ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

What Should You Look For?

ਉਨਮਾਦ ਦਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋਕਾਂ ਉੱਪਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਹੇਠਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

ਡੌਰ-ਭੌਰ (ਕਨਫ਼ਿਊਜ਼) ਹੋਣਾ

ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਜਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾ ਹੋਣਾ

ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣੀ

ਅਜੀਬ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਕੱਪੜਿਆਂ, ਨਲੀਆਂ ਜਾਂ ਟਿਊਬਾਂ ਨੂੰ ਛੇੜੀ ਜਾਣਾ
- ਉਹ ਕੁਝ ਦਿਖਾਈ ਜਾਂ ਸੁਣਾਈ ਦੇਣਾ ਜੋ ਅਸਲ ਵਿੱਚ
- ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ
- ਭੜਕ ਜਾਣਾ
- ਇਹ ਡਰ ਲੱਗਣਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗੀ
- ਨੀਂਦ ਦੇ ਆਮ ਪੈਟ੍ਰਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ
- ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਉਦਾਸ ਲੱਗਣਾ

ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਉਨਮਾਦ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਰੇਗੀ?

What Will The Care Team Do About Delirium?

ਉਨਮਾਦ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਗੇ

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ

ਜਦੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਇਆ ਉਦੋਂ ਕਸਰਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ

ਉਨਮਾਦ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਾਰਣ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਉਨਮਾਦ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠ ਰਹੇ ਹਨ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣ ਮਗਰੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਆਰਾ ਇਸ ਕਾਰਣ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

How Might This Impact Your Loved One After Hospitalization?

ਉਨਮਾਦ ਦੇ ਅਸਰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ ਜਾਂ www.hospitaldeliriumbc.ca'ਤੇ ਜਾਓ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? HOW CAN YOU HELP?

ਗੱਲ ਕਰੋ...

SPEAK...

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਆਰਾ ਆਪਣਾ ਆਮ ਵਿਹਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ? ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੌਣ ਦਾ ਕੀ ਪੈਟ੍ਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਆਰਾ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਨਾਂ ਤੋਂ ਬੁਲਾਏ ਜਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਚੇਤੇ ਕਰਵਾਓ...

REMIND...

ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਦਿਨ, ਤਾਰੀਖ਼ ਅਤੇ ਇਹ ਚੇਤੇ ਕਰਵਾਓ ਕਿ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਹਨ। ਜੇ ਉਹ ਡੌਰ-ਭੌਰ ਹੋਏ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀਆਂ ਹੋਣ ਜੋ ਉੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬਹਿਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ...

PROVIDE...

ਐਨਕਾਂ, ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ (ਹੀਅਰਿੰਗ ਏਡ) ਅਤੇ ਨਕਲੀ ਦੰਦ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ...

BRING...

ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਨਿਜੀ ਵਸਤਾਂ। ਜਾਣੀਆਂ ਪਛਾਣੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਗੱਲ ਕਰੋ...

TALK...

ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਮਨਪਸੰਦ ਕਿਤਾਬ ਜਾਂ ਅਖ਼ਬਾਰ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਮਦਦ ਕਰੋ...

HELP...

ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਆਈ.ਸੀ.ਯੂ. ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਰਹਿਣ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ - ਇਸ ਨਾਲ ਉਨਮਾਦ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਣਦੇ ਹੋ! ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਅਜੀਬ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਖ਼ਿਆਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।

ਉਨਮਾਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

What Is Delirium?

ਉਨਮਾਦ ਕਾਰਣ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੋਚ ਧੁੰਦਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਵੱਲ ਗ਼ੌਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਆਈ.ਸੀ.ਯੂ. ਵਿਚਲੇ ਹਰ 3 ਵਿੱਚੋਂ 2 ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਨਮਾਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਉਨਮਾਦ ਦੇ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ
- ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ
- ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਦਾ ਅਸਰ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ/ਫੱਟੜ ਹੋਣਾ
- ਬੇਕਾਬੂ ਹੋਇਆ ਦਰਦ

ਉਨਮਾਦ ਡੀਮੈਨਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੈ:

ਉਨਮਾਦ	ਡੀਮੈਨਸ਼ੀਆ
ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਦਿਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ	ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਸਾਲ ਲੱਗਦੇ ਹਨ
ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਨਾਲ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ	ਪੱਕੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ
ਕਦੇ ਘੱਟ ਅਤੇ ਕਦੇ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ	ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬਦਤਰ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

*Cavallazzi, R., Saad, M., & Marik, P. E. (2012). Delirium in the ICU: an overview. Annals of Intensive Care, 2, 49. http://doi.org/10.1186/2110-5820-2-49

ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀ ਹੈ:

Where to learn more:

ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ ਜਾਂ www.hospitaldeliriumbc.ca’ਤੇ ਜਾਓ

BC PATIENT SAFETY & QUALITY COUNCIL
Working Together. Accelerating Improvement.

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਆਰਾ ਡੌਰ-ਭੌਰ (ਕਨਫ਼ਿਊਜ਼) ਹੋਇਆ ਹੈ?

IS YOUR LOVED ONE CONFUSED?

ਇਹ ਇੱਕ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਨਮਾਦ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

This could be a common condition called DELIRIUM.