پھیپھڑے کی باز بحالی (PR) کی اپنی تشخیص کے لیے تیار ہو جائیں

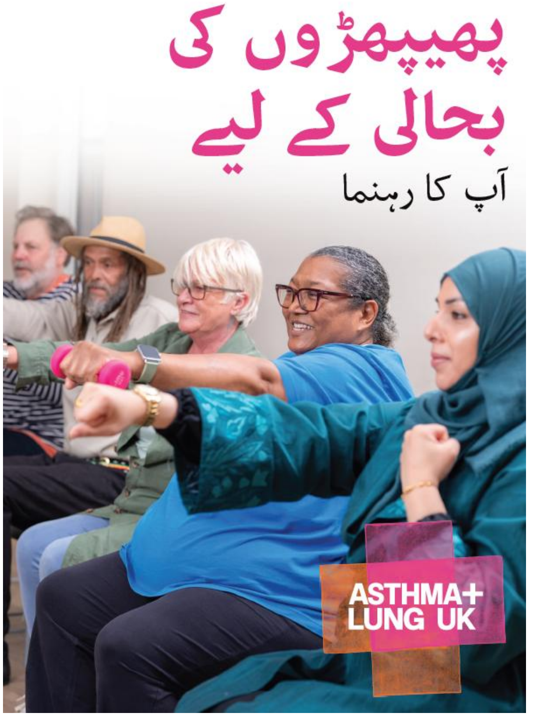
آپ کو آپ کی مقامی NHSکی پھیپھڑے کی باز بحالی ٹیم کے پاس ایک تشخیص کروانے کے لیے ریفر کیا گیا ہے تاکہ یہ دیکھا جائے کہ آیا پھیپھڑے کی باز بحالی (pulmonary rehabilitation, PR)آپ کے لیے مددگار ہوگی۔ انہوں نے آپ کے رابطے کی تفصیلات ہمیں مہیا کیں تاکہ ہم اپنا تعاون پیش کر سکیں۔

ہماری PRکے لیے تیاری کریں (Prepare for PR)سروس آپ کی PRکی تشخیص کے لیے تیار ہونے میں آپ کی مدد کر سکتی ہے۔

ہم پیش کرتے ہیں :

