ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲਕਾਂ ਲਈ ਸ਼ੱਕਰ-ਰੋਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੀਟ

Diabetes Information Sheet for Parents and Carers

NSW GOVERNMENT | Education Public Schools

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਟਾਈਪ ਵੱਨ ਡਾਇਬਿਟਿਜ਼ (type 1 diabetes) ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ।

ਭਾਂਵੇਂ ਸਕੂਲ ਦੀ ਮੁਖ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿਦਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਸੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮਦੇਹ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਚੰਗੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ (ਵਿਅਕਤੀਗਤ) ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਯੋਜਨਾ (health care plan) ਬਣਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਕੁੱਝ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ ਕਈ ਢੁਕਵੇਂ ਸਕੂਲ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸਮਰਥਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਾਖਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਾਖਲ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਥੋੜੀ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਵੱਲੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣਗੇ।

ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ – ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ

ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸ਼ੱਕਰ-ਰੋਗ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇੱਕ ਤਸਵੀਰ
- ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ੱਕਰ-ਰੋਗ ਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਹਾਈਪੋਗਲਾਈਸੀਮੀਆ ਜਾਂ ਹਾਈਪਰਗਲਾਈਸੀਮੀਆ (ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਸ ਦੀ ਮਿਆਰ ਵੱਧ ਜਾਂ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣ) ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਸਮਰਥਨ ਦਿਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਕੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਬੰਧ; ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਬੰਧ
- ਇੱਕ ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਤੇ ਵੱਸ ਪਾਉਣ ਲਈ ਯੋਜਨਾ
- ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵੇਰਵੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਵੇਰਵੇ
- ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਿਥੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਲਗਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕੀਤਾ ਪ੍ਰਬੰਧ
- ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਈ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਪੜ੍ਹੀ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕਰ-ਰੋਗ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਸੰਕਟ ਮੌਕੇ ਤੇ ਨੀਯਤ ਕੀਤੀ ਦਵਾ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਨੋਟ : ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਉਹ ਕੋਈ ਢੁਕਵੀਂ ਯੋਜਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਬਣਉਣ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਕੂਲ ਆਵਾਜਾਈ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚਲੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ (school care) ਤੋਂ ਬਾਅਦ।

ਦੂਜਾ ਕਦਮ – ਨੀਯਤ ਕੀਤੇ ਇਲਾਜ ਸਬੰਧਿਤ ਦਸਤਾਵੇਜ਼

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਇਲਾਜ ਸਬੰਧਿਤ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੇਬਲ ਕੀਤੀਆਂ ਦਵਾਈ (ਆਂ) ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਭੇਜਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ (ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਪਰੀਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੈਨ)।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸ਼ੱਕਰ-ਰੋਗ ਸਬੰਧਿਤ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਖੁਦ ਕਰੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਮੰਗ ਲਿਖਤੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਇਸ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਉਪਰ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾਕਟਰੀ ਰਾਏ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸਕੂਲ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਖੁਦ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਸਬੰਧਿਤ ਠੀਕ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਘੱਟ ਸਿਆਣੇ ਜਾਂ ਸਮਰੱਥ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ ਜਿਥੇ ਉਹ ਵਡੇਰਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਉਥੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜਿਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਖੁਦ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋਵਗੀ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਕਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਹੀ ਖੁਦ ਹੀ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਮੈਡੀਕਲ ਐਲਰਟ ਬਰੇਸਲੈਟ ਜਾਂ ਗਾਨੀ (medical alert bracelet/necklace) ਪਹਿਨਦਾ ਹੈ। Diabetes Australia-NSW ਵੱਲੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਪਹਿਨਣ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੀਜਾ ਕਦਮ – ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗਲਬਾਤ

ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ/ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਆਗਿਆ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ *ਔਰਥਰਾਈਜੇਸ਼ਨ ਟੂ ਕਨਟੈਕਟ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਫਾਰਮ* (*Authorisation to Contact Medical Practitioner form)* ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੁਭਾਸ਼ਿਆਈ ਸੇਵਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।.

ਜੇ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਇੰਟਰਪ੍ਰੈਟਰ ਸੇਵਾ (Telephone Interpreter Service) ਨੂੰ 131 450 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ। ਅਪਰੇਟਰ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਨੂੰ ਵੀ ਲਾਈਨ ਤੇ ਰੱਖੇਗਾ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਕੋਈ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਵਸੂਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਮਾਨਤਾ। ਇਹ ਮੈਟਰ Diabetes Australia-NSW ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