NPS MEDICINEWISE

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

# ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ **ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ** ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

## ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਘਰੇਲੂ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀ ਹੈ?

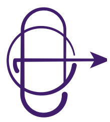
ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਘਰੇਲੂ ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਹਰੇਕ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬੇਹਤਰੀਨ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣਗੇ।

**ਜੇ ਮੈਂ, ਜਾਂ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸਦੀ ਮੈਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ, ਕਿਸੇ ਬਜ਼ੁਰਗ-ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?**
ਇਸ ਨੂੰ Residential Medication Management Review **(ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਦਵਾਈ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸਮੀਖਿਆ)** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ-ਆਧਾਰਿਤ ਡਾਕਟਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਫ਼ਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਜ਼ੁਰਗ-ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਜ਼ੁਰਗ-ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਗੇ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬਜ਼ੁਰਗ-ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਟੀਮ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦਵਾਈ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖੇਗਾ।

## ਇਹ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ



ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੇ ਰੁਟੀਨ (ਨਿਤਨੇਮ) ਨੂੰ ਸਰਲ ਬਣਾਉਣਾ

ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰੋਕਣਾ

ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਸੰਭਾਲਦੇ ਅਤੇ ਸੁੱਟਦੇ ਹੋ

ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ

ਗੱਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ

ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਂ ਬਿਰਧ-ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ

## ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?

### ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਘਰੇਲੂ ਸਮੀਖਿਆ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ (ਜੀਪੀ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ

### ਸਮੀਖਿਆ ਬੁੱਕ ਕਰੋ

### ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ (ਤਾਜ਼ਾ) ਹੈ, ਜਾਂ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰ ਲਵੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ। ਕੋਈ ਵੀ ਬਗ਼ੈਰ-ਡਾਕਟਰੀ-ਪਰਚੀ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮੇਸੀ, ਸੁਪਰਮਾਰਕੀਟ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਫੂਡ ਸ਼ਾਪ ਤੋਂ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਆਰਡਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਜਾ ਰਹੇ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਅਤੇ ਹਰਬਲ ਉਪਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਕੋਈ ਵੀ ਇਨਹੇਲਰ, ਪੈਚ, ਕਰੀਮ, ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਕੰਨ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ।

### ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ-ਸੰਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਵੇਗਾ। ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਘੰਟਾ ਚੱਲੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਲਈ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖੇਗਾ।

### ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਬਾਰੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਰਿਪੋਰਟ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਲਿਖੇਗਾ।

## ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

**▷ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?**

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੌਜੂਦਾ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਜਾਂ DVA ਕਾਰਡ ਹੈ ਤਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਘਰੇਲੂ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਖ਼ਰਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਫ਼ਰਲ ਲੈਣ ਲਈ GP ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਬਲਕ-ਬਿਲ ਸੁਵਿਧਾ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ।

**▷ ਮੈਂ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਹਾਂ, ਕੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ?**

ਹਾਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ ਜਿਸਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।

**▷ ਜੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਵਿਊ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?**

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**▷ਇਹ ਸਮੀਖਿਆ ਕੌਣ ਕਰਦਾ ਹੈ?**

ਕੋਈ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਜਾਂ ਸਲਾਹਕਾਰ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ, ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਆਮ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

**▷ ਕੀ ਮੈਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀ ਗਈ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇਖ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?**

ਹਾਂ, ਰਿਪੋਰਟ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ, ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਈ ਗਈ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**▷ ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿੱਥੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ?**

ਰੈਫ਼ਰਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

NPS MedicineWise ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: nps.org.au/consumers/managing-your-medicines

**nps.org.au**
Level 7/418A Elizabeth Street Surry Hills NSW 2010
PO Box 1147 Strawberry Hills NSW 2012
02 8217 8700 02 9211 7578 info@nps.org.au

© 2021 NPS MedicineWise. ਅਕਤੂਬਰ 2021 ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ। ABN 61 082 034 393 ਲੈਵਲ 7/418A ਇਲੀਜ਼ਾਬੈਥ ਸਟ੍ਰੀਟ, ਸਰੀ ਹਿਲਜ਼ NSW 2010। ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰ। ਮੁਨਾਫ਼ੇ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਸਬੂਤ-ਆਧਾਰਿਤ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਧਨ-ਰਾਸ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦਿੱਤੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੇ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਇਸ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਹੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਕਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਪੂਰੀ ਹੱਦ ਤੱਕ, NPS MedicineWise ਇਸ ਜਾਕਣਾਰੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ, ਜਾਂ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕਸਿ ਵੀ ਘਾਟੇ, ਨੁਕਸਾਨ, ਜਾਂ ਸੱਟ ਲਈ ਸਾਰੀ ਦੇਣਦਾਰੀ (ਸਮੇਤ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਕਸਿ ਸੀਮਾ ਦੇ) ਨੂੰ ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। NPSMW2390

Carers Australia FECCA OPAN Older Persons Advocacy Network NPS MEDICINEWISE