

# জীবনকে সীমিত করে দেওয়ার মত কোন অসুস্থতা ?

## সহায়তার দরকার?

আপনি নিজেকে অথবা আপনি দেখাশোনা করেন এরকম কেউ কি জীবন সীমিত করে দেওয়ার মত কোন অসুস্থতা সামলানো সক্ষমতা করছেন? এই অসুস্থতা সংশ্লিষ্ট অথবা চিকিৎসা সার প্রভাবে হওয়া, বিচলিত করার মত শারীরিক বা মানসিক সমস্যার জন্য আপনার যদি সহায়তার দরকার হয়, তাহলে সাহায্য করার উদ্দেশ্যে বিশেষজ্ঞ প্যালিয়েটিভ কেয়ার সার্ভিসেজ (অসুস্থতা সারাফনা, কিন্তু প্রশমনকারী পরিষেবা) এখানের যোগাযোগ করুন।

- শারীরিক ক্ষয়, যেমন, ব্যথা, বমি বমি লাগা বা বমি হওয়া এবং নিঃশ্বাসের কষ্ট
- মানসিক সমস্যা, যেমন, বিষাদগ্রস্ততা এবং উদ্বেগ
- আবেগ, বিশ্বাস, বিশ্বাসবিহীনতা ও ধর্মীয় মতামত প্রকাশ করার জায়গা দেওয়ার মাধ্যমে আধ্যাত্মিক দিকের দেখাশোনা
- সামাজিক বিষয়, যেমন, আত্মীয়স্বজনের জন্য সহায়তা, সম্পর্ক সংক্রান্ত চিন্তা এবং ব্যবহারিক বিষয়

আপনার জিপি ডিস্ট্রিক্ট নার্স অথবা হাসপাতালে লেইমের সাথে কথা বললে আপনি আরও জানতে পারবেন।

## লীডস প্যালিয়েটিভ কেয়ারের ওয়েবসাইট [www.leedspalliativecare.co.uk](http://www.leedspalliativecare.co.uk)

লীডস প্যালিয়েটিভ কেয়ারের ওয়েবসাইট ও আপনার কেতখ্য ও পরামর্শ দিতে পারবে। এই ওয়েবসাইটে বিস্তারিত ভাবে বলা হয়েছে তাহলে হস্পিসের কাছ থেকে সেবা পাওয়া যায় আপনার নিজের বাড়ি বা হাসপাতালে। তবে আপনার সহায়তাও সেবা যন্ত্র করা হবে এবং আরও অনেক কিছু...

### আপনার নিজের বাড়ি এবং আউট-পেশেন্টস এর সেবা পাওয়া

অতিরিক্ত সহায়তা দেওয়ার উদ্দেশ্যে, সেইন্ট জেম্মাজ এবং হুইটফিল্ডস হস্পিসগুলির বিশেষজ্ঞ টীমগুলি আপনার জিপি ডিস্ট্রিক্ট নার্সের সাথে কাজ করে। তাছাড়াও সারসহর জুড়ে আউট-পেশেন্ট সার্ভিস (পরিষেবা) দেওয়া হয়।

### হাসপাতালে সেবা পাওয়া

আপনার অসুস্থতা এবং তার প্রভাবের বিষয়ে উপদেশ দেওয়া ও সাহায্য করার উদ্দেশ্যে, একটি বিশেষজ্ঞ টীম হাসপাতালে স্ট্রাকচার ও নার্সদের সাথে কাজ করে। বিস্তারিত তথ্যের জন্য, আপনাকে নার্সের নাম দেওয়া হয়েছে তার সাথে কথা বলবেন।

### একটা হস্পিসের কাছ থেকে সেবা পাওয়া

সেইন্ট জেম্মাজ এবং হুইটফিল্ডস হস্পিসগুলি নিচের উপায়ে আপনার সাথে সহায়তা করতে পারে

- ইন-পেশেন্ট হিসাবে বাস করা
- দিনের বেলা হস্পিসের সেবা যন্ত্র
- সমাজের মধ্যে সহায়তা
- আউট-পেশেন্ট সার্ভিস
- পরিবার/ কেয়ারারের সাথে সহায়তা
- শোকের সময় সহায়তা

এই সব পরিষেবাগুলি ন্যায়সময় দেওয়া হয়। আপনি যদি এই পরিষেবাগুলি চান, তাহলে দয়া করে আপনার জিপি ডিস্ট্রিক্ট নার্স অথবা হাসপাতালের টিমের সাথে কথা বলবেন।

এনএইচএস, এবং লীডস-এর স্বাস্থ্য ও সামাজিক সেবার প্রতিষ্ঠানগুলি এই ওয়েবসাইটে সহায়তা করে। প্যালিয়েটিভ কেয়ারের রাগীদেবতার পরিবার ও কেয়ারারদের তথ্য তথ্য সেবাও সহায়তা দেওয়ার উদ্দেশ্যে তারা যথাসাধ্য কসাই কাজ করছে।