

## خیرمقدم

آپ کا شیڈول Inova Heart and Vascular Institute (IHVI) میں ایک برقی فعلیاتی (EP) (electrophysiology) کے لیے طے کر دیا گیا ہے۔ برائے مہربانی یقین رکھیں کہ آپ ماہر اور خیال رکھنے والے ہاتھوں میں ہیں۔ IHVI میں، ہمارے معالج، نرسیں اور قلبی و عروقی متخصصین ہمارے یہاں آپ کی کارروائی اور آپ کے قیام کے دوران آپ کو شاندار نگہداشت فراہم کرنے کے تئیں پرعزم ہیں۔ اگر آپ کے سوالات ہوں، تو برائے مہربانی اپنے معالج، نرس یا دل میں نالی ڈالنے کی لیب (cath lab) کے اراکین عملہ سے بلا جھجھک پوچھ لیں۔

## آپ کی کارروائی کے بارے میں

ایک EP کارروائی (جسے EP مطالعہ بھی کہا جاتا ہے) ایک ایسی جانچ ہے جس کی مدد سے آپ کے دل کے برقی نظام کی جانچ کی جا سکتی ہے، کسی دوا کے اثر تک رسائی حاصل کی جا سکتی ہے اور غیرمعمولی نبض کی جانچ کی جا سکتی ہے۔ مطالعہ کے دوران، داخلی ران یا گردن میں دل تک جانے والی شریان میں ایک چھوٹے، پتلے برقیہ داخل کیے جاتے ہیں۔ دل میں پہنچنے پر، برقیہ دل کے برقی اشاروں کی پیمائش کرتے ہیں۔

## آپ پر کارروائی کا وقت درج ذیل کے مطابق ترتیب دیا گیا ہے:

_____	تاریخ: (Date)
_____	مقام: (Location)
_____	پہنچنے کا وقت: (Arrival Time)
_____	کارروائی کا وقت:★ (Procedure Time)

\*برائے مہربانی آپ کو یہ بات معلوم ہونی چاہئے کہ ہنگامی صورت حال کی وجہ سے آپ پر کارروائی والے دن شیڈول میں تبدیلی ہو سکتی ہے۔ ہونے والی کسی بھی تبدیلی سے آپ کو مطلع رکھا جائے گا۔

## کارروائی کی تیاری

## ماقبل کارروائی کے انٹرویو کی ورک شیٹ

برائے مہربانی نرس کے ساتھ اپنے متعینہ فون انٹرویو کے لیے درج ذیل معلومات دستیاب رکھیں:

فی الحال آپ جو دوائیں لے رہے ہیں ان کے نام

(ان میں سبھی غیرنسخہ جاتی اور جڑی بوٹیوں کے سپلمنٹس شامل ہیں)

دواؤں کے نام	خوراک	کتنی بار لیتے ہیں

ماضی کے ایسے اعمال جن میں مصنوعی بے حسی کی ضرورت پڑی تھی

کارروائی	مصنوعی بے حسی	مقام/تاریخ

اپنے متخصص ڈاکٹروں اور بنیادی نگہداشت معالجوں کی فہرست دیں

برائے مہربانی نوٹ کریں: ماہرین امراض قلب، امراض نظام تنفس، امراض گردہ، امراض خون/امراض رسولی، امراض اعصاب اور درد کی تنظیم کے ماہرین کی ضرورت پڑتی ہے، آپ کی صحت کی بنیاد پر کچھ دوسروں سے بھی درخواست کی جا سکتی ہے۔


جو جانچ کرانی ہے	کہاں	کب

## غذا اور مشروب سے متعلق ہدایات

- اپنی کارروائی کے 24 گھنٹوں پہلے الکحل یا کیفین دھوئیں یا سیال کی شکل میں نہ لیں۔
- جس شام آپ پر کارروائی انجام دی جانی ہے اس سے پہلے والی رات میں آدھی رات کے بعد نہ کھائیں، نہ پیئیں نہ ہی گوند یا پودینے سے بنی چیزیں چبائیں۔

آپ کی کارروائی کے 14 دن پہلے: لیباریٹری کا کام مکمل کریں

لیباریٹری کا کام آپ کی کارروائی کے 3 سے 14 دن پہلے مکمل کیا جانا ضروری ہے تاکہ اسپتال کو بروقت طور پر نتائج مل سکیں۔ آپ اپنی پسند کی کسی ایسی لیباریٹری کا انتخاب کر سکتے ہیں جو آپ کے بیمہ احاطہ کے ذیل میں آتی ہو۔

لیباریٹری سروس کے مقامات

Inova Laboratories شمالی ورجینیا کے پورے خطہ میں لیباریٹری ورک کے لیے اپوائنٹمنٹس پیش کرتی ہیں۔ مقامات اور اوقات کی فہرست کے لیے، ہماری ویب سائٹ [inova.org/locatelab](http://inova.org/locatelab) ملاحظہ کریں

اگر آپ کو اپنی کارروائی Inova Fairfax Medical Campus میں موصول ہو رہی ہے، تو آپ اپنے لیب ورک جانچ کے لیے آن سائٹ Inova Pre-Procedural Evaluation Clinic میں وقت طے کر سکتے ہیں:

Pre-Procedural Evaluation Clinic  
Inova Professional Services Building, Ground Floor  
3300 Gallows Rd., Falls Church, VA 22042

لیباریٹری کے اوقات: سوموار سے جمعہ، 7 بجے صبح سے 6:30 بجے شام تک  
فون: 703.776.2000  
فیکس: 571.472.6508

