

प्रतिरोपण देखभाल प्रदाता होना

जब आपके प्रियजनों को प्रतिरोपण की जरूरत होती है, तब समूचे परिवार के जीवन, भूमिकाओं, और जिम्मेदारियों में अकसर बदलाव आ जाता है। याद रखें, प्रतिरोपण की प्रक्रिया लघु दौड़ कम और मैराथन अधिक है। जब आप अपने प्रियजन के साथ प्रतिरोपण उपचार प्रक्रिया में से गुजरते हैं, तब यह जरूरी होता है कि आप अपना खयाल रखें ताकि आप स्वस्थ रह सकें।

निम्नलिखित के बारे में जानने के लिए आगे पढ़ें:

- देखभाल प्रदाता कौन बन सकता है
- प्रतिरोपण से पहले और बाद देखभाल प्रदाता क्या करता है
- जब आप देखभाल प्रदाता होते हैं तब खुद का खयाल कैसे रखें
- देखभाल प्रदाता बनने में आपकी मदद करने के लिए संसाधन

देखभाल प्रदाता कौन होता है?

देखभाल प्रदाता वह व्यक्ति है जो सारी प्रतिरोपण प्रक्रिया के दौरान अपने प्रियजन की सहायता और देखभाल करने के लिए उपलब्ध रहता है। एक देखभाल प्रदाता के रूप में, आप रोगी के उपचार और स्वास्थ्यलाभ में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वास्तव में, अधिकांश प्रतिरोपण केंद्रों में रोगियों के लिए प्रतिरोपण करने से पहले देखभाल प्रदाता की आवश्यकता पड़ती है।

निम्नलिखित लोग देखभाल प्रदाता बन सकते हैं:

- पति या पत्नी या सहयोगी
- वयस्क बच्चे
- भाई या बहनें
- माता-पिता
- मित्र या सहकर्मी

एक देखभाल प्रदाता के रूप में, आपसे चिकित्सीय, वित्तीय, और भावनात्मक जरूरतों में मदद करने के लिए कहा जाता है। देखभाल प्रदाता होने का काम कठिन लग सकता है। यदि आपको पता हो कि आपको क्या करना होगा तो इससे मदद मिल सकती है। प्रतिरोपण केंद्र के डॉक्टर, नर्स, और सामाजिक कार्यकर्ता अपनी भूमिका को समझने में आपकी मदद करेंगे। Be The Match® भी प्रोग्रामों और संसाधनों के माध्यम से देखभाल प्रदाताओं की मदद करता है।

प्रतिरोपण से पहले देखभाल प्रदाता क्या करता है?

जब आपका कोई प्रिय व्यक्ति प्रतिरोपण के लिए अस्पताल में प्रवेश करता है, तब आप उसके साथ सप्ताह के अधिकतर दिनों में सारे दिन, और कभी-कभी सारी रात भी बिता सकते हैं। प्रतिरोपण से भी पहले, आपके प्रियजन को कुछ अतिरिक्त मदद और सहायता की जरूरत पड़ सकती है।

चिकित्सीय देखभाल में आपके प्रियजन की सहायता करने के लिए, आप निम्नलिखित कार्य कर सकते हैं:

- अस्पताल या क्लिनिक में डॉक्टर से मुलाकातों के दौरान प्रश्नों को सुनने और उनका जवाब देने के लिए अपने प्रियजन के साथ रहें
- डॉक्टरों से उपचार के विकल्पों, परीक्षणों के परिणामों, और दवाईयों को समझाने को कहें
- सभी उपचारों को एक नोटबुक में लिखकर उन पर नजर रखें
- उपचार के लक्ष्यों को समझने के लिए अपने प्रियजन से बात करें

आर्थिक सहायता प्रदान करने के लिए आप यह कर सकते हैं:

