

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 (پیریفرا 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 کیجیے۔
- اپنی صحت کی نگہداشت کے ماہر کو اپنے پیر دکھائیے!
- اپنی صحت کی نگہداشت کے ماہر سے درج ذیل تین کلیدی سوالات پوچھیے:*

 1. میرا اصل مسئلہ کیا ہے؟
 2. مجھے کیا کرنا چاہیے؟
 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 رہیے 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۔

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 دیتے ہیں، 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 متعلقہ بیماریوں (بشمول عصبی عارضہ) کی نگہداشت میں ماہر ہوتے ہیں۔

رجسٹرڈ نرسز: ذیابیطس منظم کرنے میں 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 پیڈورٹھسٹس:
آرتھوڈکس، 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۔

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

رجسٹرڈ ڈائنیشین/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
پر جائیں۔ www.cawc.net/diabetesandhealthyfeet

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