اپنی کارروائی کے ایک سے تین دن پہلے: انٹرویو فون کال

آپ کو ایک ماقبل کارروائی انٹرویو فون کال موصول ہو گی جس میں آپ سے معلومات، شناخت اور مخصوص ضروریات کے بارے میں پوچھا جائے گا اور مزید وضاحت فراہم کی جائے گی۔ اگر آپ کو فون کال موصول نہیں ہوتی ہے، تو اپنی کارروائی والے دن درج ذیل معلومات اپنے ساتھ لے کر آئیں:

- موجودہ دواؤں کی فہرست مع خوراک اور انہیں کتنی بار لینا ہے، ان میں نسخہ جاتی اور غیرنسخہ جاتی دوائیں، سپلمنٹس اور وٹامنس شامل ہیں

- دواؤں/غذاؤں/پودوں کے شیروں کے تئیں الرجیاں

- گزشتہ جراحیوں اور طبی تاریخ کی فہرست

- کوئی دیگر متعلقہ طبی معلومات

منسوخ: اگر آپ کو اپنی کارروائی منسوخ کرنے کی ضرورت پیش آجائے، آپ شدید بیمار ہو جائیں، یا آپ کی صحت حالت میں تبدیلی آجائے، تو اپنے معالج کے دفتر کو جتنی جلدی ممکن ہو کال کریں۔

- جب آپ اپنے بدن سے محلول کو دھو کر صاف کر دیں، تو خود کو ایک صاف تولیہ سے خشک کر لیں۔
- صاف ستھرا پاجامہ پہنیں اور صاف بستر پر سوئیں۔ اس رات کسی بھی پالتو جانور کو بیڈروم سے باہر رکھیں۔
- اپنے دوسرے غسل کے لیے، آپ کی کارروائی کی صبح:
  - Hibiclens محلول استعمال کرنے سے پہلے معمول کے صابن سے نہ دھوئیں۔
  - اپنے ننگے ہاتھوں سے Hibiclens اس طرح لگائیں کہ گردن سے شروع کر کے نیچے کی طرف آئیں اور اپنی جلد کو دھیرے دھیرے رگڑیں۔
  - Hibiclens آپ کے بالوں، کھوپڑی، چہرے، مخاطی جھلیوں یا شرمگاہ کے علاقے سے لگنے نہ پائے۔
  - اس محلول کو آپ کے جسم میں تین منٹ تک رہنے دیں اور پھر اسے دھو کر صاف کر لیں۔ Hibiclens محلول استعمال کرنے کے بعد اپنے جسم کو معمول کے صابن سے نہ دھوئیں۔
  - جب آپ اپنے بدن سے محلول کو دھو کر صاف کر دیں، تو خود کو ایک صاف تولیہ سے خشک کر لیں۔
  - صاف ستھرے کپڑے پہنیں جنہیں پہن کر آپ اسپتال جائیں گے۔
  - جراحت کے دن کوئی کریم، لوشن، پاؤڈر، عطر یا بدبو کش مادے نہ استعمال کریں۔

### آپ کی کارروائی کا دن

- صبح کی دوائیں لینے کے لیے صرف کچھ گھونٹ پانی پئیں۔
- اپنی کارروائی کی صبح غسل کریں۔
- لوشن یا عطر نہ استعمال کریں۔
- آپ اپنے دانت صاف کر سکتے ہیں، مگر کچھ بھی اندر نہ نکلیں۔
- سبھی زیورات اتار دیں (ان میں سوراخ میں پہنے جانے والے زیورات بھی شامل ہیں)۔
- سبھی قیمتی اشیاء گھر پر چھوڑ دیں۔
- آرام دہ، ڈھیلا ڈھالا لباس پہنیں۔
- اپنے ساتھ درج ذیل چیزیں لے کر آئیں:
  - فوٹو آئی ڈی/ڈرائیور لائسنس
  - بیمہ کارڈ
  - کوپے کارڈ، اگر ضرورت ہو
  - صحت نگہداشت سے متعلق پیشگی ہدایات یا تحریری وصیت کی ایک نقل
  - بیساکھیاں، واکر، چھڑی یا ضروری معاون آلات
  - اگر آپ گھر پر آکسیجن استعمال کرتے ہیں، تو اتنا آکسیجن ساتھ میں لائیں جو اسپتال آنے جانے کے دوران کافی ہو۔
  - عینک، رابطہ لینس، مصنوعی بتیسی، سننے کے معاون آلات وغیرہ کے ڈبے۔
  - اگر ضرورت ہو، تو ماسک، نلکیوں اور سیٹنگ کے ساتھ CPAP مشین۔
  - بچاؤ انہیلر، اگر استعمال کیا جائے
  - ممکنہ رات بھر قیام مدنظر ہاتھ منہ دھونے کے سامان
  - موجودہ دواؤں کی فہرست، ان کی خوراک اور آپ انہیں کتنی بار لیتے ہیں

- آپ کا معالج آپ کی معمولی کی دواؤں کو عارضی طور پر ایڈجسٹ کر سکتا ہے، بالخصوص اگر آپ کو ذیابیطس ہے۔
- اینٹی کوگولنٹ (خون کو پتلا کرنے والی) دوا لینا بند کر دیں:

• (میٹفورمن) گلوکوفیج لینا بند کر دیں:

• دواؤں کے تعلق سے دیگر طبی ہدایات:

- ذیابیطس میں مبتلا مریض: برائے مہربانی اپنے ڈاکٹر کے ساتھ انسولین کی خوراک اور سبھی منہ سے لے جانی والی ذیابیطس کی دواؤں پر گفتگو کریں۔
- اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں کہ آیا آپ اپنی کو معمول کی دوائیں لینی چاہئیں یا کوئی مخصوص دوائیں۔ اگر ایسا ہے، تو انہیں ممکنہ حد تک کم پانی کے ساتھ لیں۔

