प्रशामक देखभाल क्या होती है?

जीवन सीमित करने वाले रोगों से ग्रस्त व्यक्तियों को अच्छी तरह से जीवन जीने में सहायता

प्रशामक देखभाल एक एकीकृत, समग्र देखभाल-दृष्टिकोण है।

यह लोगों को जीवन सीमित करने वाले रोगों के साथ रहते हुए भी उन्हें अपना जीवन एक संपूर्ण तरीके और आराम के साथ जीने में सहायता देने पर केंद्रित है।

प्रशामक देखभाल का उद्देश्य परेशान करने वाले लक्षणों को दूर करना, जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना और हरेक रोगी तथा उसके परिवार को इस बारे में निर्णय ले पाने में समर्थ बनाना है कि वह अपना शेष जीवन कैसे बिताना चाहता है।

प्रशामक देखभाल ऐसे सभी आयु-वर्गों के लोगों को समर्थन देती है जिन्हें यह बताया गया है कि वे जीवन को सीमित करने वाले किसी लाइलाज रोग से ग्रस्त हैं।

यह कैंसर, मोटर न्यूरॉन रोग, उन्नत अवस्था कि मनोभ्रंश और अंतिम-चरण के गुर्दे, हृदय या फेफड़ों के रोगों जैसी बीमारियों से पीड़ित लोगों की सहायता कर सकती है।

आपकी आवश्यकताओं के आधार पर प्रशामक देखभाल में निम्नलिखित सेवाएँ शामिल हो सकती हैं:

- आपके दर्द को दूर करने और आपके लक्षणों का प्रबंधन करने के लिए दवाइयाँ और अन्य उपचार
- आपके whanau / परिवार के सदस्यों के लिए समर्थन
- जहाँ तक संभव हो सके, घर पर आराम से रहने के लिए सहायता और उपकरण
- आपकी आध्यात्मिक, धार्मिक या सांस्कृतिक आवश्यकताओं को पूरा करने में सहायता
- नियमित रूप से स्वास्थ्यकर्मियों और अन्य देखभाल प्रदाताओं से घर पर भेंट

प्रशामक देखभाल का अर्थ अंत नहीं है

आपके रोग की अवधि में किसी भी समय प्रशामक देखभाल-दृष्टिकोण का उपयोग किया जा सकता है, न कि केवल उस समय जब आप अपने जीवन के अंतिम चरण में हों।

प्रशामक देखभाल का उपयोग करने का अर्थ यह नहीं है कि अब कोई भी आशा बाकी नहीं रह गई है, आपने जीवन जीने की इच्छा 'त्याग दी है' या आपका परिवार अब आपकी परवाह नहीं करता है।

रेडियोथेरेपी या केमोथेरेपी जैसे उपचार अक्सर जारी रखे जा सकते हैं, परंतु प्रशामक देखभाल आपको लक्षणों से राहत दिलाने और आपके जीवन की गुणवत्ता बनाए रखने पर केंद्रित होती है। संपूरक चिकित्सा-पद्धतियाँ या पारंपरिक दवाइयाँ इस समय में भी आपकी देखभाल का हिस्सा हो सकती हैं।

प्रशामक देखभाल कौन प्रदान करता है?

प्रशामक देखभाल सामान्यतः स्वास्थ्य पेशेवरों की एक टीम द्वारा प्रदान की जाती है, जिसका समन्वयन आपके सामान्य चिकित्सक या पारिवारिक चिकित्सक द्वारा किया जाता है।

यह टीम आपकी विशिष्ट आवश्यकताओं के आधार पर बनाई जाती है, और इसमें ये लोग शामिल हो सकते हैं:

- आपका सामान्य चिकित्सक
- प्रशामक देखभाल विशेषज्ञ
- नर्स
- गृह-देखभाल कर्मी
- संबद्ध स्वास्थ्य पेशेवर – जिनमें सामाजिक कार्यकर्ता, आहार विशेषज्ञ, फिजियोथेरेपिस्ट शामिल हैं
- परामर्शदाता और आध्यात्मिक समर्थन देने वाले व्यक्ति

देखभाल प्रदान करने में शामिल स्वास्थ्य पेशेवरों की टीम आपके और आपके देखभालकर्ता के साथ उस स्थान पर काम करेगी, जहाँ आप रहते/रहती या उपचार प्राप्त करते/करती हैं।

यह स्थान आपका घर या एक आवासीय देखभाल सुविधा हो सकता है।

यह स्थान एक अस्पताल या वृद्धाश्रम भी हो सकता है।

प्रशामक देखभाल के बारे में अधिक जानकारी के लिए वेबसाइट **www.healthnavigator.org.nz** पर जाएँ।

What is palliative care?

Helping people with life-limiting illness to live well

Palliative care is an integrated, holistic approach to care.

It is focused on helping people to live their lives as fully and as comfortably as possible while they are also living with life-limiting illness.

The aim of palliative care is to relieve distressing symptoms, improve quality of life and enable each patient, and their family, to make decisions about how they wish to spend the remainder of their life.

Palliative care supports people of any age who have been told that they have a life-limiting illness that cannot be cured.

It can assist people with illnesses such as cancer, motor neurone disease, advanced dementia and end-stage kidney, heart or lung disease.

Depending on your needs, palliative care may include:

- medication and other therapies to relieve your pain and manage your symptoms
- support for your whānau / family members
- assistance and equipment to enable you to live comfortably at home where possible
- help to meet your spiritual, religious or cultural needs
- regular visits from health workers and other care providers

Palliative care does not mean the end

A palliative approach to care can be used at any time in your illness, not just when you are at the end of your life. Using palliative care does not mean there is no hope, you have 'given up' or your family doesn't care.

While treatment, such as radiotherapy or chemotherapy, can often be continued the focus of care is on relieving symptoms and maintaining your quality of life. Complementary therapies or traditional medicines can still be a part of your care.

Who provides palliative care?

Care is usually provided by a team of health professionals, coordinated by your general practitioner or family doctor. The make-up of this team depends on your specific needs and may include:

- your general practitioner
- palliative care specialists
- nurses
- homecare workers
- allied health professionals – including social workers, dietitians, physiotherapists
- counsellors and pastoral support people

The team of health professionals involved in delivering care will work with you and your carer where you are living or where you receive treatment.

This may be at home or in a residential care facility.

It can also be in a hospital or hospice.

For more information about palliative care go to **www.healthnavigator.org.nz**

poi Community of Care
Auckland's Specialist Hospices

This resource was developed with Poi Project funding 2019. For review 2021. www.poiproject.co.nz