Diabetes UK

10 Parkway
London NW1 7AA
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 020 7424 1000
ਫ਼ੈਕਸ 020 7424 1001
ਈਮੇਲ info@diabetes.org.uk
ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.diabetes.org.uk

ਜਾਣਕਾਰੀ

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ

ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਹਰ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਗੜਨ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ **ਆਪਣੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਕੰਟ੍ਰੋਲ** ਰੱਖੋ । ਜੇਕਰ ਮੁਮਕਨ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੀਰਘਕਾਲੀ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਟੈਸਟ (HbA_{1c}) 7 ਫ਼ੀ ਸਦੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸ਼ੂਗਰ ਕਲਿਨਿਕ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰੇਗਾ ।

ਆਪਣੇ **ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨੂੰ 140/80 ਤੋਂ ਘੱਟ** ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘਟ ਜਾਏਗਾ । ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ HbA_{1c} ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਮਾਤ੍ਰਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕਾਇਮ ਰਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ **ਸਾਲ ਵਿਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇਕ ਵਾਰੀ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਨੇਮ ਨਾਲ ਜਾਂਚ** ਕਰਾਉਂਦੇ ਰਹੋ।

ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਕੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

ਨਜ਼ਰ ਧੁੰਧਲੀ (ਅਸਪਸ਼ਟ) ਹੋਣੀ – ਇਹ ਤਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋਗੇ । ਇਹਦਾ ਕਾਰਣ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਨਿਰਜਲ (ਖ਼ੁਸ਼ਕ) ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਬਹੁਤ ਵਧੀ ਹੋਈ ਮਾਤ੍ਰਾ ਨਾਲ ਨਿੱਬੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ । ਜਦ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ਮੁੜ ਤੋਂ ਆਮ ਜਿਹੀ ਹੋਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦੀ ਵਜ੍ਹੋਂ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਜ਼ਰ ਧੁੰਧਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਮੋਤੀਆਬਿੰਦ ਤਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹੀ ਹੋਵੇ । ਇਹ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਲੈਂਜ਼ ਵਿਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧੁੰਧਲਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਅੱਖ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ (ਰੈਟੀਨਾ) ਤਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀ । ਇਹਦੇ ਲਈ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਦੇ ਨਾਲ ਮੁਮਕਨ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ਰਾਬ ਲੈਂਜ਼ ਨੂੰ ਹਟਾ ਕੇ ਉਹਦੇ ਬਦਲੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਨਵਾਂ ਲੈਂਜ਼ ਫ਼ਿਟ ਕੀਤਾ ਜਾਏ ।

ਰੈਟੀਨੋਪੈਥੀ ਤਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਦਾ ਅਸਤਰ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਏ । ਇਹਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮੁਢਲੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ 'ਪਿੱਠਭੂਮੀ ਦੀ ਰੈਟੀਨੋਪੈਥੀ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਤਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਕੈਪਿੱਲਰੀ ਨਾੜੀਆਂ (ਖ਼ੂਨ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਬਾਰੀਕ ਨਾੜੀਆਂ) ਫੁੱਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਪਾਣੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਗ-ਵਗ ਕੇ ਅੱਖ ਦੇ ਅਸਤਰ (ਰੈਟੀਨਾ) ਵਿਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜਦ ਇਹ ਲਹੂ-ਨਾੜੀਆਂ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਪਾਣੀ ਵਗਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਗੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਨਵੀਆਂ ਲਹੂ-ਨਾੜੀਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ । ਇਹਨੂੰ 'ਪਸਰਨਹਾਰ (ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ) ਰੈਟੀਨੋਪੈਥੀ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਹਦੀ ਵਜ੍ਹੋਂ ਜਦ ਨਵੀਆਂ ਲਹੂ-ਨਾੜੀਆਂ ਜੰਮਦੀਆਂ ਅਤੇ ਫੈਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਦ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਹੋਰ ਵੀ ਮਾੜੀ ਹੋ ਜਾਏਗੀ । ਇਹ ਤਕਲੀਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸਮ-1 ਵਾਲੀ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਮੈਕਿਉਲੋਪੈਥੀ ਉਸ ਤਕਲੀਫ਼ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ, ਜਦ ਲਹੂ-ਨਾੜੀਆਂ 'ਚੋਂ ਵਗਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਮੈਕਿਉਲਾ ਵਿਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਮੈਕਿਉਲਾ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਅਸਤਰ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਨਜ਼ਰ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ਇਹ ਤਕਲੀਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸਮ-2 ਵਾਲੀ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਚੈਰਿਟੀ
ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਡਾਇਅਬੀਟਿਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਸੰਚਾਲਕ ਨਾਂ ਹੈ ।
ਇਹ ਇਕ ਗਾਰੰਟੀਸ਼ੁਦਾ ਲਿਮਿਟਿਡ ਕੰਪਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦਾ ਰਜਿਸਟਰਡ ਆਫ਼ਿਸ ਹੈ 10 Parkway, London NW1 7AA
ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨੰਬਰ 339181 ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 215199

ਕੀ ਮੈਂ ਅੰਨ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗਾ/ਜਾਵਾਂਗੀ ?

