



Integrating a Palliative Approach to care by having Conversations Early



PUNJABI

	<b>Serious Illness Conversation Guide</b>	ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਗਾਈਡ
	<b>CONVERSATION FLOW</b>	ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਵਹਾਅ
1	<i>Set up the conversation</i> Introduce purpose Prepare for future decisions Ask permission	ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੰਨ੍ਹੋ ਉਦੇਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਓ
2	<i>Assess understanding and preferences</i>	ਸਮਝ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ
3	<i>Share prognosis</i> Share prognosis Frame as a “wish...worry”, “hope...worry” statement Allow silence, explore emotion	ਪੂਰਵ-ਅਨੁਮਾਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਪੂਰਵ-ਅਨੁਮਾਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ “ਇੱਛਾ...ਫਿਕਰ”, “ਆਸ...ਚਿੰਤਾ” ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਨੂੰ ਢਾਲੋ ਚੁੱਪ ਨੂੰ ਥਾਂ ਦਿਓ, ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਭਾਪੋ
4	<i>Explore key topics</i> Goals Fears and worries Sources of strength Critical abilities Tradeoffs Family	ਮੁੱਖ ਮੁਦਿੱਆਂ ‘ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਓ ਉਦੇਸ਼ ਡਰ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤਾਕਤ ਦੇ ਸਾਧਨ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸਮਰੱਥਾ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਚੋਣ ਪਰਿਵਾਰ
5	<i>Close the conversation</i> Summarize Make a recommendation Check in with patient Affirm commitment	ਗੱਲਬਾਤ ਮੁਕਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਸਾਰ ਦੱਸੋ ਕੋਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰੋ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਵਚਨਵੱਧਤਾ ‘ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ



Integrating a Palliative Approach to care by having Conversations Early



6	<i>Document your conversation</i>	ਆਪਣੀ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਕਲਮਬੱਧ ਕਰੋ
7	<i>Communicate with key clinicians</i>	ਮੁੱਖ ਕਲੀਨੀਸ਼ੀਅਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ
	<b>PATIENT-TESTED LANGUAGE</b>	ਮਰੀਜ਼ 'ਤੇ ਅਜ਼ਮਾਈ ਹੋਈ ਭਾਸ਼ਾ
	SET UP	ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ
	“I’d like to talk about what is ahead with your illness and do some thinking in advance about what is important to you so that I can make sure we provide you with the care you want — <b>is this okay?</b> ”	“ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਛਾ ਅਨੁਸਾਰ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕੀਏ – <b>ਕੀ ਇਹ ਮੁਨਾਸਬ ਹੈ?</b> ”
	ASSESS	ਮੁਲਾਂਕਣ
	“What is your <b>understanding</b> now of where you are with your illness?” “How much <b>information</b> about what is likely to be ahead with your illness would you like from me?”	“ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?” “ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਅਗਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਕੋਲੋਂ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੋਗੇ?”
	SHARE	ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ
	“I want to share with you <b>my understanding</b> of where things are with your illness...”  Uncertain: “It can be difficult to predict what will happen with your illness. I <b>hope</b> you will continue to live well for a long time but I’m <b>worried</b> that you could get sick quickly, and I think it is important to prepare for that possibility.” OR Time: “I <b>wish</b> we were not in this situation, but I am <b>worried</b> that time may be as short as ___ (express as a range, e.g. days to weeks, weeks to months, months to a year).” OR Function: “I <b>hope</b> that this is not the case, but I’m <b>worried</b> that this may be as strong as you will feel, and things are likely to get more difficult.”	“ਮੈਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ <b>ਆਪਣੀ ਸਮਝ</b> ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ...” ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ: “ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ। ਮੈਂ <b>ਆਸ</b> ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੰਗੇ ਹੀ ਰਹੋ ਪਰ ਮੈਂ <b>ਫਿਕਰਮੰਦ</b> ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਛੇਤੀ ਹੀ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।” ਜਾਂ ਸਮਾਂ: “ ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੁੰਦੇ, ਪਰ ਮੈਂ ਚਿੰਤਤ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਮਾਂ _____ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਇੱਕ ਸੀਮਾ ਦਰਸਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਹਫ਼ਤੇ, ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਮਹੀਨੇ, ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸਾਲ)।” ਜਾਂ ਕਿਰਿਆ: “ਮੈਂ <b>ਆਸ</b> ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਮੈਂ <b>ਚਿੰਤਤ</b> ਹਾਂ ਕਿ ਜਿੰਨੇ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਨੇ ਤਕੜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਅਗਲੇਰੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਸਾਇਦ ਹੋਰ ਕਠਿਨ ਹੋ ਜਾਣ।”
	EXPLORE	ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ



Integrating a Palliative Approach to care by having Conversations Early



<p>“What are your most important <b>goals</b> if your health situation worsens?”</p> <p>“What are your biggest <b>fears and worries</b> about the future with your health?”</p> <p>“What gives you <b>strength</b> as you think about the future with your illness?”</p> <p>“What <b>abilities</b> are so critical to your life that you can’t imagine living without them?”</p> <p>“If you become sicker, <b>how much are you willing to go through</b> for the possibility of gaining more time?”</p> <p>“How much does your <b>family</b> know about your priorities and wishes?”</p>	<p>“ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਹੋਰ ਮਾੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ <b>ਟੀਚੇ</b> ਕੀ ਹਨ?”</p> <p>“ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕਿਹੜੇ ਵੱਡੇ <b>ਡਰ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ</b> ਹਨ?”</p> <p>“ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ <b>ਹੌਸਲਾ</b> ਮਿਲਦਾ ਹੈ?”</p> <p>“ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਆਪ ਕਰ ਸਕਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੰਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ?”</p> <p>“ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਤਬੀਅਤ ਹੋਰ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ <b>ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਧਾਉਣ</b> ਲਈ ਕੀ ਕੁਝ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋਗੇ?”</p> <p>“ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਜਾਣਦਾ ਹੈ?”</p>
<p>CLOSE</p>	<p>ਅੰਤ</p>
<p>“I’ve heard you say that ____ is really important to you. Keeping that in mind, and what we know about your illness, I <b>recommend</b> that we _____. This will help us make sure that your treatment plans reflect what’s important to you.”</p> <p>“How does this plan seem to you?”</p> <p>“I will do everything I can to help you through this.”</p>	<p>“ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ____ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਅਤੇ ਜਿੰਨਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ, ਮੇਰਾ ਸੁਝਾਅ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ____। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।”</p> <p>“ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਖਿਆਲ ਹੈ?”</p> <p>“ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜੋ ਹੋ ਸਕਿਆ ਸਭ ਕਰਾਂਗਾ।”</p>
<p>© 2015 Ariadne Labs: A Joint Center for Health Systems Innovation (www.ariadnelabs.org) and Dana-Farber Cancer Institute. Revised Feb 2016. Licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License, <a href="http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/">http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/</a></p>	<p>© 2015 Ariadne Labs: A Joint Center for Health Systems Innovation (www.ariadnelabs.org) and Dana-Farber Cancer Institute. Revised Feb 2016. Licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License, <a href="http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/">http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/</a></p>

<p><b>If you modify the guide content, include this language:</b>  This material has been modified by us. The original content can be found at <a href="https://portal.ariadnelabs.org">https://portal.ariadnelabs.org</a> and is licensed by Ariadne Labs under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License. Ariadne Labs licenses the original content as-is and as-available, and makes no representations or warranties of any kind concerning the original content or concerning this material, which Ariadne Labs has not reviewed or endorsed.  ○ (The customizable version of the Conversation Guide that you receive will have this language already stated at the bottom of the document)</p>	<p>ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:  ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਆਰੰਭਕ ਸਮੱਗਰੀ <a href="https://portal.ariadnelabs.org">https://portal.ariadnelabs.org</a> 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਰੀਆਡਨੋ ਲੈਬਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਕਰੀਏਟਿਵ ਕੌਮਨਜ਼ ਅਟਰੀਬਿਊਸ਼ਨ-ਨਾਨ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ-ਸ਼ੇਅਰ ਅਲਾਇਕ 4.0 ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਲਾਇਸੰਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਲਾਇਸੰਸ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਆਰੀਆਡਨੋ ਲੈਬਜ਼ ਨੇ ਅਰੰਭਕ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ, ਜਿਵੇਂ ਉਪਲਬਧ, ਲਾਇਸੰਸ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਅਰੰਭਕ ਸਮੱਗਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਜਾਂ ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਬਾਰੇ, ਜੋ ਕਿ ਆਰੀਆਡਨੋ ਲੈਬਜ਼ ਨੇ ਦੇਖੀ ਜਾਂ ਤਸਦੀਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਕੋਈ ਵੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਜਾਂ ਵਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ।</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਗੱਲਬਾਤ ਗਾਈਡ ਦੇ ਢੁਕਵੇਂ ਅਧਿਆਇ ਪੱਤਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਇਹ ਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੀ ਮਿਲੇਗੀ)</li> </ul>
---	--