NHS
The Dudley Group
NHS Foundation Trust

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 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 ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀਆਂ ਵੱਧ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

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 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।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਲੀਸਿਸਟਿਕ ਓਵਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਐਂਟੀਸਾਈਕੋਟਿਕ (ਮਨੋਰੋਗ-ਵਿਰੋਧੀ) ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ (ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭਾਰਤ, ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਜਾਂ ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼), ਕਾਲੇ (ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਕੈਰਿਬਿਆਈ ਜਾਂ ਅਫਰੀਕੀ) 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 ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ, 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 25 ਤੋਂ 27 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) ਜਾਂ
- 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।
  ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਯਮਤ ਦਵਾਈ ਆਮ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਣੀ (ਸਕਵੈਸ਼ ਜਾਂ ਜੂਸ ਨਹੀਂ) ਦੇ ਨਾਲ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤਕ ਦੇਰੀ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- 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 Centre, Ladies Walk, Dudley, DY3 3UA.

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 ਕਿਸੇ ਅਗਲੇਰੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ 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 ਨੇੜੇਂ 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:

ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਮਿਡਵਾਇਫ਼ ਨਾਲ 01384 244358 'ਤੇ (ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ)

ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਡੇਅ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ 01384 244312 'ਤੇ ਨਾਲ (ਸਵੇਰੇ 8 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6.30 ਵਜੇ ਤਕ, ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ)

ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ 01384 456111 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 3399 'ਤੇ

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

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

ਜੇ ਇਸ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਤਾਬਚੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਵੀ ਫੀਡਬੈਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ dgft.patient.information@nhs.net 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 073 0510.

للحصول على هذه النشرة بحجم أكبر، وعلى شكل إصدار صوتي و بلغات أخرى، الرجاء الاتصال بالرقم 08000730510.

此宣传单可提供大字版本、音频版本和其它语言版本，请拨打电话：0800 073 0510。

Ulotka dostępna jest również w dużym druku, wersji audio lub w innym języku. W tym celu zadzwoń pod numer 0800 073 0510.

ਇਹ ਪਰਚਾ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ, ਬੋਲ ਕੇ ਰੀਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, 0800 073 0510 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

Aceasta brosura poate fi pusa la dispozitie tiparita cu caractere mari, versiune audio sau in alte limbi, pentru acest lucru va rugam sunati la 0800 073 0510.

یہ کتابچہ آپ کو بڑے حروف کی لکھائی ، سمعی صورت اور دیگر زبانوں میں مہیا کیا جا سکتا ہے۔برائے مہربانی فون نمبر 08000730510پر رابطہ کریں۔

ਤਿਆਰ ਕਰਤਾ: ਰੈਸ਼ਲ ਲੈਂਬ (Rachel Lamb) l ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਮਾਰਚ 2015. ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਮਈ 2019. ਅਗਲੀ ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਫਰਵਰੀ 2022.
ਸੰਸਕਰਣ: 2. DGH ਰੈਫ਼ਰੇਂਸ: DGH/PIL/01078