



ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਰੋਤ

- ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।
- **NHS Choices** ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੀ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ ਬਾਬਤ ਮਹੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਦੇਖੋ www.nhs.uk/thrombosis
- **Patient Advice and Liaison Service (PALS)** – ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਸ਼ੰਕੇ ਉਠਾਉਣ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **PALS** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। [ਹਰੇਕ ਟਰੱਸਟ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ]
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਮਦਦ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ 999 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ NHS 111 ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ 24 ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ NHS 111 ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.nhsdirect.nhs.uk ਤੇ ਜਾਓ।
- **Lifeblood: The Thrombosis Charity** ਕੋਲ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੇਖੋ www.thrombosis-charity.org.uk



ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਸੇਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ

ਨਾਮ

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ

ਗਰਭਾਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨਾ

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਉਹਨਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਗਰਭਾਵਸਥਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



NHS

abpi
Bringing medicines to life

LIFEBLOOD
The Thrombosis
CHARITY

VTE Exemplar Centres
Providing leadership in thrombosis care
NNMN National Nursing
& Midwifery Network

ଉପସ୍ଥାପନା: ଏହି ପ୍ରତିବଦ୍ଧତା ହେଉଛି ଏକ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ମାନବ ସମ୍ବଳର ଅନୁପ୍ରାଣିତ ଉପସ୍ଥାପନା। ଏହା ଏକ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ମାନବ ସମ୍ବଳର ଅନୁପ୍ରାଣିତ ଉପସ୍ଥାପନା। ଏହା ଏକ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ମାନବ ସମ୍ବଳର ଅନୁପ୍ରାଣିତ ଉପସ୍ଥାପନା।

ਪੰ. ੯੫੫ ਤੋਂ ੯੫੬ ਤੱਕ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿੱਚ

੧੫. ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਉਹ ਹੈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਖਰਾਬ ਹੋਣਾ। ਇਸਦੀ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਇਸਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਕੁਝ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
 ੧੬. ਇਸਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਅਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਫੇਕਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗੀ।
 ੧੭. ਦੂਜਾ ਕਦਮ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਨੂੰ ਫੇਕਣ ਵਾਲੇ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗੀ।
 ੧੮. ਤੀਜਾ ਕਦਮ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਨੂੰ ਫੇਕਣ ਵਾਲੇ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗੀ।
 ੧੯. ਚੌਥਾ ਕਦਮ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਨੂੰ ਫੇਕਣ ਵਾਲੇ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗੀ।
 ੨੦. ਪੰਜਵਾਂ ਕਦਮ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਨੂੰ ਫੇਕਣ ਵਾਲੇ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸਫ਼ਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ-ਕਾਬੂਤਰਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗੀ।

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

[illegible]

ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਅਧੀਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭਸ਼ਾਇਰਾ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਇਸਦੇ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।

2 ਯੂਨਾਨੀ ਗੀਤੀ ਲਿਖਾਈਆ (P): ਜੋ ਸਾਰੇ ਦਾ ਸਾਰਾ ਗਾਇਕਾ ਸਾਂ ਲਿਖਿਆ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਨਨ ਤੜਪਾ ਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੀ.ਏ. ਟੈਗਲੀਆ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਗੀਤਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਟਿੱਪਣੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਆਰਟਿਸਟਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਹਨ।

[illegible]

।५२ ॥ अहंकारेण ॥

ਪੰਨਾ ੧੭੭

[illegible]

ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ?

- [illegible]

ਪੰ. ੧੨੫ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ

[illegible][illegible][illegible][illegible]