### آمدورفت

آپ کو کسی ذمہ دار بالغ فرد (18 سال یا اس سے بڑا) کے ساتھ اسپتال آنے جانے کے لیے ٹرانسپورٹ کی ضرورت ہو گی، کیونکہ آپ اپنی کارروائی کے بعد دواؤں کے ضمنی اثرات اور سرگرمی کی حد بندیوں کی وجہ سے 24 سے 48 گھنٹوں تک گاڑی نہیں چلا سکتے ہیں۔

آپ کو کسی ذاتی گاڑی یا ٹیکسی میں لایا لے جایا جا سکتا ہے۔ تاہم، آپ کے ساتھ ایک ذمہ دار بالغ فرد کا ہونا ضروری ہے۔

### ماقبل کارروائی جلد کی صفائی

اگر آپ کے معالج یا ماقبل کارروائی عملہ کے ذریعہ ہدایت دی جائے، تو برائے مہربانی اپنے مقامی دواؤں کے اسٹور سے Hibiclens خرید لیں۔ یہ فارمیسی سیکشن میں دستیاب ہوتی ہے۔

Hibiclens ایک کلوریکسیڈائن گلوکونیٹ جراثیم کش محلول ہے جو آپ کے جراحت کے مقام پر انفیکشن کے خطرہ کو کم کر دیتا ہے۔

اپنی جلد کو صاف کرنے کے لیے برائے مہربانی ان ہدایات کی پیروی کریں:

- دو بار شاور سے غسل کریں۔ ایک بار اپنی کارروائی کے لیے اسپتال آنے سے پہلے والی رات میں اور ایک بار اس کی صبح۔ آپ کے لیے شاور لینا ضروری ہے - ٹب میں غسل نہ کریں۔
- جراحت سے پہلے جسم کے بالوں کو کم از کم 48 گھنٹوں تک شیو نہ کریں نہ ہی اس پر موم لگائیں۔ آپ چہرے کے بالوں کو صاف کر سکتے ہیں، مگر یہ کام شاور لینے سے پہلے انجام دیں۔
- اپنے پہلے شاور کے لیے، آپ کی کارروائی سے پہلے والی رات:
  - اپنے بال میں شیمپو لگائیں اور اپنی جلد کو اپنے معمول کے شیمپو اور صابن سے دھوئیں۔
  - معمول کا شیمپو اور صابن اپنے بدن سے دھو کر صاف کرنے کے بعد، اپنے ننگے ہاتھوں سے Hibiclens محلول استعمال کریں۔ گردن سے شروع کر کے نیچے کی طرف آتے ہوئے، اپنی جلد کو دھیرے دھیرے رگڑیں۔ Hibiclens آپ کے بالوں، کھوپڑی، چہرے، مخاطی جھلیوں یا شرمگاہ کے علاقے سے لگنے نہ پائے۔
  - اس محلول کو آپ کے جسم میں تین منٹ تک رہنے دیں اور پھر اسے دھو کر صاف کر لیں۔

### آپ کی کارروائی سے پہلے

خاندان/دوست کی ایک محدود تعداد آپ کی کارروائی کی جگہ تک ساتھ جا سکتی ہے۔ آپ کی بھرتی کا عمل مکمل ہو جانے پر، وہ ماقبل کارروائی مرحلہ کے دوران آپ کے ساتھ رہ سکتے ہیں۔

### آپ کی کارروائی کے دوران

آپ کے مہمان استقبالیہ علاقہ میں انتظار کر سکتے یا اسپتال کے دیگر علاقوں میں جا سکتے ہیں۔ انہیں منفرد شناخت کنندہ والا ایک فارم دیا جائے گا جس کی مدد سے وہ انتظار کے علاقہ میں برقی بورڈوں پر دیکھ سکتے ہیں کہ آپ کی کارروائی کے مرحلے میں ہے۔

### آپ کی کارروائی کے بعد

کارروائی مکمل ہو جانے پر، خاندان/دوستوں کو بحالی علاقہ میں آپ کے پاس بلایا جائے گا۔ آپ کا معالج کارروائی کے بعد آپ اور آپ کے خاندان سے بات کرے گا۔

### آپ کی کارروائی کے دوران

آپ کی EP کارروائی میں ایک سے چار گھنٹے لگ سکتے ہیں۔ آپ کا معالج اور بے حسی پیدا کرنے کا ماہر ڈاکٹر کارروائی سے پہلے آپ سے بات کر کے ایک مختصر طبی تاریخ حاصل کرے گا اور آپ کو ہو سکتے والے کسی سوال کا جواب دے گا۔

آپ کی نگہداشت کرنے والی ٹیم میں آپ کا معالج، رجسٹر شدہ نرسیں، قلبی و عروقی تکنیکی ماہرین، اور بے حسی پیدا کرنے کا ماہر یا بے حسی پیدا کرنے کی ماہر نرس شامل ہوں گے۔ کارروائی کے دوران، ٹیم کے افراد ماحول کو جراثیم سے پاک رکھنے کے لیے ماسک اور گاؤن پہن سکتے ہیں۔

EP لیب میں آنے کے بعد، آپ آپریٹنگ روم کی میز پر لیٹیں گے۔ آپ کی پیٹھ اور سینے پر مخصوص نگرانی کرنے والے سائوسامان لگائے جائیں گے۔ آپ کے آرام اور حفاظت کے لیے جھاگ کی پیڈنگ آپ کے قدموں، ہاتھوں اور کہنیوں پر رکھی جائے گی۔