ਯੂ.ਕੇ. ਵਿਚ ਕੰਮ-ਧੰਧੇ ਵਾਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਦਾ ਮੁਖ ਕਾਰਣ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਅਸਤਰ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਹਰ ਸਾਲ ਟੈਸਟ ਕਰਾਓ । ਇਸ ਟੈਸਟ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਖ਼ਾਸ ਦਵਾਈ ਪਾਈ ਜਾਏਗੀ, ਜਿਹਦੇ ਕਾਰਣ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਪੁਤਲੀਆਂ (ਆਂਨਿਆਂ ਦਾ ਵਿਚਕਾਰਲਾ ਕਾਲਾ ਹਿੱਸਾ) ਫੈਲ ਜਾਏਗਾ । ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਅਸਤਰ ਦੀ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ । ਕੁਝ ਡਾਕਟਰ ਖ਼ਾਸ ਕੈਮਰੇ ਨਾਲ ਅੱਖ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਫ਼ੋਟੋ ਵੀ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ । ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਇਹ ਮੁਆਇਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੁਮਕਨ ਹੈ ਨਜ਼ਰ ਬਹੁਤ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਆ ਰਹੀ ਖ਼ਰਾਬੀ ਦਾ ਪਤ ਲਗ ਸਕੇ । ਡਾਕਟਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਆਇਨਿਆਂ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕਿਧਰੇ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਲੱਛਣ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ । ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਕਿਸੇ ਤਕਲੀਫ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਏਗਾ, ਉਂਨੀ ਹੀ ਜਲਦੀ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸ ਇਲਾਜ ਦਾ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣਾ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਮਕਨ ਹੋਵੇਗਾ ।

ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਪੁਤਲੀਆਂ ਚੌੜੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਪਾਈ ਦਵਾਈ ਮੁਮਕਨ ਹੈ ਅੱਖਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਕੁ ਲੱਗੇ । ਇਹ ਵੀ ਮੁਮਕਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਫੈਲੀਆਂ ਰਹਿਣ, ਜਿਹਦੇ ਕਾਰਣ ਤੁਸੀਂ ਸਾਫ਼ ਨਾ ਦੇਖ ਸਕੋ । ਇਸ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਕਾਰ ਨਹੀਂ ਚਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਤਲੀਆਂ ਮੁੜ ਤੋਂ ਠੀਕ ਸਾਇਜ਼ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਣ ਤਕ ਕਾਲੀ ਐਨਕ ਪਾਉਣੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਰਾਮਦੇਹ ਜਾਪੇ ।

ਰੈਟੀਨੋਪੈਥੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ ?

ਰੈਟੀਨੋਪੈਥੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਲੇਜ਼ਰ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਲੇਕਨ ਜੇਕਰ ਮੈਕਿਉਲਾ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਲੇਜ਼ਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਉਂਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕੋਗੇ ।

- ਲੇਜ਼ਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਮੁਮਕਨ ਹੈ ਅੱਖਾਂ ਟੈਸਟ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਏ ।
- ਲੇਜ਼ਰ ਵਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਹੂ-ਨਾੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਮੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਨਾੜੀਆਂ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ।
- ਲੇਜ਼ਰ ਰੈਟੀਨੋਪੈਥੀ ਦੇ ਕਾਰਣ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਚੁਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਤਾਂ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਸਕੇਗਾ, ਲੇਕਨ ਜਿੰਨੀ ਨਜ਼ਰ ਬਚੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਉਹਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖੇਗਾ ।

ਕੀ ਲੇਜ਼ਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਖ਼ਾਸ ਦਵਾਈ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਲੇਕਨ ਜੇਕਰ ਇਲਾਜ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਇਹਦੇ ਸਾਇਡ ਇਫ਼ੈਕਟ (ਨਾਲਦੇ ਅਸਰ) ਕੀ ਹਨ ?

ਲੇਜ਼ਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਏ । ਇਹ ਅਸਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਇਹ ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ ਕਿ ਅੱਖ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ । ਇਹਦੇ ਕਾਰਣ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਸੇ-ਪਾਸੇ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ । ਇਹਦੇ ਕਾਰਣ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਾਰ ਚਲਾਉਣੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਫ਼ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਲੇਜ਼ਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਾਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡੀ.ਵੀ.ਐੱਲ.ਏ. ਨੂੰ ਇਹਦੀ ਇਤਲਾਹ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਲੇਜ਼ਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਵੀ ਕਰਾਓ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ।

Western Union Money Transfer ਦੇ ਯੂ.ਕੇ. ਪ੍ਰਤਿਨਿਧਿ
FEXCO MT ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਮਦਦ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

© Diabetes UK 2004