Patient Teaching Tool:

Finding A Donor And Talking About Kidney Donation

ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਲਈ:

ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਲੱਭਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗਲਬਾਤ ਕਰਨੀ

BCRenal an agency of the Provincial Health Services Authority

BC TRANSPLANT An agency of the Provincial Health Services Authority

ਇਹ ਗਾਈਡ ਵਿਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਸਰੋਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਦਸੇਗੀ ਕਿ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਕਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤੇ ਅਪਣੀ ਗੱਲ ਅਪਣੇ ਜਾਣਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ

ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨੀ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਰੋ।ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ:

ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ:

- ਬੀ ਸੀ ਟਰਾਂਸਪਲਾਂਟ
  transplant.bc.ca
- ਦ ਕਿਡਨੀ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ, ਬੀ ਸੀ ਬਰਾਂਚ:
  kidney.ca/bc
- ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬਲੱਡ ਸਰਵਿਸਜ਼:
  organsandtissues.ca
- ਨੈਸ਼ਨਲ ਕਿਡਨੀ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ (ਯੂ. ਐਸ. ਏ.) ਦਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਦਾਨ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ:
  kidney.org/transplantation/livingdonors

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਸਰੋਤ

1. ਦਾਨੀ ਲੱਭਣਾ: ਗਲ ਲੋਕਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣੀ (ਕਿਤਾਬਚਾ)
   - ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਤੇ ਚੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
   - ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।
   - ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਡਾਉਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: (ਜਿਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ, ਉਸਤੋਂ ਬਾਦ ਦਾਨੀ ਲੱਭਣ ਉਪਰ)
     transplant.bc.ca/livingdonation
2. ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਟੈਪ ਬਾਈ ਸਟੈਪ ਗਾਈਡ (ਕਿਤਾਬਚਾ)
   - ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਤੇ ਚੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
   - ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: (ਰੀਸੋਰਸ ਤੇ ਜਾਓ, ਗੁਰਦਾ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਸਟੈਪ ਬਾਈ ਸਟੈਪ ਗਾਈਡ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ)
     transplant.bc.ca/health-info/organ-transplant/kidney-transplant
3. ਗੁਰਦਾ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ{ ਸਟੈਪ ਬਾਈ ਸਟੈਪ ਕਿਰਿਆ (ਵੀਡਿਓ)
   - ਇਸ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਰਲੀ ਗਾਈਡ ਵਰਗੀ ਹੀ ਹੈ ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਹੈ ਤੇ ਜੀਉਂਦੇ ਦਾਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।
   - ਇਸ ਨੂੰ ਯੂ ਟਿਊਬ ਤੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ:
     youtube.com/watch?v=mKEHbyzjxnU

ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਸਰੋਤ

1. ਜੀਉਂਦੇ ਅੰਗ ਦਾਨ ਬਾਰੇ: ਆਓ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈਏ
   - ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਇਕ ਦਾਨੀ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ।
   - ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: (ਰੀਸੋਰਸ ਤੇ ਅੰਗ ਦਾਨ ਉਪਰ)
     kidney.ca/britishcolumbia/brochures
2. ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀਆਂ ਲਈ ਸਟੈਪ ਬਾਈ ਸਟੈਪ ਗਾਈਡ (ਕਿਤਾਬਚਾ)
   - ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ , ਪੰਜਾਬੀ ਤੇ ਚੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
   - ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਬਣਨ ਬਾਰੇ ਤੇ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ।
   - ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

(ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ ਉਸਤੋਂ ਬਾਦ ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ)
transplant.bc.ca/livingdonation

3. ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ : ਸਟੈਪ ਬਾਈ ਸਟੈਪ ਕਿਰਿਆ (ਵੀਡਿਓ)
   - ਇਸ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਰਲੀ ਗਾਈਡ ਵਰਗੀ ਹੀ ਹੈ ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਹੈ।
   - ਇਸ ਨੂੰ ਯੂ ਟਿਊਬ ਤੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: youtube.com/watch?v=cYAc-HqBgmo

4. ਜੀਉਂਦੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
   - ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਦਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਦੇ ਨਿਰੀਖਣ ਵਿਚ ਹੋਏ ਸਫਰ ਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦੀ ਕੁਝ ਪੂਰਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
   - kidney.ca/britishcolumbia/loderp

ਗਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ

ਜੀਉਂਦਿਆਂ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਗਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ ਸੌਖੀ ਗਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਔਖਾ ਲਗਦਾ ਹੈ।

ਅਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।

ਅਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ:

1. ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧੀ ਗਲਬਾਤ ਕਰਨੀ।
2. ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖਣੀਆਂ ਜਾਂ ਈ ਮੇਲ ਕਰਨੀ (ਗੁਰਦਾ ਦਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਚਿਠੀ ਪਤਰ/ ਈਮੇਲ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੈਕਸ਼ਨ 4 ਦੇਖੋ)
3. ਫੇਸਬੁਕ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸੰਪਰਕ ਸਾਧਨ ਵਰਤਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਅਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਇਸ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਗਲ ਬਾਤ ਕਰੋ।
4. ਅਪਣੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ “ਦਾਨੀ ਚੈਂਪੀਅਨ” ਬਣਨ ਬਾਰੇ ਗਲ ਕਰੋ ਤੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਗਲ ਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਔਖ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਪਣੇ ਗੁਰਦੇ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਜਾਂ ਗੁਰਦਾ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਅਪਣੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਬਾਰੇ ਗਲ ਕਰੋ ਤੇ ਮਦਦ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।

ਗਲ ਲੋਕਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾਓ

ਪਹਿਲਾਂ ਅਪਣੀ ਗਲ ਤੇ ਕਹਾਣੀ ਪਰਿਵਾਰ ਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ।ਤੁਸੀਂ ਵਡੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਖੇਤਰ ਜਿਵੇਂ ਧਾਰਮਿਕ ਥਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਗਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੰਭਾਵੀ ਦਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦਸੋ ਕਿ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਅਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਬੰਧਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਮੋੜਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਸੋ ਕਿ ਉਹ ਗੁਰਦਾ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਗਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਗੁਪਤ ਹੋਵੇਗੀ ਤੇ ਇਸ ਸਾਰੀ ਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨ ਦਵਾਓ ਕਿ ਓਹਨਾਂ ਦੇ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਨਾਲ ਜਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਸੀ ਸਬੰਧਾਂ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ।

ਦਾਨੀ ਸੱਜਣਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਚਿੱਠੀ / ਈਮੇਲ ਦਾ ਨਮੂਨਾ: ਇਹ ਕੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ

ਇਕ ਚਿੱਠੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਮੁਖ ਮੁੱਦੇ ਹਨ ਜਿਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਬੁਨਿਆਦ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਈਮਾਨਦਾਰੀ , ਅਸਲੀਅਤ ਤੇ ਖੁੱਲੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰਨੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਗੁਰਦਾ ਖਰਾਬ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿਚ ਅਪਣੀ ਗੱਲ ਬਿਆਨ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਜੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤੇ ਅਹਿਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਸੌਖਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ

ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਅਪਣੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤੇ ਅਪਣੇ ਹਾਲਾਤ ਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਦਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਗੁਰਦੇ ਫੇਲ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੋਚਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਜਿਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਪਣੀ ਸੰਪਰਕ ਵਾਲੀ ਚਿੱਠੀ ਭੇਜੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਆਉਣ ਵਿਚ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿਓ। ਜਿਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਚਿੱਠੀ ਭੇਜੀ ਹੈ , ਹੋ ਸਕਦਾ ਉਹ ਜਵਾਬ ਹੀ ਨਾਂ ਦੇਣ।ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਵੱਸ ਦੀ ਗਲ ਨਹੀਂ, ਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਾਜਕ ਤਾਣੇ ਬਾਣੇ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਅਗੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਤਾਂ ਇਸ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਬੰਧਾਂ ਦੀ ਝਲਕ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਦਾਨੀ ਅਕਸਰ ਅਗੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦਾਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਡਾਕਟਰੀ ਲੋੜ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।

ਜੀਉਂਦੇ ਦਾਨੀ ਸੱਜਣਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

1. ਦਾਨੀ ਇਕ ਗੁਰਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਮ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ।
2. ਦਾਨੀਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ ਤੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹਨ।
3. ਦਾਨੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਮ ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਗੁਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਿਰੀਖਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।
4. ਤੁਹਾਡੇ ਦਾਨੀ ਨੂੰ ਅਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਵੈਨਕੂਵਰ ਜਨਰਲ ਹਾਸਪਿਟਲ ਜਾਂ ਸੇਂਟ ਪਾਲ ਹਾਸਪਿਟਲ ਦੀ ਜੀਉਂਦੇ ਦਾਨੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਕਰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।
5. ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਿਤੀ ਤੇ ਦਾਨੀ ਇਸ ਸਾਰੇ ਦਾਨ ਕਰਮ ਦੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
6. ਜੀਉਂਦੇ ਦਾਨ ਕਰਮ ਖਰਚ ਵਾਪਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਨੁਸਾਰ ਦਾਨੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ, ਤੇ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋਣ ਦੇ ਕਰਮ ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਰਚੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। kidney.ca/britishcolumbia/loderp.