آپ کا معالج کارروائی کے دوران آپ کو آرام کی حالت میں رکھنے کے لیے ضروری دواؤں کی تعیین کرے گا۔ اس سلسلے میں آپ سے پہلے ہی بات کی جائے گی۔

کمرے میں ایکسرے اور الیکٹروکارڈیوگرام ریڈنگ کے لیے مخصوص مانیٹر رہیں گے۔ کمرہ ٹھنڈا رہے گا؛ گرم کمبل فراہم کیے جائیں گے۔

### آپ کی کارروائی کے فوراً بعد

#### EP مطالعہ اور عضو کاٹے جانے والے مریض

- کارروائی مکمل ہو جانے پر، نلکیاں ہٹا دی جائیں گی اور خون بہنے کو روکنے کے لیے سوراخ کا مقام پر 20-10 منٹ تک ہاتھ سے دباؤ بنایا جائے گا۔
- خون رک جانے کے بعد، اس جگہ پر پٹی رکھ دی جائے گی۔
- اگر شریان قلب میں نلکی ڈالی گئی تھی، تو اس جگہ پر پریشر ڈریسنگ استعمال کی جائے گی۔ خون بہنے یا خراش کو روکنے کے لیے یہ بات اہم ہے کہ کارروائی کے بعد چار سے چھ گھنٹوں تک آپ بے حرکت لیٹے رہیں۔

اگر شیڈول کے مطابق آپ پر کارروائی Inova Fairfax Medical Campus کے Inova Heart and Vascular Institute (IHVI) میں انجام دی جانی ہے، تو پہنچنے کا وقت عموماً آپ پر کارروائی کی ونڈو کے دو گھنٹوں پہلے ہوتا ہے۔ تاہم، آپ کو بتایا جائے گا کہ آپ کو اسپتال کب آنا ہے۔

گاڑی کو IHVI سے متصل مریض/ملاقاتی کے گرے گیراج میں پارک کریں، یا IHVI کے بغل واقع Inova Fairfax Hospital Surgical Center میں خدمتگار کی سروس استعمال کریں۔ گراؤنڈ فلور پر واقع IHVI عمارت میں داخل ہوں، اور کیتھ/برقی عضویات (EP) (Electrophysiology) چیک ان علاقہ کی جانب جائیں۔ اگر شیڈول کے مطابق آپ پر کارروائی Inova Alexandria Hospital میں انجام دی جانی ہے، تو اپنے متعینہ وقت سے ایک گھنٹہ پہلے، یا ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق پہنچیں۔

اگر شیڈول کے مطابق آپ پر کارروائی Inova Loudoun Hospital میں انجام دی جانی ہے، تو اپنے متعینہ وقت سے 90 منٹ پہلے، یا ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق پہنچیں۔ جن مریضوں کا شیڈول 8 بجے صبح کی جانے والی کارروائیوں کے لیے ہے، وہ 7 بجے صبح پہنچ جائیں۔ پہنچ جانے پر، چیک ان کرنے کے لیے سیدھے رجسٹریشن علاقہ میں جائیں۔

اسپتال کے مقامات، پہنچنے کے راستوں اور پارکنگ سے متعلق معلومات کے لیے، پشت کا صفحہ دیکھیں۔

برائے مہربانی آپ کو یہ بات معلوم ہونی چاہئے کہ ہنگامی صورت حال کی وجہ سے آپ کی کارروائی والے دن شیڈول میں تبدیلی ہو سکتی ہے۔ آپ کو کسی بھی ایسی تبدیلی کی اطلاع دی جائے گی جس کی وجہ سے آپ کی کارروائی کے شروع ہونے کے وقت پر اثر پڑتا ہو۔

### آپ کے چیک ان کرنے کے بعد:

- آپ نرس کا انتظار کریں گے جو آپ کو کارروائی والی جگہ لے جائے گی۔
- آپ کو اپنے نجی بھرتی کمرے میں لے جایا جائے گا۔
- کارروائی انجام دینے سے پہلے آپ کو اپنا مٹانہ خالی کرنے کے لیے کہا جائے گا۔
- آپ کو اسپتال گاؤن اور غیرپہسلن والے موزے پہننے کو کہا جائے گا۔
- آپ سبھی امدادی آلات (بیساکھی، چھڑی، واکر، وہیل چیئر، نقل پذیر آکسیجن وغیرہ) آپ کے ساتھ آنے والے ذمہ دار بالغ شخص کے پاس رکھ دیں گے۔
- ایک نرس آپ کی بھرتی کا عمل مکمل کرے گی، علامات حیات اور طبی تاریخ حاصل کرے گی، اور آپ کے ساتھ مل کر کارروائی پر نظرثانی کرے گی۔
- اگر آپ نے ایک تحقیق آزمائش میں اندراج سے اتفاق کیا ہے یا آپ اس کے اہل ہیں تو ایک طبی تحقیق رابطہ کار آپ سے ملاقات کر سکتا ہے۔
- ایک درون ورید (intravenous (IV)) لائن آپ کی ایک رگ میں رکھی جائے گی تاکہ کارروائی کے دوران آپ کو سیال اور دوائیں موصول ہو سکیں۔

- اگر دیکھنے میں ایسا لگے کہ سوراخ کا مقام ٹھیک نہیں ہو رہا ہے - اگر یہ سرخ ہے، چھونے پر گرم لگتا ہے، اس کے اندر سے کچھ نکلتا ہے یا اگر آپ کو 100° فارینہائٹ سے زیادہ بخار ہو رہا ہے - تو کارروائی انجام دینے والے معالج کو فوری طور پر کال کریں۔

