



ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ

ಪರಿವಿಡಿ

- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಎಂದರೇನು?
- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಯಾರಿಗೆ ಬೇಕು ?ನನಗೆ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಬೇಕೇ?
- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಯಾರು ಒದಗಿಸಬಹುದು?
- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು ಯಾವ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು?
- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯಬಹುದು?

• ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಎಂದರೇನು?

ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು ರೋಗಿಗಳ ಮತ್ತು ಅವರ ಕುಟುಂಬಗಳ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ರೋಗಲಕ್ಷಣದ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಹೊರತಾಗಿ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯಿಂದ ಯಾವುದೇ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಉದ್ದೇಶಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ, ರೋಗನಿರ್ಣಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ರೋಗ ನಿರ್ದೇಶಿತ ಮತ್ತು ಜೀವಿತಾವಧಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸ್ವಾಯತ್ತತೆ, ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರವೇಶ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೇಂದ್ರಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯದ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು ಆರೈಕೆಯ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾಗಿದೆ.

• ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಯಾರಿಗೆ ಬೇಕು? ನನಗೆ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಬೇಕೇ?

ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ ಯಾವುದೇ ರೋಗಿಯು ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು "ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯದ ಆರೈಕೆಯ"ತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಯಿದೆ ಆದರೆ ಅದು ನಿಜವಲ್ಲ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು ಆರಂಭಿಕ ಏಕೀಕರಣವು ಅನೇಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತೋರಿಸಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಿಗಳು ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಹೆಮಟೊಲಾಜಿಕಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ರೋಗಲಕ್ಷಣದ ಹೊರೆ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಮತ್ತು ತೀವ್ರವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಈ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸೂಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಗಳಾಗಿವೆ.

- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಯಾರು ಒದಗಿಸಬಹುದು?

ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರೋಗಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಆಂಕೊಲಾಜಿಸ್ಟ್ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಿತರಣೆಯು ಆಂಕೊಲಾಜಿಸ್ಟ್ ಜೊತೆಗೆ ಸಮನ್ವಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ವಿಶೇಷ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಬಹುಶಿಸ್ತೀಯ ವಿಧಾನದ ಅಗತ್ಯವಿರಬಹುದು. ಈ ತಂಡವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ವೈದ್ಯರು, ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ದಾದಿಯರು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಹಾಯಕ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

- ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯು ಯಾವ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು?

- ದೈಹಿಕ ಅಂಶಗಳು: ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು. ಸೂಕ್ತವಾದ ಔಷಧಿಗಳ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಇತರ ಕ್ರಮಗಳ ಮೂಲಕ ಅಂತಹ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು. ಇದು ರೋಗಿಗಳ ದೈಹಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಬೆಂಬಲದ ಮೂಲಕ ಪರಿಹರಿಸಬಹುದಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ

- ನೋವು
- ವಾಕರಿಕೆ ಮತ್ತು ವಾಂತಿ
- ಏದುಸಿರು
- ಮಲಬದ್ಧತೆ
- ಅತಿಸಾರ
- ಆಯಾಸ
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳು: ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಸೇವೆಗಳಿಂದ, ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ನೀಡುವವರ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಸಾರಿಗೆಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಮತ್ತು ಹಣಕಾಸಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು.
- ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು: ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿನಿರ್ಣಯವು ಹೆಚ್ಚಿನ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ತುಂಬಾ ತೊಂದರೆಯಾಗಬಹುದು. ಹೆಮಟೊಲಾಜಿಕಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ತೀವ್ರವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಘಟನೆಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ದುಃಖಕರವಾಗಬಹುದು. ಅನೇಕ ರೋಗಿಗಳು ಆತಂಕ, ಖಿನ್ನತೆ,

ನಿರಾಕರಣೆ ಮತ್ತು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡವು ರೋಗಿಗೆ ಅವರ ಕಾಯಿಲೆ ಮತ್ತು ಅದರ ವಿರುದ್ಧದ ಹೋರಾಟವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡದೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತ ಅಥವಾ ಸೈಕೋ-ಆಂಕೊಲಾಜಿಸ್ಟ್ ಇದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸಬಹುದು.

○ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶಗಳು: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ಅನೇಕ ರೋಗಿಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸವಾಲುಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಅರ್ಥ, ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ರೋಗಿಗಳ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು. ಸಮರ್ಪಿತ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡವು ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬಗಳೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

○ ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯದ ಆರೈಕೆ: ಮುಂದುವರಿದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದಿರುವ ಕೆಲವು ರೋಗಿಗಳು ಯಾವುದೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿರೋಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು. ಸಾವಿನ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ಅಂತಹ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ, ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡವು ಆರಾಮ ಕೇಂದ್ರಿತ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರು ಹೆಚ್ಚಿದ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳ ಹೊಸ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಆರೈಕೆದಾರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲ ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಗೃಹಾಧಾರಿತ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಸೇವೆಗಳಿವೆ. ಅಲ್ಲದೆ, 6 ತಿಂಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ-ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಬಹುಶಿಸ್ತೀಯ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡವು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಸಮಗ್ರ ಸೌಕರ್ಯ-ಆಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ರೋಗಿಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಈ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು

• ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯಬಹುದು?

ಹೆಮಟೊಲಾಜಿಕಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮುಖ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ಸಮರ್ಪಿತ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ತಂಡವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ, ಅವರು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ರೋಗಿಗೆ ಒಳರೋಗಿ ಮತ್ತು ಹೊರರೋಗಿ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಅಥವಾ ಗೃಹಾಧಾರಿತ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಸೇವೆಗಳು ಇರಬಹುದು. ಸಂಪರ್ಕ ವಿವರಗಳೊಂದಿಗೆ ವಿವಿಧ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಉಪಶಾಮಕ ಆರೈಕೆ ಸೇವೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಈ ದಸ್ತಾವೇಜಿನ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

[/https://www.palliativecare.in](https://www.palliativecare.in) ಲಿಂಕ್ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು.