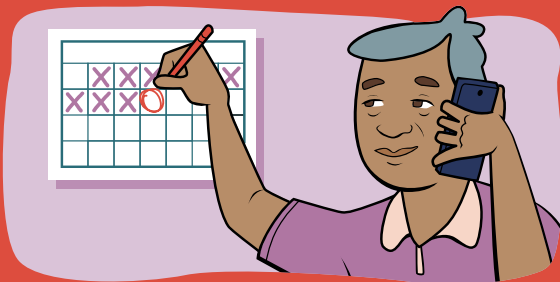
1 छोड़ कर जाने की तैयारी

- अगर आपको अपनी स्वास्थ्य देखभाल के बारे में कोई चिंता या अनुत्तरित प्रश्न हैं, तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।
- ऐसे लोगों के नाम और संपर्क विवरण लिख लें जिनसे आप अस्पताल छोड़ने के बाद अपने स्वास्थ्य देखभाल के सम्बंध में संपर्क करना चाहते हैं।



2 अनुवर्ती मुलाकातें

- अपने डॉक्टर या नर्स से पता लगाएं कि क्या आपको किन्हीं अनुवर्ती मुलाकातों या आगामी जांचों की ज़रूरत तो नहीं है, और अगर है तो वह कहां होगी (उदाहरण अस्पताल में या आपके सामान्य चिकित्सक (GP) के यहां)
- यदि आपको अस्पताल छोड़ने के बाद आपके सामान्य चिकित्सक (GP) को दिखाना हो, तो पक्का कर लें कि आपको कब ऐसा करना है, और अप्वाइंटमेंट लेना याद रखें।
- यदि आप टैस्ट नतीजों की उम्मीद कर रहे हैं, तो पता करें कि आप उन्हें कैसे प्राप्त करेंगे (उदाहरण के लिए, कोई आपको फोन करेगा या आपको कॉल करने की आवश्यकता होगी)।





3 दवाई

- ऐसी दवाओं की सूची बनाएं, जो आपको लेनी चाहिए, उन्हें कब लेना है, वे किसलिए हैं, और उनके कोई संभावित दुष्परिणाम (साइड इफेक्ट्स) तो नहीं हैं।
- ऐसे कोई भी बदलाव समझ लेना सुनिश्चित करें जो आपकी सामान्य दवाओं (यदि कोई हों) में किए गये हों।
- यदि आपके लिए कोई नई दवा/एं लिखी गई हैं, तो उनके संभावित खर्चों को लेकर सजग रहें।



4 आपके जाने के बाद अपना ख्याल रखना

आप कुछ प्रश्न पूछना चाह सकते हैं:

- कोई बात जिसके प्रति आपको अस्पताल छोड़ने के बाद सतर्क रहना चाहिए (उदा. चिंताजनक लक्षण जैसे कि तापमान बढ़ना, दर्द बढ़ना या खून बहना)
- कोई विशेष निर्देश जो आपको दिए गए हों (उदा. कार्य करने, वाहन चलाने या वजन उठाने लायक होने के बारे में)
- जितना हो सके स्वस्थ रहने के लिए आप क्या कर सकते हैं (जैसे, आहार, व्यायाम या आराम)
- कब आप अपनी सामान्य गतिविधियां फिर से शुरू कर सकते हैं
- कुछ भी अब आपको अलग तरीके से करना चाहिए।