- पता लगाएं कि बीमा क्या भुगतान करेगा और आप या आपके प्रियजन को क्या भुगतान करना होगा
- अन्य वित्तीय मदद के बारे में सामाजिक कार्यकर्ता या वित्तीय समन्वयक से पूछें
- जब से होने वाले प्रतिरोपण खर्चों के लिए भुगतान करने के लिए योजना बनाने में मदद करें
- उसके स्वास्थ्य बीमा और अन्य लाभों को सक्रिय बनाए रखने में मदद करें



भावनात्मक सहायता प्रदान करने के लिए आप यह कर सकते हैं:

- सुनने, बात करने के लिए उपलब्ध रहें या बस अपने प्रियजन के साथ रहें
- उसके सरोकारों को समझें और सरोकारों का ध्यान रखने के लिए योजना बनाने में मदद करें
- वे चीजें करने में समय बिताएं जिन्हें करना आप दोनों को पसंद है
- अपने प्रियजन के परिवार और मित्रों से संपर्क करने में मदद करें

प्रतिरोपण के बाद देखभाल प्रदाता क्या करता है?

प्रतिरोपण के बाद जिस दिन रोगी घर आता है वह आम तौर पर खुशी भरा होता है। हर किसी को घर आकर खुशी होती है। तथापि, अस्पताल की प्रतिरोपण टीम की लगातार देखभाल को छोड़ना भी भयावह हो सकता है। आपके प्रियजन को आपकी बहुत सारी मदद की जरूरत हो सकती है। कई देखभाल प्रदाताओं को लगता है कि अब उन्हें अस्पताल में निवास के दौरान से अधिक काम करना है। आप खुद को अपने जीवन के अधिक सामान्य होने के लिए तैयार महसूस कर सकते हैं, लेकिन स्वास्थ्य लाभ में लंबा समय लग सकता है।

अस्पताल छोड़ने से पहले, स्वास्थ्य देखभाल टीम आपको निम्नलिखित बातें सिखाएगी:

- घर पर अपने प्रियजन की देखभाल कैसे करें
- आपात्कालीन स्थिति हो तो क्या करें
- प्रश्नों के जवाब के लिए किस से संपर्क करें

अस्पताल से घर पहुँचने के बाद आपके सबसे जरूरी कामों में से एक है नए लक्षणों या समस्याओं की ताक में रहना और डॉक्टर को तत्काल उनकी सूचना देना। ऐसा इसलिए है क्योंकि लक्षणों की सूचना देने में विलम्ब गंभीर जटिलताएं उत्पन्न कर सकता है।

आपको यह भी करना पड़ सकता है:

- सही समय पर सही दवाईयाँ लेने में अपने प्रियजन की मदद करना
- सेंट्रल लाइन की, अगर वह अब भी लगी है तो, देखभाल करना
- उसे -- कभी-कभी अचानक -- मुलाकातों के लिए अस्पताल या क्लिनिक ले जाना
- घर को साफ रखकर तथा बच्चों और पालतू जानवरों की देखभाल करके अपने प्रियजन की रक्षा करना
- भोजन को सुरक्षित ढंग से पकाना और खाने के लिए सुरक्षित चीजों के बारे में नियमों का पालन करने में उसकी मदद करना

याद रखें, यदि आपके प्रियजन को तत्काल चिकित्सीय जरूरत पड़े तो, आपको हर समय उपलब्ध रहने की जरूरत पड़ सकती है।

क्या एक से अधिक देखभाल प्रदाता हो सकते हैं?

