How palliative care can help

If you have an incurable or terminal illness, your local palliative care service can provide you and your family with support such as:

1. A nurse calling you or visiting your home to see how you are going;
2. Help to manage any physical problems such as pain, so you are more comfortable;
3. Help to understand how some things might change – things such as taste, how much food you want to eat, your energy levels;
4. Talking to your family members if they are tired or distressed;
5. Help to talk to doctors and other health providers;
6. Help to understand all about your medications – what it is, what it does and when it should be taken;
7. Help to understand your options for treatment in Australia and helping you to choose what is best for you;
8. Arrange for you to have equipment to help you in your home, including a hospital bed, shower chair, wheelchairs etc. (a small cost may apply);
9. Arrange respite in the home for family and carers, so they have a chance to rest;
10. Help to understand where finanical help can be available, and how to access it;
11. Help to meet spiritual care needs and manage grief;
12. Help to find other services you may need.

“ਅਸਾਧ ਰੋਗ ਸੰਭਾਲ” - ਕਿਵੇਂ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਲਾਇਲਾਜ ਜਾਂ ਘਾਤਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਅਸਾਧ ਰੋਗ ਸੰਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਅਸਾਧ ਰੋਗ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ:

1. ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਫ਼ੋਨ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਰੱਖ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆ ਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛ-ਪੜਤਾਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।
2. ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਰੀਰਕ ਤਕਲੀਫ਼ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਰਦ ਆਦਿ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਰਾਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕੋ।
3. ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਅਸਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਕੁਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੂੰਹ ਦਾ ਸੁਆਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੀ ਮਾਤਰਾ, ਤੁਹਾਡੀ ਊਰਜਾ ਦਾ ਪੱਧਰ ਆਦਿਕ।
4. ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਹ ਬੇਚੈਨ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
5. ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
6. ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ – ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਿਸ ਵਾਸਤੇ ਹੈ, ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਰ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ ਲੈਣੀ ਹੈ ਆਦਿਕ।
7. ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਚੋਣਵੇਂ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁੱਕਵੇਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
8. ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹੂਲਤ ਵਾਸਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਉਪਕਰਣ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲ ਵਾਲਾ ਮੰਜਾ, ਗੁਸਲਖ਼ਾਨੇ ਲਈ ਕੁਰਸੀ, ਦੁਪਹੀਆ ਕੁਰਸੀ ਆਦਿਕ (ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਪਕਰਣਾਂ ਲਈ ਥੋੜ੍ਹੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ)।
9. ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਨੂੰ ਰਾਹਤ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ ਰਾਹਤਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਅ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਅਰਾਮ ਕਰ ਸਕਣ।
10. ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਥੋਂ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਪਹੁੰਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
11. ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਗਮ, ਸੋਗ, ਮਾਤਮ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
12. ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਲਈ ਲੋੜੀਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲੱਬਧ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।