### عمومی مشاہدات

- آپ کو اپنے سوراخ کے مقام میں زیتون کی گٹھلی کے حجم کی چھوٹی سی گلٹی کا احساس ہو سکتا ہے۔
- آپ کے سوراخ کے مقام پر کچھ نرمی، خراش اور ڈکھن ہو سکتی ہے جو ایک ہفتہ تک رہ سکتی ہے۔
- آپ درد مٹانے کے لیے ہلکی درد کش دوا (جیسے کہ Tylenol) لے سکتے ہیں۔ اپنے معالج سے بات کریں کہ آیا آپ ایسپرن یا آئبوپروفن لے سکتے ہیں۔
- چند دنوں تک، آپ کو احساس ہو سکتا ہے کہ آپ کا دل کبھی کبھار نہیں دھڑکتا ہے، کچھ دیر تک دل بہت زور سے دھڑکنے لگتا ہے یا اٹھنے پر آپ کو چکر آتا ہے۔

### 911 کو کال کریں:

- اگر آپ کے سینے میں درد یا سانس لینے پر درد ہوتا ہے۔ ڈسچارج سے پہلے اپنے معالج سے اس بارے میں بات کریں۔
- اگر آپ کے دیکھنے میں یہ بات آتی ہے کہ ڈریسنگ یا جلد کے نیچے سے خون بہہ رہا ہے۔ اگر خون جلد کے نیچے پھنسا ہوا ہے، تو اس علاقے میں تکلیف ہو گی اور اس میں سوجن اور سختی آ جائے گی۔ اگر ایسا ہو، تو سیدھے لیٹ جائیں، اس مقام پر دباؤ بنائیں اور 911 کو کال کریں۔
- اگر آپ کا پیر ٹھنڈا، بے حس ہو جاتا ہے، اس میں در ہونے لگتا ہے یا اس کا رنگ بھورا ہو جاتا ہے۔

### نسخہ جات

آپ کی نگہداشت ٹیم اس بات کو یقینی بنائے گی کہ آپ کی مجوزہ دوائیں آپ کی منتخب فارمیسی پر پک اپ کے لیے دستیاب رہیں گی۔

آپ کی سہولت کے لیے، Inova Fairfax Medical Campus کے پاس Inova Pharmacy Plus کے نام سے ایک آن سائٹ خوردہ فروشی فارمیسی ہے، جو IHVI کے گراؤنڈ فلور نیز ایمرجنسی روم کے اندر واقع ہے۔ Inova Pharmacy Plus سے متعلق مزید معلومات کے لیے، [inova.org/pharmacyplus](http://inova.org/pharmacyplus) ملاحظہ کریں

### گاڑی چلانے پر حدبندیاں

اگر آپ کو نیم بیہوشی یا بے حسی کی دوا دی گئی تھی، تو آپ اگلے 24 گھنٹوں تک گاڑی نہیں چلا سکتے ہیں۔ اگر رسائی کے مقام کے طور پر ریڈیل شریان استعمال کی گئی تھی، تو آپ اگلے 48 گھنٹوں تک گاڑی نہیں چلا سکتے ہیں۔ گھر جاتے وقت آپ کے ساتھ ایک ذمہ دار بالغ شخص (18 سال یا اس سے بڑا) کا ہونا ضروری ہے، اور ہمیں آپ کو اس شخص کا نام فراہم کرنا ہوگا جو آپ کو گھر لے کر جائے گا۔

- اپنے سر کو تکیے سے نہ اٹھائیں نہ ہی اپنی کہنیوں کو موڑیں۔
- اگر خون بہنے لگے یا خراش لگ ہی جائے، تو اس جگہ پر دباؤ بنایا جائے گا، اور آپ کو مزید چار گھنٹے بے حرکت لیٹا رہنے کی ضرورت ہو گی۔
- آپ اپنی کارروائی کے 24 گھنٹوں بعد پٹی ہٹا سکتے ہیں۔
- آپ اپنی کارروائی کے 24 گھنٹوں بعد شاور لے سکتے ہیں، مگر پٹی دوبارہ نہ لگائیں۔

### ICD/پیسیمیکر مریض

اگر آپ کے اندر کوئی آلہ نصب کیا گیا ہے، تو آپ کو نصب کاری والی جانب کے بازو کو بے حرکت رکھنے کی ضرورت ہو گی۔ آپ کے بازو پر ایک گردن سے لگی پٹی لگائی جائے گی جس سے یاد رہے گا کہ آپ اسے اپنے سینے سے اوپر نہ اٹھائیں اور نہ ہی اس بازو سے کوئی چیز اٹھائیں۔

### سبھی مریض

#### سرگرمی

- اپنا آئی ڈی کارڈ اپنے ساتھ ہمیشہ لئے رہیں۔
- اپنی کارروائی کے بعد کم از کم 24 گھنٹوں تک ڈرائیونگ نہ کریں۔
- پہلے دن آرام کریں، آئندہ متعدد دنوں میں اپنی سرگرمی کو دھیرے دھیرے بڑھا کر معمول کی سطح پر لائیں۔
- اگر ممکن ہو تو پہلے 24 گھنٹوں تک زینے کا استعمال نہ کریں۔ اگر آپ کو زینہ استعمال کرنا ہی پڑے، تو ایک بار میں ایک ہی زینہ چڑھیں اور اپنا غیرمتاثر پیر پہلے استعمال کریں۔ اگر آپ کی داخلی ران سے رسائی حاصل کی گئی تھی تو اس جگہ پر دباؤ بنائے رکھیں۔
- آئندہ پانچ سے سات دنوں تک 10 پاؤنڈ یا اس سے زیادہ وزنی کوئی بھی چیز نہ اٹھائیں۔ اس میں دھکادینا، کھینچنا، گھسیٹنا اور حرکت دینا شامل ہیں۔
- آئندہ پانچ دنوں تک محنت والی سرگرمی نہ انجام دیں۔ کسی بھی ایسی چیز کی کوشش نہ کریں جس سے تھکان، سانس پھولنے، پسینہ نکلنے یا سینے میں درد کی کیفیت پیدا ہو سکتی ہو۔

