

ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਰੈਫਰਲ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਕਲੀਨੀਸ਼ੀਅਨ (ਮੁਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਖੇ ਡਾਕਟਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ) ਨੇ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਲਈ ਇੱਕ ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਰੈਫਰਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਕਈ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਫਲ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਓਨੀ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ...

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਜਾਂਚ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਪੀ ਨੇ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਲਚਕਦਾਰ ਬਣਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੋ।

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਭੇਜੇਗਾ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਪੀ ਸਰਜਰੀ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹੀ ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ (ਲੈਂਡਲਾਈਨ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ)
- ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਇੱਕ ਟੈਸਟ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕੈਨ) ਲਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਖਭਾਲ ਡਾਕਟਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਬੁਕਿੰਗ ਸਟਾਫ਼ ਤੋਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਾਲ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਸੁਨੇਹਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਪੰਜ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਫਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ	ਇਸ ਕੋਲ ਰੈਫਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
ਨੋਰਥ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਟਰੱਸਟ: ਸਾਊਥਮੇਡ ਹੋਸਪਿਟਲ 0117 414 0538 'ਤੇ 2WW ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਟੀਮ	
ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਅਤੇ ਵੈਸਟਨ: ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਸਾਈਟਾਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਜਖਮਾਂ ਲਈ ਹਵਾਲੇ: 0117 342 3277. ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਰੈਫਰਲ: 0117 342 7641, 0117 342 7642, 0117 342 7643, 0117 342 7644. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਂਸਰ ਫੋਨ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਨਾਮ, ਜਨਮ ਮਿਤੀ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਸੁਨੇਹਾ ਛੱਡੋ।	
ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਅਤੇ ਵੈਸਟਨ: ਵੈਸਟਨ ਜਨਰਲ ਹਸਪਤਾਲ 01934 647227 'ਤੇ 2WW ਫਾਸਟ ਟਰੈਕ ਟੀਮ	

- ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਕਾਲ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਮਿਤੀ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਲ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ, ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਰੋਗੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਜਾਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ, ਲਈ ਹੋਵੇਗੀ।
- *ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।*

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਹਾਡੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਤਾਂ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਜਾਂ ਰੋਗ ਦਾ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਸਟ ਵਾਸਤੇ ਹੋਵੇਗੀ, ਜੇ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਸਟ ਵਾਸਤੇ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਕਿਸੇ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ ਅਤੇ ਜਵਾਬਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਟੈਸਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ?
- ਕੀ ਟੈਸਟਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?
- ਮੈਨੂੰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਕਦੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਣਗੇ?
- ਮੈਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਕੌਣ ਦੱਸੇਗਾ?
- ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜਾਂਚ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਠੀਕ ਰਹਿਣਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਚਾਂ ਅਤੇ ਕੋਸਰ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ ਖਾਣਾ, ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ, ਸਿਗਰਟ ਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡਣ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਸਮੇਤ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ NHS ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ ਉਡੀਕ ਦਾ ਸਮਾਂ **ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ** ਬਿਤਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇਸ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਜਾਓ

<https://www.nhs.uk/better-health/>

ਵਧੇਰੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਸ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਜਾਓ

<https://www.nhs.uk/better-health/get-active/>

ਤੁਸੀਂ ਐਵਰੀ ਮਾਇੰਡ ਮੈਟਰਸ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮੂਡ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣ ਦੇ ਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ

<https://www.nhs.uk/every-mind-matters/>