

ਆਪਣੀ ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ

ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜਾਂ ਵਰਚੁਅਲ (ਵੀਡੀਓ, ਫੋਨ, ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਦੇਸ਼ ਭੇਜਣਾ) ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜਾਂ ਵਰਚੁਅਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਫਾਇਦਾ ਚੁੱਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਹਾਇਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:



ਅਜਿਹੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਇਹਨਾਂ ਸਮੇਂ ਤਕ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਹੜੇ ਟੈਸਟ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਹੀਮੋਗਲੋਬਿਨ A1c, ਕੋਲੈਸਟਰੋਲ, ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ, ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ)



ਅਜਿਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ



ਅਜਿਹੇ ਨੁਸ਼ਖਿਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੀਫਿਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਰਮੋਸੀ ਦਾ ਨਾਮ/ਸਥਾਨ



ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ ਰੀਡਿੰਗਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਰਿਕਾਰਡ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਮੀਟਰ, ਲੌਗਬੁੱਕ ਜਾਂ ਐਪ ਤੋਂ)



ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਿਹਤ ਉਪਾਵਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਟਰੈਕ ਕਰਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ



ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਟਰੈਕ ਕਰਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਲੈਣਾ, ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਅਤੇ ਮੂਡ

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਖੇ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਉਪਾਵਾਂ, ਮਾਸਕ ਸਬੰਧੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਸਮਾਜਕ ਦੂਰੀ, ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਕਰਨ, ਬਾਰੇ, ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਆਦਿ ਬਾਰੇ)।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ:



diabetes.ca
1-800-BANTING (226-8464)

DIABETES
CANADA