மேலதிக விபரங்கள் எங்கே கிடைக்கும்?

ஒவ்வொரு மனிதரும் ஒருவருக்கு ஒருவர் மாறுபட்டு இருப்பதால் அவர்களின் தேவைகளும் வித்தியாசமானவை. அவர்களுக்கு எவ்விதமான பராமரிப்பும் உதவியும் கிடைக்கக் கூடும் என்று தெரிந்திருக்க வேண்டும் என்பதோடு அவ்வுதவியை எவ்வாறு பெறலாம் என்றும் தெரிந்திருக்க வேண்டியது அவசியம்.

palliativecare.my - மலேசியாவில் நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்பு பற்றிய விபரங்களையும் இணையத் தொடர்புகளையும் தரும் இணையத்தளமிது. மேலும் பின்வரும் விடயங்களைப் பற்றிய வளங்களையும் தள இறக்கம் செய்யலாம்:

வாழ்வை மட்டுப் படுத்தும் சூழ்நிலையில் எனக்குத் தெரிந்த ஒருவர் வாழ்கிறார் எனத் தெரிய வந்தால் என்ன கூறலாம் - என்ன செய்யலாம்? - வாழ்வைக் மட்டுப் படுத்தும் சூழ்நிலையில் வாழ்பவர் ஒருவருக்கு நீங்கள் எவ்வாறு உதவலாம் என்ற உபாயங்களைத் தெரிந்து கொண்டு அவரின் வாழ்வில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தலாம்.

இப்போது என்ன செய்வது? துயரம் பற்றிப் புரிந்து கொள்ளல் - துயரம் மற்றும் இழப்புப் பற்றிய விபரங்கள்.

மோர்பீன் மற்றும் ஓப்பியோய்ட் மருந்துகள் பற்றிய விபரங்கள் - நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்பில் உபயோகிக்கப் படும் மருந்துகள் பற்றிய உண்மை விபரங்களும் தவறான கருத்துகளும்.

கேள்விகள் கேட்பது உதவும் - நீங்கள் நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புக் குழுவை அணுகும் போது கேட்கக் கூடிய கேள்விகள் அடங்கிய துண்டுப் பிரசுரம். இக் கேள்விப் பட்டியல் உங்கள் சுகயீனம் பற்றியும் நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புப் பற்றியும் விபரங்களைப் பெற்றுக் கொள்ள உதவும்.

இறப்பை எதிர் நோக்கும் போது - இறப்பின் தறுவாயில் இருக்கும் ஒருவருக்கு என்னென்ன நடக்கும் என்பதை விளக்கி உங்களை வழி நடத்த உதவும் துண்டுப் பிரசும்.

முன் கூட்டிய பராமரிப்புத் திட்டமிடல் - இப்பிரசுரம் உங்கள் விருப்பத்திற்கேற்ப பராமரிப்பை வாழ்வின் இறுதிக்கட்டத்தில் கிடைக்க உறுதிப் படுத்த முன்கூட்டியே திட்டமிட உதவுகிறது.

hospicemalaysia.org - மலேசியாவில் முந்நிலையில் உள்ள நோயின் கடுமைத் தணிப்பு பராமரிப்பு நிறுவனமாகிய ஹொஸ்பிஸ் மலேசியாவின் இணையத்தளமிது.

palliativecareguidelines.scot.nhs.uk/default.asp - தேர்ச்சி பெற்ற பராமரிப்பாளருக்கும் நோயாளிகளுக்கும் நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புப் பற்றிய தகுந்த வழிமுறைகள் இந்த இணையத் தளத்தில் தரப்பட்டுள்ளன.

malaysianoncology.org/ - மலேசிய ஒங்கோலஜி சங்க இணையத் தளம் புற்று நோய் உருவாதல் பற்றியும் வேறு வளங்கள் பற்றியும் பயனுள்ள மற்றும் சம கால விபரங்களைக் கொண்டுள்ளது.

cancerlinkfoundation.org - கான்ஸர் லிங்க் நிறுவனத்தின் இணையத் தளம் நோயாளரும் அவரின் குடும்பத்தினரும் புற்று நோய் பற்றியும், அணுகக் கூடிய வளங்கள் பற்றியும் தேவையான விபரங்களைக் கொண்டது.