* ਸਰੋਤ: ਦਾਨੀ ਲਭਣਾ : ਗਲ ਲੋਕਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣੀ (ਕਿਤਾਬਚਾ)
transplant.bc.ca/patients/kidney-transplant

ਦਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ

ਦਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੈ ਕਿ ਕਿਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਕੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਹਿਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡਣ ਨਾਲ ਸੌਖ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

1. ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ।

2. ਹਰ ਗਰੁੱਪ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਕਿਹੜਾ ਹੋਵੇਗਾ।

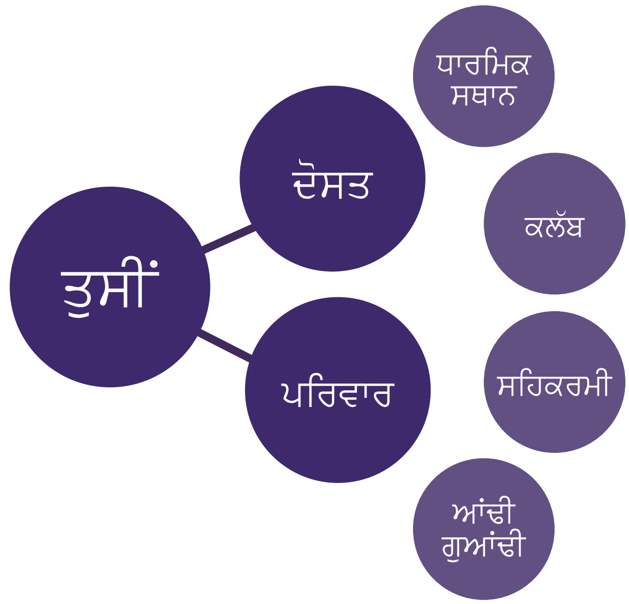
3. ਉਸ ਗਰੁੱਪ (ਗੁਰੱਪਾਂ) ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਜਿਸਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਪਣੇ ਦਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜਲਿਆਂ ਨਾਲ ਗਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਜੇ ਇਸ ਗਲਬਾਤ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਕਾਮਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ , ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਹੋਰ ਸਮਾਜਕ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਲ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਅਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।(ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਕਿ ਕਿਸਤਰਾਂ ਤੁਸੀਂ ਗਲ ਤੋਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਪਰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਹਨ।)

ਗਲਬਾਤ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਗਰੁੱਪ ਜੋ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋਏ ਹਨ ਵਿਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਤਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਤੇ ਦੋਸਤ ਮਿਤਰ
- ਸਹਿਕਰਮੀ
- ਆਂਢੀ ਗੁਆਂਢੀ
- ਧਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨ
- ਕਲੱਬ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅਪਣੇ ਸਮਾਜਕ ਦਾਇਰੇ ਨੂੰ ਫੋਟੋ ਵਾਂਗ ਦੇਖਣਾ ਸੁਖਾਲਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਫੋਟੋ ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਵਾਲੇ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਇਕ ਦਾ ਸਮਾਜਕ ਦਾਇਰਾ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਸੋਚਣ ਲਈ ਇਹ ਇਕ ਤਰੀਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਵਧੀਆ ਰਹੇਗਾ।



ਦਾਨੀ ਟੀਮ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਜੇ ਕਿਸੇ ਸੰਭਾਵੀ ਦਾਨੀ ਨੇ ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਿਖਾਈ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਲਿਵਿੰਗ ਡੋਨਰ ਟੀਮਜ਼ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿਓ:

1. ਵੈਨਕੂਵਰ ਜਨਰਲ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਫੋਨ 604-875-5182/1-855-875-5182 ਜਾਂ ਈਮੇਲ kidneydonornurse@vch.ca;

2. ਸੇਂਟ ਪਾਲ ਹਸਪਤਾਲ (ਵੈਨਕੂਵਰ) ਨਾਲ ਫੋਨ 604-806-9027/1-877-922-9822 ਜਾਂ ਈਮੇਲ donornurse@providencehealth.bc.ca