

## Dari manakah boleh saya mendapati lebih maklumat mengenai penjagaan paliatif?

Setiap orang berbeza dan mempunyai keperluan yang berlainan. Oleh itu, maklumat mengenai jenis dan cara mendapatkan penjagaan dan sokongan yang tersedia adalah amat penting.

[palliativecare.my](http://palliativecare.my) – Anda boleh mendapatkan maklumat dan pautan mengenai penjagaan paliatif di Malaysia dan muat turun sumber-sumber yang berikut:

**Apa yang harus dikatakan? Apa yang boleh saya lakukan? Apabila saya mengenali seseorang yang terpaksa hidup dalam keadaan yang tidak dapat disembuhkan** – strategi untuk membantu mereka yang hidup dalam keadaan yang tidak dapat disembuhkan.

**Seterusnya? Memahami kesedihan** – maklumat mengenai kesedihan dan kematian.

**Fakta mengenai morfin dan perubatan opioid lain** – Maklumat berkenaan fakta dan mitos ubat-ubatan yang digunakan di dalam penjagaan paliatif.

**Soalan yang dapat membantu** – risalah yang mengandungi senarai soalan yang mungkin ingin ditanyakan semasa berjumpa dengan pasukan penjagaan paliatif. Senarai soalan ini akan membantu anda mendapatkan maklumat mengenai penjagaan paliatif dan penyakit yang dihadapi.

**Proses kematian** - risalah yang membantu anda memahami apa yang berlaku jika seseorang melalui proses kematian.

**Rancangan penjagaan lanjut** - risalah yang boleh membimbing anda untuk membuat keputusan untuk akhir hayat.

[hospismalaysia.org](http://hospismalaysia.org) - adalah laman web Hospis Malaysia, penjagaan paliatif terkemuka di Malaysia.

[palliativecareguidelines.scot.nhs.uk/](http://palliativecareguidelines.scot.nhs.uk/) - Laman web ini menyediakan maklumat penjagaan paliatif yang disediakan untuk para profesional dan pesakit.

[malaysianoncology.org/](http://malaysianoncology.org/) - Laman web Persatuan Onkologi Malaysia menyediakan maklumat terkini serta sumber-sumber lain mengenai penyakit kanser di Malaysia.

[cancerlinkfoundation.org](http://cancerlinkfoundation.org) – Laman web Yayasan Cancerlink menyediakan maklumat dan sumber-sumber lain untuk pesakit kanser dan ahli keluarga mereka.

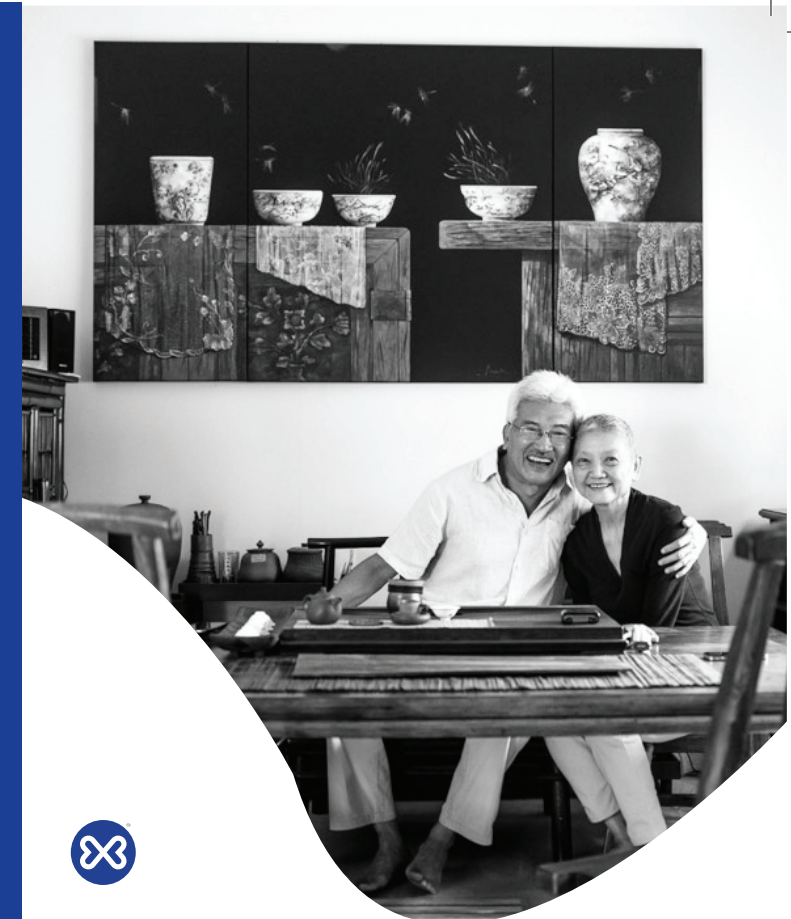
Untuk maklumat lanjut mengenai hubungan utama, sila rujuk kepada:

Laman Sesawang : [palliativecare.my](http://palliativecare.my)  
Email : [info@hospismalaysia.org](mailto:info@hospismalaysia.org)  
Tel : 603-9133 3936  
(Talian Umum Hospis Malaysia)

### Penghargaan:

Dokumen ini telah disediakan oleh Hospis Malaysia dengan maklumat yang diambil daripada "What is Palliative Care?" panduan yang disediakan oleh Paliatif Penjagaan Australia, dengan kebenaran ikhlas.

Pendapat yang dinyatakan di dalam dokumen ini tidak semestinya melalui warga Hospis Malaysia mahupun Paliatif Penjagaan Australia.



# Apakah Penjagaan Paliatif?

Dapatkan maklumat lanjut mengenai bantuan dan perkhidmatan yang tersedia di: [palliativecare.my](http://palliativecare.my)

Disediakan oleh:



Percetakan ini ditaja oleh:



YAYASAN

## Apakah jenis penjagaan yang tersedia?

Penjagaan berkualiti di akhir hayat seseorang adalah penjagaan pakar yang disesuaikan untuk seseorang dalam keadaan tidak dapat disembuhkan dan juga untuk ahli keluarga dan penjaga mereka.

Di sesetengah tempat di Malaysia, penjagaan paliatif pakar disediakan sama ada di hospital ataupun oleh perkhidmatan penjagaan paliatif kemasyarakatan.

Matlamat penjagaan ini adalah untuk meningkatkan kualiti kehidupan pesakit, ahli keluarga dan penjaga mereka dengan penyediaan penjagaan yang memahami keperluan mereka daripada aspek fizikal (termasuk pengendalian rasa sakit dan simptom lain), emosi, sosial, budaya dan rohani.

Ini adalah supaya pesakit tersebut dapat melalui hidup dengan sebaik mungkin. Bantuan juga ditawarkan kepada ahli keluarga dan penjaga pada masa tersebut dan juga selepas pesakit itu meninggal dunia.

Sebagai penerima khidmat penjagaan, kehendak pesakit daripada segi perancangan dan pengurusan keadaan mereka adalah penting. Keluarga dan penjaga juga memainkan peranan yang penting. Apabila semua memahami keadaan yang ditempuhi, melibatkan diri masing-masing dalam membuat keputusan mengenai rawatan dan bersikap terbuka dengan doktor dan profesional kesihatan yang lain, penjagaan dapat dilakukan dengan lebih berkesan.

Perancangan penjagaan merupakan proses yang amat penting untuk memastikan bahawa kehendak pesakit dari segi penjagaannya dapat dipenuhi. Pesakit harus berbincang dengan doktor tentang masa hadapan di mana mungkin terdapat perubahan dalam keperluan mereka. Penting juga untuk berbincang mengenai pelantikan seorang pembuat keputusan pengganti untuk membantu keputusan sekiranya perlu.