پھیپھڑوں کی باز حالی کے لیے آپ کا رہنما

PRکے بارے میں مزید جاننے میں آپ کی مدد کرنے کے لیے، ڈاک میں مرسلہ ایک کتابچہ۔

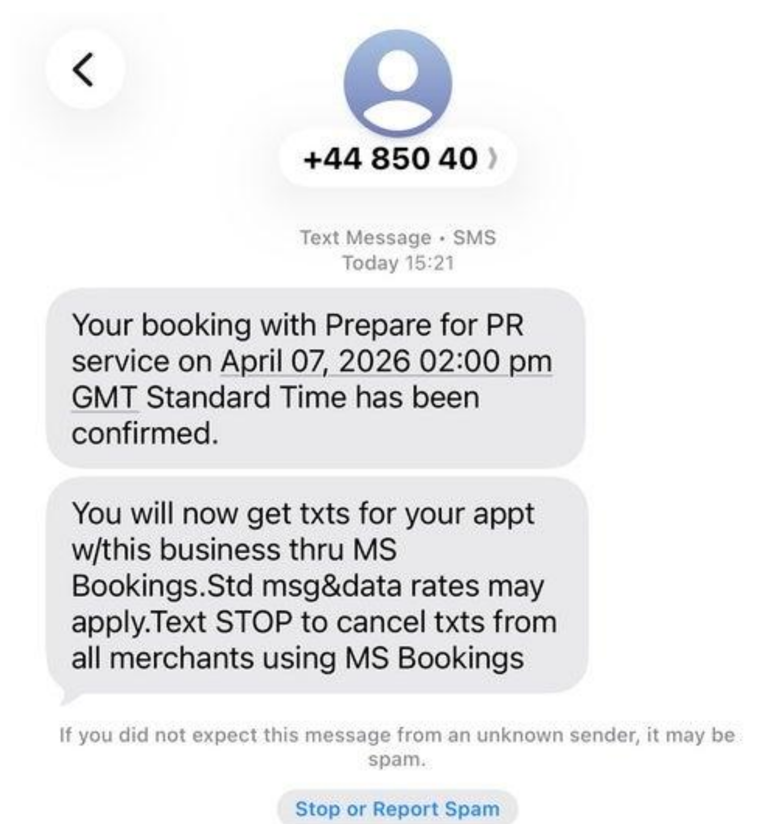


آپ کا کتابچہ ڈاک میں ابھی تک موصول نہیں ہوا ہے؟ یہ اگلے چند دنوں میں پہنچ سکتا ہے، لیکن آپ ذیل کے لنک پر کلک کر کے وہی ساری معلومات ہماری ویب سائٹ پر تلاش کر سکتے ہیں۔

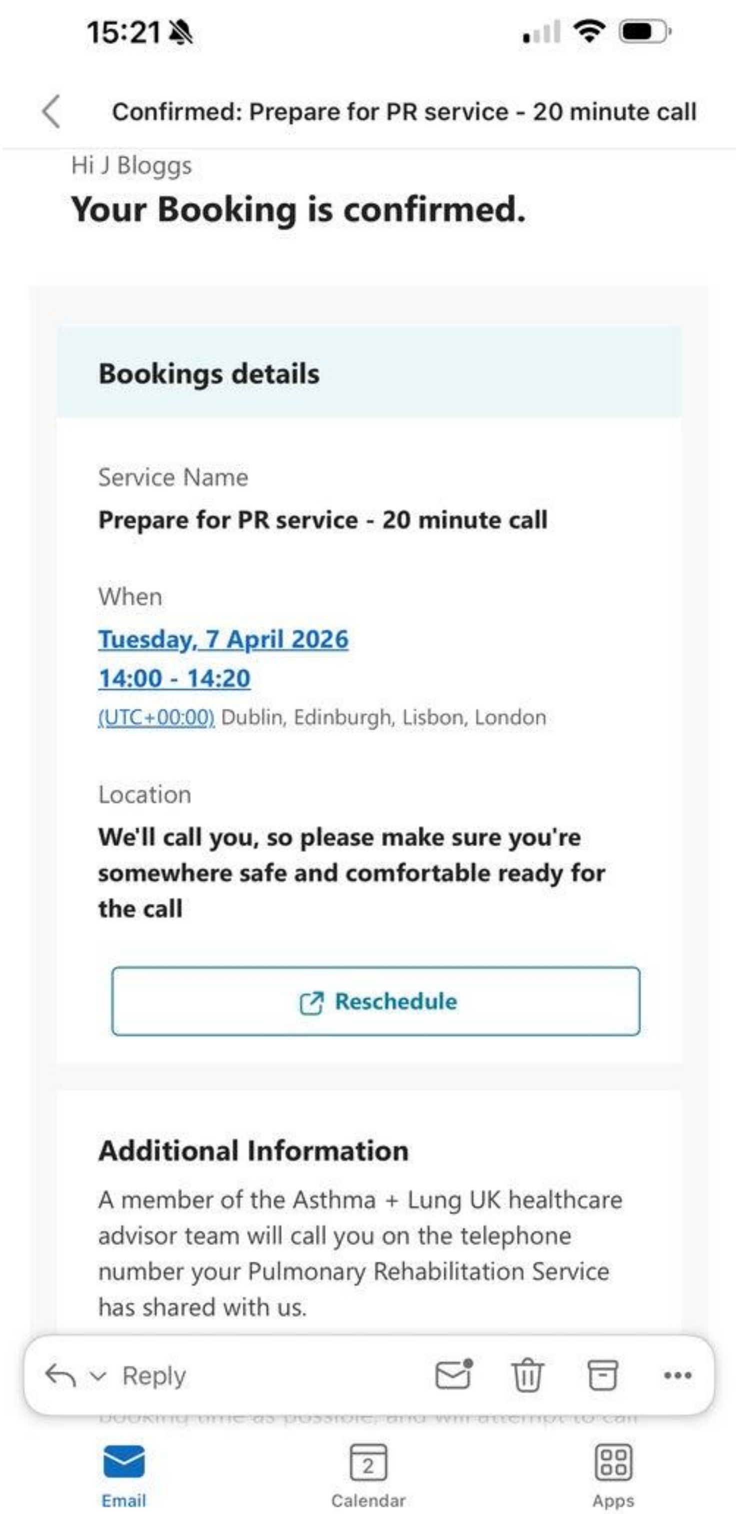
آپ کی تشخیص سے قبل نگہداشت صحت کے ہمارے ایک مشیر کے ساتھ ایک کال