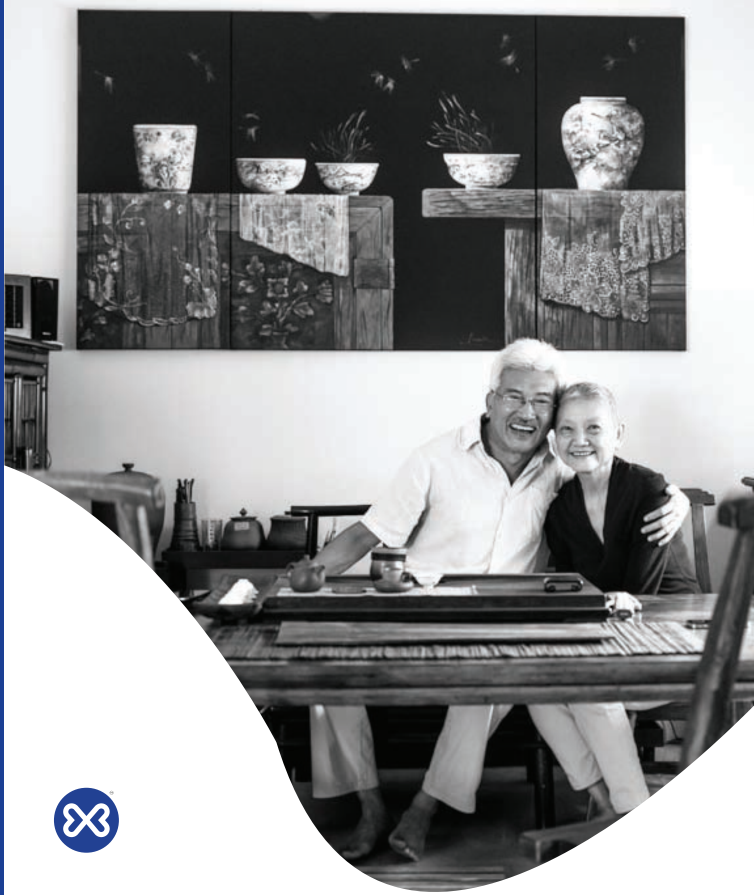
நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புக்கான தொடர்புகள் பற்றிய மேலதிக விபரங்களைத் தெரிந்துகொள்ள:

இணையத் தளம் : palliativecare.my
மின அஞ்சல் : info@hospismalaysia.org
தொலை பேசி : 603-9133 3936 (ஹொஸ்பிஸ் மலேசியா பொது தொடர்பு)

நன்றிகள்:

இப்பிரசுரம், ஹொஸ்பிஸ் மலேசியாவினால், பலியேடிவ் கேயர் ஒஸ்ரேலியாவின் (Palliative Care Australia) பிரசுரமான "What is Palliative Care?" இலிருந்து எடுக்கப்பட்ட பகுதிகளைக் கொண்டு அவர்களின் அனுமதியோடு தயாரிக்கப் பட்டுள்ளது.

இப்பிரசுரத்தில் உள்ள விடயங்கள் யாவுமே ஹொஸ்பிஸ் மலேசியாவினது அல்லது பலியேடிவ் கேயர் ஒஸ்ரேலியாவினது கருத்துகள் என்பதற்கு அவசியமில்லை.



நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்பு என்றால் என்ன?

உதவி, சேவைகள் பற்றிய மேலதிக விபரங்களை இந்த இணையத் தளத்தில் அறிந்து கொள்ளுங்கள்: palliativecare.my

தயாரிப்பு:

HOSPIS MALAYSIA

Palliative Care Australia

பதிப்புக்கு ஆதரவு வழங்கியோர்:

Sime Darby YAYASAN

எவ்விதமான பராமரிப்புகள் உள்ளன?

நோயாளரில் சிலர், அவர்களின் நோய் வலுவடையும் வேளைகளில், உக்கிரமானதும் அதிக சிக்கல் கூடியதுமான பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்ள நேரிடலாம். இத்தருணத்தில் இவர்களின் தேவைகளை எதிர் கொள்ள விஷேட தேர்ச்சி பெற்றோர் கொண்ட குழுவடங்கிய விஷேட கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புச் சேவையை அணுகப் பரிந்துரைக்கப் படலாம்.

மாற்றாக, நோயாளரின் வழமையான பொதுவைத்தியர், நோயாளரின் பேரில் விஷேட பராமரிப்புச் சேவையொன்றிடம் ஆலோசனை பெற நாடலாம்.

மலேசியாவின் சில பகுதிகளில், நோயின் கடுமைத் தணிப்புக்கான விஷேட பராமரிப்பு, வைத்திய சாலைகளிலோ அல்லது நோயின் கடுமைத் தணிப்புக்கான சமூக சேவை மையங்களினூடாகவோ கிடைக்கின்றன.

நோயாளரினதும் அவரது குடும்பத்தினரதும் மற்றும் பராமரிப்பாளர்களினதும் பலவித தேவைகளைக் கருத்தில் கொண்டு அவர்களுடைய வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்துவதே இதன் முக்கிய இலக்காகும். அவை உடல் ரீதியான (வலி உட்பட்ட அதன் அறிகுறிகளுக்கான மருத்துவம்), மன ரீதியான, சமூக, கலாச்சார மற்றும் ஆன்மீக தேவைகளை உள்ளடக்கும்.

ஒருவரைக் கூடிய சௌகரியத்தோடு வாழ வைப்பதே முக்கிய நோக்கமாகும். ஒருவர் நோய்வாய்ப் பட்டிருக்கும் போதோ, காலமான பிறகோ, தேவையான ஆதரவு, அவரின் உறவினருக்கும் பராமரிப்பாளருக்கும் கூடத் தரப் படுகிறது.

ஒருவருக்கு பராமரிப்பு வழங்கப் படும்போது, அந்நோயாளர், அவரது நிலைமையைக் கையாளும் திட்டமிடலில் முக்கிய பங்காளாராகிறார். குடும்பத்தினரும் பராமரிப்பாளர்களும் கூட இதில் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றார்கள். இவர்கள் அனைவருமே மருத்துவ முடிவுகள் பற்றிய விபரங்களைத் தெரிந்து வைத்திருப்பதாலும், மருத்துவர் மற்றும் மருத்துவ பணியாளர்களோடு கருத்து பரிமாறிக் கொள்வதாலும் பராமரிப்பைக் கூடிய பயன் உடையதாக்குகிறார்கள்.

பராமரிப்பு பற்றிய திட்டமிடல், ஒரு நோயாளரின் விருப்பங்களுங்கேற்ப பராமரிப்பு வழங்க மிக முக்கிய வழிமுறையாகும். எதிர்காலத்தில் ஏற்படக்கூடிய மாறுபட்ட தேவைகளை எதிர்கொள்ள, நோயாளர்கள் முன்கூட்டிய திட்டமிடல் மூலம் தங்கள் வைத்தியருடன் கலந்து ஆலோசிக்க வேண்டும். முடியாத நிலை ஒன்று ஏற்படின், அத்தருணத்தில், நோயாளர் தனக்காக முக்கிய முடிவுகளை எடுக்கக்கூடிய வேறு ஒருவரைத் தேர்ந்தெடுப்பது பற்றிய கலந்துரையாடல்களும் முக்கியமாகலாம்.

என்னுடைய முதல் எண்ணம் "எமக்கு நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்பு தேவையில்லை" என்றே இருந்தது. இது குறித்து ஒரு பயம் ஏற்பட்டது. நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்பானது இறக்கும் தறுவாயில் இருக்கும் ஒருவருக்கு கிடைக்கப்படும் பராமரிப்பு மட்டுமல்ல என்று தெரிந்த பின்னரே எனது மனம் அமைதியடைந்தது - இப்பராமரிப்பின்போது ஒரு பரந்த அடிப்படையில் கிடைக்கக் கூடிய ஆதரவாலும் மன அமைதியினாலும் எனது கணவர் எஞ்சியிருக்கக் கூடிய நாட்களில் திறம்பட வாழ்வை அமைத்துக்கொள்ள முடியும் என்பதை புரிந்து கொண்டேன். என் குடும்பத்தினர் கூட, இப் பராமரிப்பு இல்லாமல் பௌதீக முறையிலோ மன ரீதியாகவோ இவ்வளவு தூரம் தாங்கியிருக்கமாட்டார்கள்.

நோயின் கடுமைத் தணிப்பிற்கான விஷேட பராமரிப்பு என்பது என்ன?

நோயாளரில் சிலர், அவர்களின் நோய் வலுவடையும் வேளைகளில், உக்கிரமானதும் அதிக சிக்கல் கூடியதுமான பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்ள நேரிடலாம். இத்தருணத்தில் இவர்களின் தேவைகளை எதிர்கொள்ள விஷேட தேர்ச்சி பெற்றோர் கொண்ட குழுவடங்கிய விஷேட கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புச் சேவையை அணுகப் பரிந்துரைக்கப் படலாம்.

மாற்றாக, நோயாளரின் வழமையான பொது வைத்தியர், நோயாளரின் பேரில் விஷேட பராமரிப்புச் சேவையொன்றிடம் ஆலோசனை பெற நாடலாம்.

எனது நோயிற்கான வழமையான மருத்துவத்தை நான் தொடரலாமா?

