

ਮੇਰਾ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਕਾਰਡ

ਆਪਣੀਆਂ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ।
ਇਹ ਸੂਚੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟਾਂ, ਅਤੇ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿਓ।
ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਤਮ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ:

ਬੀ.ਸੀ. ਕੋਅਰ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਪਲਾਨ #:

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕ:

ਫੋਨ ਨੰਬਰ:

ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਹੋਈਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਲਰਜੀਆਂ (ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਲੈਟੈਕਸ) ਜਾਂ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ:

ਦੱਸੋ ਕਿ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਮਾਤਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਸਮੇਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।
ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:

- ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਲਿਖੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ
- ਬਿਨਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਲਿਖੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਐਸਪ੍ਰਿਨ)
- ਵਿਟਾਮਿਨ
- ਜੜੀਆਂ-ਬੂਟੀਆਂ, ਖੁਰਾਕੀ ਸਪਲੀਮੈਂਟ, ਕੁਦਰਤੀ ਉਪਚਾਰ
- ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨਸ਼ੇ

ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ

ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਨਾਮ: _____

ਫਾਰਮੇਸੀ ਦਾ ਨਾਮ: _____

ਹੋਰ ਡਾਕਟਰ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ): _____

ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਫੋਨ #: _____

ਫਾਰਮੇਸੀ ਦਾ ਫੋਨ #: _____

ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਮੌਜੂਦ ਪੇਸ਼ਗੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ: ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ
 ਪੇਸ਼ਗੀ ਡਾਕਟਰੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ

ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ

- ਦਮਾ
- ਖੂਨ ਦਾ ਵੱਧ ਦਬਾਅ
- ਸ਼ੂਗਰ
- ਦਿਲ ਦਾ ਰੋਗ
- ਕੈਂਸਰ
- ਗੁਰਦਾ ਰੋਗ
- ਹੋਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ _____

ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਪੁੱਛ ਲੈਣਾ

ਇਹ ਵਰਕਸ਼ੀਟ “ਇਟਸ ਗੁੱਡ ਟੂ ਆਸਕ” (It's Good to Ask) ਨਾਮ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। “ਇਟਸ ਗੁੱਡ ਟੂ ਆਸਕ” ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। “ਇਟਸ ਗੁੱਡ ਟੂ ਆਸਕ” ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ www.bcpsqc.ca/public/ask.htm ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵਿਖੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।



BC Patient Safety
& Quality Council