### زخم اور کٹاؤ کی نگہداشت

- جراثیم سے پاک پٹیوں نہ ہٹائیں۔ وہ خود سے گر جائیں گی۔
- آئندہ سات دنوں تک ٹب میں، گرم ٹب میں یا پانی میں بیٹھ کر غسل نہ کریں۔
- آپ اپنی کارروائی کے بعد 24 گھنٹوں بعد شاور سے غسل کر سکتے ہیں۔ پٹی لگی رہنے دیں اور پانی کو مقام کے اوپر سے گزرنے دیں۔
- سوراخ کے مقام پر لگی خون روکنے والی ڈریسنگ اپنی کارروائی کے بعد 48 گھنٹوں تک نہ ہٹائیں۔
- اس مقام پر کریم، پاؤڈر، لوشن یا مرہم نہ لگائیں۔
- سوراخ کے مقام پر رگڑنے، مانجھنے، پکڑنے، خراش لگانے سے بچیں اور یہاں تک کہ بدن صاف کرنے والا کپڑا بھی نہ استعمال کریں۔

Inova:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
  - Qualified sign language interpreters
  - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats and other formats)
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
  - Qualified interpreters
  - Information written in other languages

If you need these services, please let our staff know of your needs for effective communication.

If you believe that Inova has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability or sex, you can file a grievance by calling **703.205.2175**. You can file a grievance in person or by mail, fax or email. If you need help filing a grievance, the Patient Relations staff is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at:

U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Ave., SW  
Room 509F, HHH Building  
Washington, DC 20201

**1.800.868.1019, 800.537.7697 (TDD)**

Complaint forms are available at  
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

## اہم فون نمبرات

### Inova Fairfax Hospital

703.776.7050.....مداخلتی قلبی و عروقی بھرتی اور بحالی  
(Interventional Cardiovascular Admission and Recovery (ICAR))

703.776.6700.....(Cath Lab Fax) Cath Lab کا فیکس

703.776.2393.....(Scheduling Office) شیڈول ترتیب دینے والا دفتر

### Inova Alexandria Hospital

703.504.7950.....قلبی و عروقی اور مداخلتی ریڈیالوجی شعبہ  
(Cardiovascular and Interventional Radiology Department)

703.504.3287.....(Cath Lab Fax) Cath Lab کا فیکس

### Inova Loudoun Hospital

#### Inova Heart and Vascular Institute,

Loudoun Campus.....703.858.8660

703.858.8670.....(Cath Lab Fax) Cath Lab کا فیکس

## اضافی فون نمبرات

آپ کا معالج:

مالیاتی خدمات:

Inova Alexandria Hospital.....703.504.3069

Inova Fairfax Hospital.....571.423.5750

Inova Loudoun Hospital .....703.858.8091

## Notice of Nondiscrimination

As a recipient of federal financial assistance, Inova Health System ("Inova") does not exclude, deny benefits to, or otherwise discriminate against any person on the basis of race, color, national origin, sex, disability or age in admission to, participation in, or receipt of the services or benefits under any of its programs or activities, whether carried out by Inova directly or through a contractor or any other entity with which Inova arranges to carry out its programs and activities.

This policy is in accordance with the provisions of Title VI of the Civil Rights Act of 1964, Section 504 of the Rehabilitation Act of 1973, the Age Discrimination Act of 1975, Section 1557 of the Affordable Care Act, and regulations of the U.S. Department of Health and Human Services issued pursuant to these statutes at 45 C.F.R. Parts 80, 84, 91 and 92, respectively.

## Interpreter Services are available at no cost to you. Please let our staff know of your needs for effective communication.