अधिकांश मामलों में, एक व्यक्ति मुख्य देखभाल प्रदाता होता है। कभी-कभी लोगों का एक समूह देखभाल प्रदाताओं के रूप में मिलकर काम कर सकता है। अगर आप मुख्य देखभाल प्रदाता हों, तब भी आपको अन्य लोगों को देने के लिए काम खोजने का प्रयास करना चाहिए।

जब कोई समूह देखभाल प्रदान करने की भूमिका को साझा करता है, संगठन और संचार व्यवस्था सफलता की कुंजी होते हैं। आप यह कर सकते हैं:

- मदद करने के लिए परिवार और मित्रों का एक समुदाय संगठित करें। Lotsa Helping Hands नामक एक निःशुल्क ऑनलाइन साधन lotsahelpinghands.com पर उपलब्ध है। इस निजी समूह वेब कैलेंडर के साथ, लोग देख सकते हैं कि किस मदद की कब जरूरत है, ताकि आपके जीवन को अधिक सुचारु ढंग से बिताने में मदद करने के लिए हर कोई योगदान कर सके।
- देखभाल प्रदाता टीम संगठित करें। नए विचारों के लिए, ShareTheCare.org पर जाएं।

क्या देखभाल प्रदाताओं के लिए सहायता उपलब्ध है?

जब आप अपने प्रियजन की देखभाल पर ध्यान केंद्रित करते हैं, तब आपकी अपनी जरूरतों को भुला देना आसान हो सकता है। लेकिन आपके द्वारा की जाने वाली सबसे जरूरी चीजों में से एक है खुद का खयाल रखना, जिससे आपको अपने प्रियजन की बेहतर देखभाल करने में मदद मिलेगी।

यहाँ आपके लिए कुछ सुझाव पेश हैं:

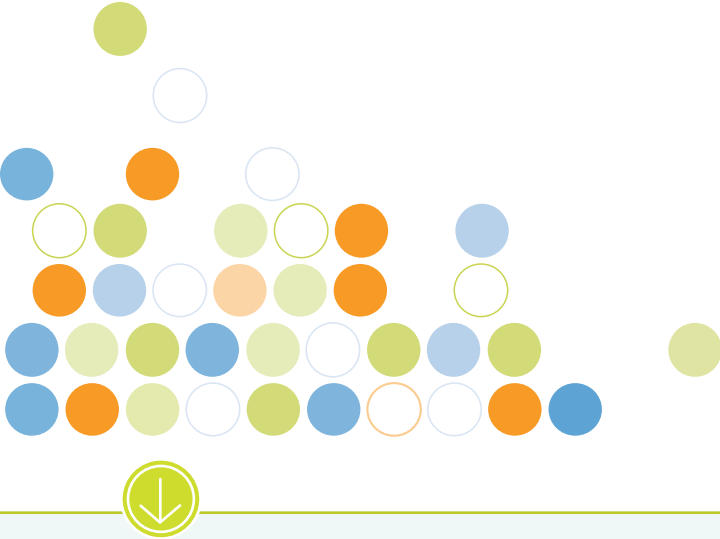
- हर रोज अपने लिए समय निकालें, चाहे वह 15 मिनट ही क्यों न हो। अपने मित्रों के साथ बातचीत करें या अपने प्रियजन से दूर कुछ शांत पल बिताकर कुछ ऐसा काम करें जिससे आपको विश्राम किया हुआ महसूस होने में मदद मिले।
- किसी ऐसे व्यक्ति की तलाश करें जिससे बात करने से आपको भावनात्मक सहायता मिल सके। यदि आप जिस व्यक्ति पर आम तौर पर भरोसा करते हैं वह प्रतिरोपण रोगी है, तो वह संभवतः इस समय उस भूमिका को नहीं निभा सकेगा। आप मित्रों या परिवार के सदस्यों, अन्य देखभाल प्रदाताओं, या सहायता समूहों से सहायता ले सकते हैं।
- जो चीज जरूरी है उसी पर ध्यान दें। आप हर काम नहीं कर सकते हैं। अपनी ऊर्जा को आपके और आपके प्रियजन के लिए वाकई महत्वपूर्ण चीजों के लिए बचाएं।
- मदद माँगें। उन मित्रों और परिवार के सदस्यों को अपने कुछ दैनिक और साप्ताहिक काम देने को तैयार रहें जो मदद करना चाहते हैं।
- कोई ऐसा काम करें जो आपको पसंद है। कोई ऐसी चीज चुनें जो आपको अपने जीवन के उन हिस्सों की याद दिलाती है जिन्हें आप देखभाल प्रदान करने पर ध्यान देते समय टाल सकते हैं।
- आप जो काम कर रहे हैं उसके लिए खुद को श्रेय दें। कभी-कभी लोग रोगी पर ध्यान केंद्रित कर लेते हैं और आपके द्वारा की जा रही हर चीज को भूल जाते हैं।