*Reaksi saya pada mula-mulanya ialah "kami tidak memerlukan penjagaan paliatif". Saya begitu bimbang dan takut. Perasaan itu reda sedikit apabila saya memahami bahawa penjagaan paliatif bukan semata-mata menjaga seorang yang menghidapi penyakit terminal – ia lebih tertumpu kepada bantuan dan kefahaman holistik, untuk memastikan bahawa suami saya boleh melalui kehidupannya dengan cara yang terbaik walaupun dalam masa singkat yang dimilikinya. Saya sedar kini bahawa keluarga saya tidak mungkin dapat menanganinya secara fizikal dan emosi tanpa penjagaan paliatif ini.*

## Apakah penjagaan paliatif pakar?

Pesakit biasanya akan mengalami sedikit masalah atau mungkin yang lebih kompleks apabila keadaan mereka bertambah tenat. Khidmat penjagaan paliatif pakar yang mana sekumpulan profesional pakar berusaha untuk memenuhi keperluan pesakit tersebut mungkin akan dicadangkan kepada mereka.

Kadangkala, doktor yang merawat pesakit pada masa itu mungkin juga akan mendapatkan nasihat daripada pasukan penjagaan paliatif pakar bagi pihak pesakit mereka.

## Bolehkah saya meneruskan rawatan aktif?

Boleh – rawatan yang bertujuan untuk mengubati penyakit biasanya boleh diteruskan. Tumpuan penjagaan ialah untuk mengekalkan kualiti kehidupan dan memastikan keperluan pesakit, keluarga dan penjaga mereka dipenuhi.

## Siapakah yang menyediakan penjagaan?

Penjagaan boleh disediakan oleh pelbagai profesional kesihatan, bergantung kepada:

- keperluan pesakit
- sumber dan keperluan ahli keluarga dan penjaga

Beberapa orang profesional kesihatan mungkin terlibat dan bekerjasama dalam pasukan pelbagai kemahiran. Pasukan ini mungkin terdiri daripada:

- doktor
- doktor dan jururawat penjagaan paliatif pakar
- doktor pakar – pakar onkologi, kardiologi, neurologi
- pakar sistem pernafasan
- jururawat
- profesional kesihatan bersekutu – ahli farmasi, juruterapi pekerjaan ahli fisioterapi
- pekerja sosial
- kaunselor kesedihan dan kematian
- pekerja penjagaan pastor
- sukarelawan

## Dengan siapakah boleh saya berbincang mengenai penjagaan paliatif?

Anda boleh berbincang mengenai keperluan anda dengan doktor atau pasukan penjagaan tetap anda. Anda juga boleh merujuk kepada senarai komprehensif penyedia penjagaan paliatif di Malaysia untuk pasukan yang menyediakan perkhidmatan ini di kawasan kediaman anda.

## Di manakah boleh saya memperoleh khidmat penjagaan?

Penjagaan boleh diperolehi di:

- rumah
- hospital
- rumah penjagaan warga tua
- hospis

Kebanyakan pesakit dalam keadaan tidak dapat disembuhkan biasanya lebih gemar mendapatkan penjagaan di rumah. Namun begitu, ini bergantung kepada pelbagai faktor, termasuk:

- jenis-jenis penyakit
- sokongan yang tersedia daripada keluarga dan masyarakat setempat
- sama ada pesakit mempunyai seorang penjaga untuk menjaganya.

## Sekiranya saya mengalami rasa sakit, bagaimanakah ia dapat dikurangkan?

Bukan semua dengan keadaan yang tidak dapat disembuhkan akan mengalami rasa sakit. Sekiranya pesakit ada mengalami kesakitan, pada kebiasaannya ia dapat dikurangkan.

Terdapat pelbagai jenis ubat yang tersedia untuk menguruskan rasa sakit dan ubat-ubatan ini juga datang dalam bentuk berlainan – ubat biji, cecair, suntikan, pelekat. Terdapat juga pelbagai jenis ubat dan rawatan yang boleh digabungkan untuk mengurangkan rasa sakit.

Terdapat juga terapi sampingan seperti mengurut, akupunktur atau aromaterapi yang berkesan dalam mengurangkan rasa sakit.