<b>Spanish</b>	Atención: Si usted habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia con el idioma. Por favor infórmele a nuestro personal sobre sus necesidades para lograr una comunicación efectiva.
<b>Korean</b>	알려드립니다: 귀하가 한국어를 구사한다면 무료 언어 도움 서비스가 가능합니다. 효과적인 의사전달을 위해 필요한 것이 있다면 저희 실무자에게 알려주시기 바랍니다.
<b>Vietnamese</b>	Chú ý: Nếu quý vị nói tiếng Việt, dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ có sẵn miễn phí cho quý vị sử dụng. Xin vui lòng thông báo cho nhân viên biết nhu cầu của quý vị để giao tiếp hiệu quả hơn.
<b>Chinese</b>	注意: 如果你說中文, 可以向你提供免費語言協助服務。請讓我們的員工了解你的需求以進行有效溝通。
<b>Arabic</b>	انتباه: إذا كنت تتحدث العربية، تتوفر الخدمات المجانية للمساعدة في اللغة. يرجى إعلام فريق العمل باحتياجاتك من أجل الحصول على عملية تواصل فعالة.
<b>Tagalog</b>	Atensyon: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, mayroong magagamit na mga libreng serbisyong tulong sa wika para sa iyo. Mangyaring ipaalam sa aming mga kawani ang iyong mga pangangailangan para sa epektibong komunikasyon.
<b>Farsi</b>	توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، تسهیلات زبانی به صورت رایگان برای شما فراهم خواهد بود. به منظور برقراری ارتباط موثر، کارکنان ما را از نیازهای خود مطلع کنید.
<b>Amharic</b>	ትኩረት: አማርኛ የሚናገሩ ከሆነ ለአርሰዎ የቋንቋ ድጋፍ አግልግሎቶች ከከፍተኛ በነጻ ይቀርብልዎታል። ወጤታማ የሆነ ኮሚዩኒኬሽን የሚፈልጉ ከሆነ ሰራተኞቻችን እንዲያውቅ ያደርጉ።
<b>Urdu</b>	توجه: اگر آپ اردو بولتے ہیں تو، زبان امداد خدمات، مفت میں، آپ کو دستیاب ہیں۔ موثر مواصلت کے لیے برائے مہربانی ہمارے عملہ کو اپنی ضروریات کے بارے میں بتلا دیں۔
<b>French</b>	Attention: Si vous parlez Français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Veuillez informer notre personnel de vos besoins pour assurer une communication efficace.
<b>Russian</b>	Внимание: Если вы говорите на русском языке, для вас доступны бесплатные услуги помощи с языком. Для эффективной коммуникации, пожалуйста, дайте персоналу знать о ваших потребностях.
<b>Hindi</b>	कृपया ध्यान दें : यदि आप हिन्दी बोलते हैं, तो आपके लिए नि:शुल्क भाषा सहायता सेवा उपलब्ध है। कृपया प्रभावी संचार-संपर्क हेतु अपनी आवश्यकताओं के बारे में हमारे कर्मचारियों को बताएं।
<b>German</b>	Achtung: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen kostenlose Service-Sprachdienstleistungen zu Ihrer Verfügung. Teilen Sie unserem Team bitte Ihre Wünsche für eine effektive Kommunikation mit.
<b>Bengali</b>	দৃষ্টি আকর্ষণ করুন : আপনি যদি বাংলা বলতে পারেন, তাহলে আপনার জন্য বিনামূল্যে ভাষা সহায়তা সেবা পাওয়া যাবে। অনুগ্রহ করে কার্যকরী যোগাযোগের জন্য আপনার প্রয়োজনীয়তার বিষয়ে আমাদের কর্মীদের জানান।
<b>Kru (Bassa)</b>	Tò Dòù Nòmò Dyíin Cáo: Ǿ jũ ké ìn dyi Gòdǝ̀w- wùdù (Bàsɔ̀w- wùdù) po ní, níí, à bédé gbo-kpá-kpá bó wudu-dù kò-kò po-nyò bē bìi n5 à gbo bó pídyi. M̄ dyi dɛ dɛ m̄ n5 à gbo ní, ìn me nyue bē à kũà-nyò bēò kée dyi dyuò, ké à kè m̄ kè mue jè cèin nòmò dyiin.
<b>Ibo</b>	Nrụbama: Ọ bụrụ na ị na asụ Igbo, ọrụ enyemaka asụsụ, n'efu, dịrị gị. Biko mee ka ndị ọrụ anyị mara mkpa gị maka nkwekọrịta ga-aga nke ọma.
<b>Yoruba</b>	Akiyesi: Bi o ba nsọ Yoruba, awọn iṣẹ iranilọwọ ede wa l'ọfẹ fun ọ. Ọwọ ọ jẹ ki ara ibiṣe wa mọ nipa awọn aini ẹ fun ibaraenisọrọ ti o munadoko.



Inova Loudoun Hospital  
Schaufeld Family Heart Center  
44035 Riverside Pkwy., Suite 120  
Leesburg, VA 20176  
703.858.8660

### پارکنگ

معالج دفاتر II (بلڈنگ 44035) کے سامنے پارکنگ  
ڈیک میں مفت خدمتگار پارکنگ دستیاب ہے۔

### ڈرائیونگ کا راستہ

لیسبرگ اور پوائنٹس ویسٹ سے: روٹ 7 مشرق  
پر جائیں۔ نکل کر لینسڈون بولوڈ تک جائیں۔ پہلی  
اسٹاپ علامت پر دائیں مڑ کر ریورسائڈ پارک وے تک  
جائیں۔ پہلا دایاں موڑ لے کر اسپتال کے مین انٹرنس  
میں جائیں۔

ٹائیسنس کارنر اور پوائنٹس ایسٹ سے: روٹ 7 ویسٹ  
لیں۔ نکل کر لینسڈون بولوڈ تک جائیں۔ پہلی اسٹاپ  
علامت پر دائیں مڑ کر ریورسائڈ پارک وے تک  
جائیں۔ پہلا دایاں موڑ لے کر اسپتال کے مین انٹرنس  
میں جائیں۔

ڈولس ساؤتھ اور پوائنٹس ساؤتھ سے: لوڈون کاونٹی  
پارک وے پر جائیں۔ بائیں مڑ کر ایورگرین ملس روڈ  
تک جائیں۔ دائیں مڑ کر بیلمونٹ رج روڈ تک جائیں۔  
دائیں مڑ کر روٹ 7 ایسٹ تک جائیں۔ نکل کر  
لینسڈون بولوڈ تک جائیں۔ پہلی اسٹاپ علامت پر  
دائیں مڑ کر ریورسائڈ پارک وے تک جائیں۔ پہلا  
دایاں موڑ لے کر اسپتال کے مین انٹرنس میں جائیں۔