آپ فکرمندیوں پر بات کرنے کے لیے اپنی تشخیص سے قبل ہماری ہیلپ لائن کو کال کر سکتے ہیں، یا چیلنجوں کے حل تلاش کر سکتے ہیں، جیسے وہاں کیسے پہنچیں، کیا پہنیں، یا کام سے چھٹی کیسے لیں۔ ہم آپ کو ایک کال کر کے دیکھیں گے کہ آیا ہم مدد کر سکتے ہیں۔ نو رپلائی نمبر 85040 سے ہمارے کی جانب سے ہمارے ای میل پر prepareforpr-bookings@asthmaandlung.org.uk ٹیکسٹ پر یا نگاہ رکھیں جو آپ کو بتاتا ہے کہ کس وقت کال کرنے کا ہمارا ارادہ ہے۔

متن کی مثال SMS –تصویر

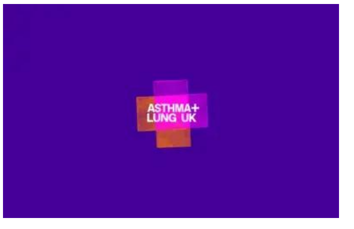


ای میل کی مثال –تصویر



کوئی فیملی ممبر، نگراں یا بھروسہ مند دوست کال پر بخوشی آپ کے ساتھ شامل ہو سکتا ہے۔
اگر آپ کال منسوخ کرنا چاہیں یا مختلف وقت منتخب کرنا چاہیں تو، اپنے ای میل میں دوبارہ شیڈول کریں بٹن پر کلک کریں یا 0300 222 5800 پر ہم سے رابطہ کریں اور 4 دبائیں۔

ہماری ویب سائٹ پر وسائل اور ویڈیوز:



[پھیپھڑے کی باز بحالی کے لیے تیاری کریں (PR)]

اگر آپ کو معلومات، مشورہ یا تعاون درکار ہو تو ہماری PR کے لیے تیاری کریں سروس آپ کے پھیپھڑے کی باز بحالی (PR) کے لیے تیار ہونے میں آپ کی مدد کے لیے حاضر ہے۔

[حقیقی افراد کی کہانیاں]

حقیقی افراد کی کہانیاں دیکھ کر ان لوگوں کے اول مرتبہ کے تجربے سنیں جنہوں نے پھیپھڑے کی باز بحالی میں حصہ لیا ہے۔

[COPD کیا ہے اور پھیپھڑے کی باز بحالی (PR) کس طرح مدد کر سکتی ہے؟]

پھیپھڑے میں رکاوٹ کا دیرینہ مرض (Chronic obstructive pulmonary disease, COPD) پھیپھڑے کی کیفیات کے اس گروپ کا نام ہے جس میں دیرینہ سعال اور ایمفیسیما شامل ہے۔ اس صفحہ پر مزید تلاش کریں۔

اضافی معلومات

رسائی پذیری
اگر کوئی چیز ایسی ہے جو اس سروس کو آپ کے واسطے قابل رسائی بنانے کے لیے ہم اختیار کر سکتے ہیں اور وہ خط میں مذکور نہیں ہے تو، براہ کرم 0300 222 5800 and پر ہم سے رابطہ کریں اور 4دبائیں یا prepareforpr@asthmaandlung.org.uk پر ای میل کریں
آپ Relay UK ایپ استعمال کر کے یا 18001 0300 222 5800 ڈائل کر کے ٹیکسٹ فون پر ہم سے رابطہ کر سکتے ہیں۔

