The Dudley Group NHS
NHS Foundation Trust

Glucose tolerance test in pregnancy

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਸ ਦੀ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਟੈਸਟ

ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ

ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਤਾਬਚਾ

Accredited as Baby Friendly by unicef

ਗਲੂਕੋਸ ਦੀ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਟੈਸਟ (GTT) ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਇੱਕ ਸਰਲ ਟੈਸਟ ਹੈ ਜੋ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੈ।

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਦੀ ਅਸਥਾਈ ਕਿਸਮ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੱਡ ਗਲੂਕੋਸ (ਖ਼ੂਨ ਵਿਚਲੇ ਸ਼ੱਕਰ) ਦੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਪੱਧਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਅਤੇ ਇਹ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਔਰਤਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਸ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਇਨਸੁਲਿਨ ਨਾਮਕ ਹਾਰਮੋਨ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ, ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ, ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਕੋਸ ਦੇ ਪੱਧਰ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਨਸੁਲਿਨ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ।

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੀਜੀ ਤਿਮਾਹੀ (28 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ) ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਟਾਈਪ 2 ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਉਲਝਣਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ।

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਛਲੀਆਂ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੋਈ ਸੀ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ (ਮਾਤਾ, ਪਿਤਾ, ਭਰਾ, ਭੈਣ, ਬੱਚੇ) ਨੂੰ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੈ।
- ਪਿਛਲੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਡਾ ਬੱਚਾ, 4.5 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ, ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਸੀ।
- ਪਿਛਲੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਮ੍ਰਿਤਕ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਸੀ ਜਿਸਦਾ ਕਾਰਨ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ (BMI) 30 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਸ਼ੱਕਰ (ਗਲੂਕੋਸ) ਆਈ ਸੀ।

- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ (ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭਾਰਤ, ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਜਾਂ ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼), ਕਾਲੇ ਕੈਰਿਬਿਆਈ ਜਾਂ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਦੇ ਲੋਕਾਂ (ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਉਦੀ ਅਰਬ, ਯੂਨਾਇਟੇਡ ਅਰਬ ਅਮੀਰਾਤ, ਇਰਾਕ, ਜੌਰਡਨ, ਸੀਰੀਆ, ਓਮਾਨ, ਕਤਰ, ਕੁਵੈਤ, ਲੈਬਨਾਨ ਜਾਂ ਮਿਸਰ) ਦਾ ਹੈ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਦੇ ਅਕਸਰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਖੂਨ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਦਾ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਜੋਖਮ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ GTT ਟੈਸਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੋ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ 26 ਤੋਂ 28 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਛਲੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਸੀ ਤਾਂ ਟੈਸਟ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ 16 ਤੋਂ 18 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਬਲੱਡ ਗਲੂਕੋਸ ਕੁਝ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਵਧੀ ਹੋਈ ਪਿਆਸ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ਕ ਮੂੰਹ
- ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਣੀ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਾਤ ਸਮੇਂ
- ਥਕਾਵਟ
- ਵਾਰ-ਵਾਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਹੋਣੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਛਾਲੇ ਹੋਣੇ (ਖਮੀਰ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ)
- ਧੁੰਦਲੀ ਨਜ਼ਰ

ਟੈਸਟ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਰਾਤ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਾਤ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਸੀਂ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਚੁਸਕੀਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਲਿਨਿਕ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦਾ ਇੱਕ ਨਮੂਨਾ ਲਵਾਂਗੇ।
- ਫੇਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੰਜ ਤੋਂ ਛੇ ਮਿੰਟਾਂ ਅੰਦਰ ਗਲੂਕੋਸ ਡ੍ਰਿੰਕ ਪੀਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਖਾ, ਪੀ ਜਾਂ ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੋਗੇ। ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰਸਾਲੇ, ਕਿਤਾਬ ਜਾਂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕੁਝ ਲਿਆਉਣ, ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਲਈ ਸਨੈਕ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਅਸੀਂ ਖੂਨ ਦਾ ਦੂਜਾ ਟੈਸਟ ਕਰਾਂਗੇ। ਫੇਰ ਟੈਸਟ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟੈਸਟ ਲਈ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਪਕੜੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗਰੀਨ ਨੋਟਸ ਨਾਲ ਲਿਆਓ।

ਮੈਂ ਟੈਸਟ ਕਿਵੇਂ ਬੁੱਕ ਕਰਾਂ?

ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਮਿਡਵਾਇਫ਼ ਜਾਂ ਐਂਟੇਨੇਟਲ ਕਲਿਨਿਕ ਸਟਾਫ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬੁਕ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਟੈਸਟ ਕਿੱਥੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗਾ:

- The Briar Suite, Brierley Hill Health and Social Care Centre, Venture Way, Brierley Hill, DY5 1RU (Asda ਕਾਰ ਪਾਰਕ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ)।

- Ladies Walk Clinic, Priory Lane, Dudley, DY3 3UD.

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਕਿੱਥੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲਣਗੇ?

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਦੀ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਦੋ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਨਤੀਜਾ ਠੀਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਅਗਲੇਰੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਮਿਡਵਾਈਫ ਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗੀ।

ਜੇ ਨਤੀਜਾ ਅਸਧਾਰਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਂਝੇ ਐਂਟੇਨੇਟਲ/ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਕਲਿਨਿਕ ਵਿੱਚ ਭੇਜਾਂਗੇ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਨਗੇ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਹੈ, ਤਾਂ ਐਂਟੇਨੇਟਲ/ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਕਲਿਨਿਕ ਵਿਖੇ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਲੱਡ ਗਲੂਕੋਸ (ਸ਼ੱਕਰ) ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਭੋਜਨ ਬਦਲਣਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਐਂਟੇਨੇਟਲ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਉੱਤੇ ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਦਾ ਮੁੜ ਤੋਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ 01384 244312 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਗੱਲ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਡੇਅਅਸੈਸਮੈਂਟ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ 01384 244312 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਮਿਡਵਾਈਫ ਨਾਲ (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤਕ)

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਨੂੰ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਡਾਉਨਲੋਡ ਜਾਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

http://dudleygroup.nhs.uk/services-and-wards/maternity/

This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 0730510

ਜੇਕਰ ਇਹ ਲੀਫਲੈੱਟ (ਛੋਟਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ) ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਪੰਜਾਬੀ) ਵਿੱਚ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰ ਕੇ ਪੇਸ਼ੰਟ ਇੱਨਫ਼ਰਮੇਸ਼ਨ ਕੋ-ਆੱਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ **0800 0730510** ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

यदि आपको यह दस्तावेज अपनी भाषा में चाहिये तो पेशन्ट इनफरमेशन को-आरडीनेटर को टैलीफ़ोन नम्बर **0800 0730510** पर फोन करें।

જો તમને આ પત્રિકા તમારી પોતાની ભાષા (ગુજરાતી)માં જોઈતી હોય, તો કૃપા કરીને પેશન્ટ ઈન્ફોર્મેશન કો-ઓર્ડિનેટરનો **0800 0730510** પર સંપર્ક કરો.

আপনি যদি এই প্রচারপত্রটি আপনার নিজের ভাষায় পেতে চান, তাহলে দয়া করে পেশেন্ট ইনফরমেশন কো-অর্ডিনেটারের সাথে **0800 0730510** এই নম্বরে যোগাযোগ করুন।

أذا كنت ترغب هذه الوريقة مترجمة بلغتك الاصلية (اللغة العربية) , فرجاءا أتصل بمنسق المعلومات للمريض
Information Co-ordinator على التلفون **0800 0730510**

حسب ضرورت اس لیف لیٹ کو اپنی زبان (اُردو) میں حاصل کرنے کے لئے براہِ مہربانی ٹیلیفون نمبر **0800 0730510** پر پیشنٹ انفرمیشن کو-آورڈینیٹر (مریضوں کے لئے معلومات کی فراہمی کے سلسلے میں افسر) کے ساتھ رابطہ قائم کریں۔

ਤਿਆਰ ਕਰਤਾ: ਰੈਸ਼ਲ ਲੈਂਬ (Rachel Lamb)। ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਮਾਰਚ 2015. ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਮਾਰਚ 2018. ਸੰਸਕਰਣ: 1. DGH ਰੈਫ਼ਰੇਂਸ: DGH/PIL/01078