### ڈرائیونگ کا راستہ

I-495 سے بوکر (کیپٹل ہیلوے)

شمال کی جانب سے (ٹائسنس): ایگزٹ 51 سے نکلیں۔  
ریمپ کے ٹاپ پر، گیلوز روڈ پار کر کے ووڈبرن روڈ پر  
آئیں۔ پہلی لائٹ پر، داہنی جانب مڑ کر ویلنس بولوڈ  
تک جائیں۔ Inova Fairfax Hospital Surgery  
Center اور Inova Heart and Vascular Institute  
سے گزریں اور اپنی دائیں جانب گرے گیراج میں  
داخل ہو کر پارک کریں۔

جنوب کی طرف سے (الیگزاندریا/اسپرنگ فیلڈ):  
ایگزٹ 51 سے نکلیں۔ ریمپ کے ٹاپ پر ٹریفک لائٹ  
پر، بائیں جانب مڑ کر گیلوز روڈ تک جائیں۔ بائیں  
جانب مڑ کر ووڈبرن روڈ تک جائیں۔ پہلی ٹریفک  
لائٹ تک جائیں اور داہنی جانب مڑ کر ہوں ویلنس  
بولوڈ تک جائیں۔ Inova Fairfax Hospital Surgery  
Center اور Inova Heart and Vascular Institute  
سے گزریں اور اپنی دائیں جانب گرے گیراج میں  
داخل ہو کر پارک کریں۔

### روٹ 50 سے ہو کر

مغرب (Fairfax) کی جانب سے: نکل کر 650/گیلوز  
روڈ تک جائیں۔ ریمپ کے ٹاپ پر، دائیں مڑ کر گیلوز  
روڈ تک جائیں۔ گیلوز روڈ پر آگے بڑھتے رہیں اور  
دائیں جانب مڑ کر ووڈبرن روڈ تک جائیں۔ پہلی  
ٹریفک لائٹ تک جائیں اور داہنی جانب مڑ کر ہوں  
ویلنس بولوڈ تک جائیں۔ Inova Fairfax Hospital  
Surgery Center اور Inova Heart and Vascular  
Institute سے گزریں اور اپنی دائیں جانب گرے گیراج  
میں داخل ہو کر پارک کریں۔

مشرق کی جانب سے (واشنگٹن/فالس چرچ): I-495  
کے نیچے سے گزریں اور نکل کر 650/گیلوز روڈ تک  
جائیں۔ ریمپ کے ٹاپ پر لائٹ پر، بائیں جانب مڑ کر  
گیلوز روڈ تک جائیں۔ گیلوز روڈ پر آگے بڑھتے رہیں  
اور دائیں جانب مڑ کر ووڈبرن روڈ تک جائیں۔ پہلی  
ٹریفک لائٹ تک جائیں اور داہنی جانب مڑ کر ہوں  
ویلنس بولوڈ تک جائیں۔ Inova Fairfax Hospital  
Surgery Center اور Inova Heart and Vascular  
Institute سے گزریں اور اپنی دائیں جانب گرے گیراج  
میں داخل ہو کر پارک کریں۔

Inova Alexandria Hospital  
Inova Heart and Vascular Institute  
4320 Seminary Rd.  
Alexandria, VA 22304  
703.504.3000

### پارکنگ

پوری این ہاورڈ اسٹریٹ کے عمومی پارکنگ مقامات پر  
مفت پارکنگ دستیاب ہے۔ مفت خدمتگار پارکنگ  
مریض کے داخل ہونے کے راستے پر، سوموار سے  
جمعہ تک، 5:30 بجے صبح سے 7:30 بجے شام تک  
دستیاب ہے۔

### ڈرائیونگ کا راستہ

ارلنگٹن یا واشنگٹن، ڈی سی سے: I-395 پر جنوب کی  
سمت سیمیری روڈ کے ایگزٹ تک آئیں۔ بائیں جانب مڑ  
کر مشرق کی جانب نکل جائیں۔ چار بلاک چلیں۔  
اسپتال آپ کی دائیں جانب، سیمیری روڈ اور این ہاورڈ  
اسٹریٹ کے کونے پر ہو گا۔

رچمنڈ سے: I-95 پر شمال کی سمت Springfield  
تک آئیں۔ آپ I-495، I-395 یا I-95 پر جاسکتے ہیں۔  
395 پر شمال کی جانب چلتے رہیں یہاں تک کہ  
سیمیری روڈ پہنچ جائیں۔ دائیں جانب مڑ کر مشرق  
کی جانب نکل جائیں۔ چار بلاک چلیں۔ اسپتال آپ  
کی دائیں جانب، سیمیری روڈ اور این ہاورڈ اسٹریٹ  
کے کونے پر ہو گا۔

Inova Fairfax Medical Campus  
Inova Heart and Vascular Institute  
3300 Gallows Rd.  
Falls Church, VA 22042  
703.776.4001

### مریض کے داخل ہونے کا راستہ اور پارکنگ

ووڈبرن روڈ سے Inova Fairfax Medical Campus  
میں داخل ہوں ویلنس بولوڈ تک جائیں۔ Inova  
Fairfax Hospital Surgery Center اور Inova Heart  
and Vascular Institute سے گزریں اور اپنی دائیں  
جانب گرے گیراج میں داخل ہو کر پارک کریں۔ لفٹ  
کے ذریعہ لیول جی پر جائیں۔ گراؤنڈ فلور پر واقع  
عمارت میں داخل ہوں اور ہال میں چلتے رہیں یہاں تک  
کہ قلبی Cath Lab/EP Lab چیک ان ڈیسک آ جائے۔