مجھ سے کیوں رابطہ کیا جا رہا ہے؟
آپ کی PR یم UPTURN نامی تحقیقی مطالعہ کا حصہ ہے، جس کا مقصد پھیپھڑے کی باحل میں جانے میں مزید لوگوں کی مدد کرنا ہے۔
انہوں نے حال ہی میں UPTURN کے بارے میں معلومات اور اس بابت وضاحت پر مشتمل ایک خط بھیجا کہ مطالعہ میں شامل نہیں کیے جانے کے بارے میں کیسے کہیں۔ اگر آپ کو اس طرح کا خط نہیں ملا ہے، یا آپ مطالعہ کا حصہ بننا نہیں چاہتے ہیں تو، آپ یہ کام کرنے کا طریقہ UPTURN کی ویب سائٹ پر اس پر تلاش کر سکتے ہیں
: https://www.upturn-study.co.uk/feasibility-study-info

یہ تعاون کیوں پیش کیا جا رہا ہے؟
PR کے لیے تیاری کریں سروس UPTURN مطالعہ کے حصے کے بطور تخلیق کی گئی ہے۔ یہ COPD میں مبتلا افراد، محققین اور نگہداشت صحت کے پیشہ ور افراد کے ساتھ مل کر تیار کی گئی ہے، تاکہ PR کی اپنی تشخیص میں جانے میں مزید لوگوں کی مدد کی جائے۔
یوکے میں PR ٹیموں کی ایک معمولی سی تعداد اپنے مریضوں کو PR کے لیے تیاری کریں سروس آزمانے کا موقع پیش کر رہی ہے، تاکہ UPTURN مطالعہ یہ چیک کر سکے کہ آیا یہ جس قدر مددگار ہے اس پر نظر ڈالنے سے پہلے لوگ اس کو پسند کرتے ہیں۔ اگر یہ اچھی طرح کام کرتا ہے تو، یہ تعاون پورے ملک کے لوگوں کی مدد کرنے کے لیے NHS پر دستیاب کرایا جا سکتا ہے۔

تحقیقی مطالعہ میرا ڈیٹا کس طرح استعمال کرے گا؟

خدمت کی قدر پیمائی کرنے میں مدد کے لیے، لوگوں نے خدمت کو جس طریقے سے استعمال کیا ہے، اور آیا وہ PR کی اپنی تشخیص میں گئے اس بارے میں گمنام معلومات تحقیقی ٹیم کے ساتھ شیئر کی جائیں گی۔ خدمت کے حصے کے طور پر کالز کو استھما +لنگ یوکے (Asthma + Lung UK) کے ذریعے تربیت اور نگہبانی کی وجہوں کے مدنظر ریکارڈ کیا جاتا ہے۔ یہ سمجھنے کے لیے ریکارڈنگ کا جائزہ لیا جائے گا کہ ٹیلیفون سروس کس طرح ڈیلیور کی گئی تھی، اور نتائج بھی تحقیقی ٹیم کے ساتھ گمنام طریقے سے شیئر کیے جاتے ہیں۔

استھما +لنگ یوکے میرا ڈیٹا کس طرح استعمال کرے گا؟

استھما +لنگ یوکے آپ کے لیے موجود ہے، لیکن صرف اس وقت جب آپ ہماری موجودگی کے خواہاں ہوں۔ دی گئی تاریخ اور وقت پر ہم آپ کو کال کریں گے، لیکن اگر آپ ترجیح دیں تو آپ مسترد کرنے کا انتخاب کر سکتے ہیں۔ اس کے بعد ہم آپ سے صرف تبھی رابطہ کریں گے جب آپ ہم سے کہیں گے، مثلاً، اگر آپ ہمیں دوسرے وقت میں واپس کال کرنے کو کہیں۔ ہم کسی اور وجہ سے آپ کے رابطے کی تفصیلات استعمال نہیں کریں گے۔

ہم 3ماہ کے بعد آپ کے رابطے کی تفصیلات حذف کر دیں گے۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ ہم آپ کے رابطے کی تفصیلات اس سے پہلے حذف کر دیں تو اس پتے پر فراہم کردہ رابطے کا استعمال کر کے اپنی PRٹیم سے رابطہ کر کے انہیں بتائیں کہ آپ UPTURNمیں شامل ہونا نہیں چاہتے :
https://www.upturn-study.co.uk/feasibility-study-info

ہم آپ کا ڈیٹا جس طرح استعمال کرتے ہیں اس بارے میں مزید معلومات آپ کو اس پر مل سکتی ہیں :
https://www.upturn-study.co.uk/research-study-privacy-notice