देखभाल प्रदाताओं के लिए निःशुल्क संसाधन

Be The Match आपके स्वास्थ्य का खयाल रखने में आपकी मदद करने के लिए कई निःशुल्क संसाधनों की पेशकश करता है, ताकि आप अपने प्रियजन के लिए अधिक प्रभावी समर्थक बन सकें।

नीचे सूचीबद्ध प्रोग्रामों में से किसी के भी बारे में अधिक जानकारी के लिए 1 (888) 999-6743 पर कॉल करें या patientinfo@nmdp.org पर ईमेल करें।

- रोगी सेवा समन्वयक प्रश्नों का उत्तर देकर, संसाधनों को साझा करके, और सहायता प्रदान करके व्यक्तिगत पेशेवर मार्गदर्शन और शिक्षा प्रदान करते हैं।
- पीयर कनेक्ट प्रोग्राम (Peer Connect Program) देखभाल प्रदाताओं को एक दूसरे को फोन पर या ईमेल के माध्यम से सहायता और मार्गदर्शन प्रदान करने के लिए अन्य देखभाल प्रदाताओं के संपर्क में लाता है।
- केयरगिवर्स कम्पेनियन प्रोग्राम (Caregiver's Companion Program) और पैरेंट्स कम्पेनियन प्रोग्राम (Parent's Companion Program) भावनात्मक और शारीरिक तनाव का प्रबंधन करने में आपकी मदद करने के लिए एक उपयोगी टूलकिट को प्रशिक्षक की वैयक्तिकृत, गोपनीय टेलीफोन सहायता के साथ संयोजित करते हैं। ये प्रोग्राम प्रतिरोपण रोगी की देखभाल करने वाले देखभाल प्रदाताओं और प्रतिरोपण के दौरान या बाद में बच्चे की देखभाल करने वाले माता-पिताओं के लिए हैं।



हर कदम पर, हम मदद करने के लिए मौजूद हैं

जब आप प्रतिरोपण की प्रक्रिया से गुजरते हैं, तब आप अकेले नहीं हैं। Be The Match® मदद करने के लिए तैयार है। प्रतिरोपण के पहले, दौरान और बाद आप, आपके देखभाल प्रदाताओं और परिवार के सदस्यों की सहायता के लिए हम कई निःशुल्क प्रोग्रामों और संसाधनों की पेशकश करते हैं। हमसे उस तरीके से जुड़ें जो आपके लिए सबसे उपयुक्त है।

सीखें: BeTheMatch.org/patient

ईमेल करें: patientinfo@nmdp.org

ऑर्डर करें: BeTheMatch.org/request

कॉल करें: 1 (888) 999-6743

हमारे प्रोग्राम और संसाधन स्पैनिश द्विभाषी स्टाफ सहित, 11 भाषाओं में सहायता की पेशकश करते हैं, और अनुवाद 100 से अधिक भाषाओं में उपलब्ध है।

देखें: BeTheMatch.org/translations



हर व्यक्ति की चिकित्सीय परिस्थिति, प्रतिरोपण अनुभव और स्वास्थ्य-लाभ अद्वितीय होता है। आपको अपनी परिस्थिति के संबंध में हमेशा अपनी खुद की प्रतिरोपण टीम या फैमिली डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए। इस जानकारी का उद्देश्य डॉक्टर के चिकित्सीय निर्णय या सलाह का स्थान लेना नहीं है, और इसे ऐसा नहीं करना चाहिए।