کے مسائل، بے چینی، فریب نظر اور ڈپریشن وقت کے ساتھ ساتھ بڑھتا رہتا ہے۔ آپ مریض کے ساتھ کتنے بھی وفادار اور مخلص کیوں نہ ہوں مگر آپکو بھی بعض اوقات مریض کی دیکھ بھال سے تھوڑے وقفے کے لیے چھٹی لینا ضروری ہو جاتا ہے۔

کیا مجھے مریض کی دیکھ بھال میں کچھ مدد مل سکتی ہے ؟

ہر کمیونٹی میں کچھ ایسے وسائل اور ذرائع ہوتے ہیں جن سے مزید مدد لی جاسکتی ہے۔ مثلا

- ☆ ڈے کیئر سینٹر
- ☆ گورنمنٹ کمیونٹی کیئر پروگرام
- ☆ تیار شدہ کھانا فراہم کرنے کی سروس
- ☆ مختصر عرصے کے لیے ریہیبلیٹیشن پروگرام

مندرجہ بالا تجاویز معلومات عامہ کے لیے فراہم کی جاتی ہیں ان پر عمل کرنے سے پہلے اپنے معالج سے مشورہ کرنا ضروری ہے۔

جملہ حقوق طباعت محفوظ ہیں تاہم بغیر کسی ترمیم کے فوٹو کاپی کی اجازت ہے۔ یہ بروشرز مندرجہ ذیل ویب سائٹ پر بھی دستیاب ہیں۔

www.pdprogram.org

Dr. A.Q. Rana. M.D.

FRCPC(Canada),FRCP-Hon (U.K)

Neurologist

World Parkinson's Program

Toronto, Canada

ورلڈ پارکنسنز پروگرام کا مشن پارکنسن کی بیماری سے متعلق صحیح اور مکمل معلومات فراہم کرنا ہے۔ اس پروگرام کے بانی کینیڈا کے نیورالوجسٹ ڈاکٹر عبدالقیوم رانا ہیں۔ اس پروگرام کی شاخیں دنیا کے مختلف ممالک میں موجود ہیں۔ مزید معلومات کے لیے آپ مندرجہ ذیل ویب سائٹ بھی دیکھ سکتے ہیں۔

www.pdprogram.org.

هوالشافی

﴿3﴾

آپکے سوالات اور ہمارے جوابات

پارکنسن کی بیماری کے مریض کی دیکھ بھال

(اردو)

Urdu

Caregiving in Parkinson's

Dr. Abdul Qayyum Rana, Neurologist

پروفیسر ڈاکٹر عبدالقیوم رانا

ایم ڈی (امریکہ) ایف آر سی پی سی (کینیڈا) ایف آر سی پی اعزازی (برطانیہ)

نیورالوجسٹ

ورلڈ پارکنسنز پروگرام، ٹورانٹو، کینیڈا

www.pdprogram.org

World Parkinson's Program

Toronto, Canada

پارکنسن کا مرض اوراس کی دیکھ بھال

پارکنسن کی بیماری کے مریض کی دیکھ بھال کرنا ایک بڑی آزمائش اور چیلنج ہے۔ مریض کی دیکھ بھال کرنے کے لیے آپکو اپنی زندگی کے روزمرہ اموراور روٹین میں تبدیلیاں کرنی پڑتی ہیں۔ اورجیسے جیسے مریض کی بیماری بڑھتی ہے۔ اسی طرح آپکی ذمہ داری میں بھی اضافہ ہوتا جاتا ہے۔

پارکنسن کی بیماری کے مریض کی دیکھ بھال کرنے والے کی کیا کیا ذمہ داریاں ہیں؟

مریض کو مشکل حالات میں سہارا دینے اوراس کی زندگی کی تمام آزمائشوں میں پورااترنے کے لیے اس کا حوصلہ بلند کرتے رہنا بہت ضروری ہے۔ پارکنسن کی بیماری کے مریض کو خودمختارانہ زندگی گزارنے کے لیے آپکے سہارے کی اشد ضرورت ہوتی ہے۔

حالانکہ پارکنسن کی بیماری ایک دائمی مرض ہے جو وقت کے ساتھ ساتھ بڑھتا رہتا ہے لیکن اس کی علامات کو علاج کے ذریعے بہتر بنانا ممکن ہے۔

مریض کے لیے ابتداء میں کیا کرنے کی ضرورت ہے؟

بیماری کی ابتداء میں بھی مریض کی حوصلہ افزائی بہت اہم ہے۔ مگر جیسے جیسے بیماری بڑھتی جاتی ہے۔ مریض کو جذباتی سہارے کے ساتھ ساتھ جسمانی سہارے کی ضرورت بھی پڑتی ہے۔

مریض کا علاج معالجہ کرنے والی ٹیم کی معاونت کیسے کی جاسکتی ہے؟

مریض کی نگہداشت کرنے والا مریض کے علاج میں بہت اہم کردار ادا کرتا ہے۔ کیونکہ مریض کے ساتھ رہتے ہوئے وہ بیماری کی علامات پر نظر رکھ سکتا ہے اوراس کا رابطہ مریض کا علاج کرنے والی ٹیم کے ساتھ مستقل بنیادوں پر ہوتا ہے۔ اسے مریض کی کیفیت اوراس کی علامات میں تبدیلی یا افاقہ معلوم ہوتا رہتا ہے۔ یہ باتیں مریض کے معالج تک پہنچانا بہت ضروری ہے۔

کیا میں مریض کی ادویات دینے میں بھی مددگار ہوسکتا/سکتی ہوں؟

جی ہاں! بنیادی نگہداشت کرنے والی/والا مریض کی ادویات دینے میں بھی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ دوائیوں کے درست استعمال اوران کے مضراثرات پر کڑی نظر رکھنا بہت اہم ہے۔ اس کے علاوہ اس بات کا خیال رکھنا کہ مریض روزانہ مقررہ وقت پر دوا لے رہا ہو۔ یہ آپکی ذمہ داری ہے کہ مریض دوائی کی کوئی خوراک لینا نہ بھولے اس لئے مریض کو دوا لینے کے اوقات یاد کرادینا بہت مفید ہے۔

میں کن کن باتوں کا خیال رکھوں؟

آپ کو مریض کے رویے پر بھی نظر رکھنی چاہیے۔ اگر آپ کو محسوس ہو کہ مریض الگ تھلگ رہنے لگا ہے یا ڈپریشن کا شکار ہو رہا ہے تو اس کو مختلف مشغلوں میں مصروف کرنے کی کوشش کریں تا کہ وہ خوش وخرم رہے۔

بعض اوقات تو ایسا لگتا ہے کہ اس آزمائش پر پورا اترنا میرے لیے ناممکن ہے؟

بطور نگہداشت کرنے والے/والی کے لیے یہ آزمائش ایک مشکل مرحلہ ہے۔ پارکنسن کی بیماری میں حافظے