ஆம் - அநேக வேளைகளில் உங்கள் நோயைக் குணப் படுத்த எடுத்துக் கொண்டுள்ள மருத்துவத்தை தொடரலாம். நோயாளர், அவருடைய உறவினர் மற்றும் பராமரிப்பாளர்களின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து தரமான வாழ்க்கை நிலையைத் தங்க வைத்துக் கொள்வதே இங்கு முக்கிய குறிக்கோளாகும்.

பராமரிப்பை யார் வழங்குவார்கள்?

இப்பராமரிப்பு தேர்ச்சி பெற்ற மருத்துவர் பலரால்,

- நோயாளரின் தேவைகளைப் பொறுத்தும்,
- உறவினரதும் பராமரிப்பாளர்களினதும் வேறுபட்ட வளங்களையும் தேவைகளையும் பொறுத்தும், வழங்கப் படக்கூடும்.

பராமரிப்பு வழங்குவதில் பல்வேறு தேர்ச்சி பெற்ற மருத்துவர்கள் ஈடுபடுத்தப் படலாம். மேலும், அவர்கள் தங்களின் தேர்ச்சிக்கேற்ப பல் துறை இணைந்த ஒரு குழுவாகவே செயற்படுவர். இக் குழுவில் கீழ் காணுவோர் உள்ளடக்கப் படலாம்:

- பொது வைத்தியர்கள்
- விஷேட தேர்ச்சி பெற்ற வைத்தியர்கள் - ஒங்கோலொஜிஸ்ட், நியூரோலொஜிஸ்ட், சுவாச வைத்தியர்
- தாதியர்
- சக தேர்ச்சி பெற்ற மருத்துவர் - மருந்தாளர்கள், ஒக்கியூபேஷனல் தெரபிஸ்ட், பிஸியோ தெரபிஸ்ட்
- சமூக சேவையாளர்கள்
- ஆறுதல் அறிவுரையாளர்கள்
- மத ரீதியான பராமரிப்பாளர்
- தன்னார்வாளத் தொண்டர்கள்

நோயின் கடுமைத் தணிப்புப் பராமரிப்புப் பற்றி யாரிடம் கேட்டறிவது?

உங்கள் தேவைகள் பற்றி உங்களின் வைத்தியரிடமோ வழமையான பராமரிப்புக் குழுவுடனோ பேசலாம். மேலும் மலேசியாவில் செயற் படக் கூடிய நோயின் கடுமைத் தணிப்பு பராமரிப்புச் சேவை வழங்குவோரில் நீங்கள் வசிக்கும் இடத்திற்கு அருகாமையில் இயங்கும் ஒரு சேவையைத் தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

பராமரிப்பை எங்கு பெறலாம்?

உங்களுக்குத் தேவையான பராமரிப்பை:

- வீட்டிலோ
- வைத்தியசாலையிலோ
- வயோதிபர் இல்லத்திலோ
- ஒரு பேணகத்திலோ (ஹொஸ்பிஸ்), பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

வாழ்வின் தரம் மட்டுப் படுத்தப் பட்டுள்ளோரில் பலர் தமது பராமரிப்பை வீட்டிலேயே பெற விரும்புவார்கள். ஆனால் இது பல விடயங்களைப் பொறுத்துள்ளது:

- நோயின் தன்மை.
- நோயாளரின் குடும்பத்திலும் சமூகத்திலும் எந்தளவு உதவி கிடைக்கக் கூடும் என்பது.
- நோயாளரைப் பராமரிக்க யாராவது உதவிக்கு உள்ளார்களா என்பது.

எனக்கு வலி இருப்பதாயின் அதை எவ்வாறு தணிக்கலாம்?

வாழ்வின் இறுதிக் கட்டத்தில் உள்ள எல்லோருக்குமே வலி ஏற்படுவதில்லை. எனினும் ஒரு நோயாளருக்கு வலி உண்டெனில் அநேக தருணங்களில் அவ்வலி தணிக்கப் படக் கூடியது.

வெவ்வேறு விதமாக பிரயோகிக்கக் கூடிய, பல் வகையான மருந்துகள் வலியைக் கையாள உதவக் கூடியவை - மாத்திரைகள், திரவங்கள், ஊசிகள் மற்றும் பேட்ச்கள். பல்வேறு விதமான மருந்துகளையும் மருத்துவ முறைகளையும் இணைத்து தருவதன் மூலமும் வலியைக் கட்டுப் படுத்தலாம்.

உடம்பு பிடித்தல் (மஸாஜ்), ஆக்கியூபங்சர் மற்றும் அரோமா தெரபி போன்ற துணை தெரபிகளூடாகவும் வலியைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.