

# ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਸੰਕੇਤ

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਤੰਗੀ



ਛਾਤੀ



ਬਾਵਾਂ



ਦੁਹੀ ਜਾਂ ਮੋਡਾ



ਗਰਦਨ ਜਾਂ ਜਬਾੜਾ



ਤੁਸੀਂ ਆਹ ਲੱਛਣ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ



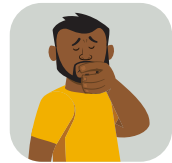
ਸਾਂਹ ਲੈਣ ਚ ਤਕਲੀਫ



ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ



ਪਸੀਨਾ



ਬਿਮਾਰ

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ

ਜੇਕਰ ਬੁਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਜਾਂ 10 ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਬਿਹਤਰ ਨਾ ਹੋਵੇ

 ਟਿਰਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ 

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐਸਪੀਰੀਨ ਹੈ ਤਾਂ 300mg ਐਸਪੀਰੀਨ ਨੂੰ ਚਬਾਓ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸਪੀਰੀਨ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ।

## ਟਿਰਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ

- ਜਦੋਂ ਆਪਰੇਟਰ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ “AMBULANCE” ਕਰੋ
- ਜਦੋਂ ਅਗਲਾ ਆਪਰੇਟਰ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ “PUNJABI INTERPRETER” ਕਰੋ
- ਫੋਨ ਕਾਲ ਖਤਮ ਨਾ ਕਰੋ
- ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ. ਹੋਰ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।

ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ: ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਹਾਰਟ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ (Heart Foundation) ਸਿਰਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿਖਾਅ ਮੰਤਵ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਗਠਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਹੈ। ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ [heartfoundation.org.au](http://heartfoundation.org.au) 'ਤੇ ਹਾਰਟ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ।