



www.carerhelp.com.au

العربية | Arabic

الشروع في العمل - رعاية شخص مريض بمرض خطير ولن يتحسن

غالبًا ما يسأل الأطباء والممرضات "من هو مقدم الرعاية الرئيسي؟" حتى يتمكنوا من التحدث مع شخص واحد فقط في العائلة من أجل:

- تقديم معلومات حول أحد أفراد عائلتك أو صديقك
 - طلب المساعدة في اتخاذ القرارات المتعلقة برعاية الشخص
 - عرض تقديم الدعم
- في أستراليا، هناك العديد من الخدمات التي تساعدك في رعاية أحد أفراد أسرته أو صديقك. إليك أيضًا بعض المساعدة المالية التي قد تتمكن من الوصول إليها.

ماذا يفعل مقدمو الرعاية عندما يكون شخص ما مريضًا بمرض خطير؟

قد يكون من الصعب رعاية شخص ما لأن صحته تزداد

تغطي ورقة الحقائق هذه بعض المعلومات الأساسية لمساعدتك على البدء بما في ذلك:

- ماذا يعني أن تكون مقدم رعاية؟
- ما الذي قد أشعر به حيال كوني مقدم رعاية؟
- ما هو أفضل مكان ليعيش فيه أفراد عائلتي؟
- ما هي الخدمات المتوفرة للمساعدة؟
- التحدث إلى المهنيين الصحيين

هل أنا مقدم رعاية؟

من المفيد أن تعرف أنه في أستراليا يُطلق عليك اسم "مقدم الرعاية" إذا كنت الشخص الرئيسي المعني بمساعدة صديقك المريض أو أحد أفراد أسرته. يمتلك "مقدم الرعاية" أيضًا حقوقًا وامتيازات، مثل المدفوعات المالية، لذلك من المفيد تعريف نفسك كمقدم رعاية.



- قد تشعر بالإحباط أو الغضب أو حتى بالذنب. لا توجد طريقة صحيحة أو خاطئة للشعور وأنت تمر في هذه التجربة الصعبة للغاية. ومع ذلك، من المهم جدًا أن يكون لديك أشخاص تتحدث معهم حول ما تشعر به. لا بأس في طلب المساعدة وهناك العديد من الخدمات المتاحة للمساعدة في دور الرعاية وأيضًا لدعمك عاطفياً. لا بأس في مشاركة دور الرعاية مع أفراد الأسرة الآخرين. غالبًا ما يكون مفرط بالنسبة لشخص واحد فقط.

ما هو أفضل مكان ليتواجد فيه أحد أفراد عائلتي أو صديقي؟

يرغب معظم الناس في الحصول على الرعاية في المنزل. ليس هذا ممكنًا دائمًا. من أجل البقاء في المنزل، سيحتاج أحد أفراد أسرتك أو صديقك إلى شخص يعيش معهم ويقدم الرعاية. قد يكون من الصعب جدًا تحديد ما إذا كان بإمكانك أو ينبغي عليك رعاية الشخص في المنزل. لمساعدتك في اتخاذ هذا القرار، قد ترغب في التحدث إلى طبيب الشخص والتفكير فيما يلي:

- صحتك وعافيتك
- إذا كان هناك أشخاص أو خدمات يمكنها مساعدتك في تقديم الرعاية في المنزل
- ما إذا كان منزلك مُجهزًا بطريقة لا يزال بإمكان الشخص التنقل حولها (مثل المشي إلى المرحاض بسهولة من سرير، أو عدم وجود سلالم، أو مساحة لأي معدات قد يحتاجها الشخص)
- إذا كان لدى الشخص أي أعراض يصعب إدارتها في المنزل
- تفضيلات الشخص الذي تقوم برعايته بالإضافة إلى تفضيلاتك الخاصة

سوءًا، وستحتاج إلى بذل المزيد من الجهد من أجله. غالبًا ما يحتاج الشخص الذي تقوم على رعايته إلى الكثير من المساعدة في غسل نفسه، واستخدام المرحاض، وإعداد الطعام والتغذية، وإدارة الأدوية والمواعيد. يمكن أيضًا أن يكون هناك المزيد من النماذج لإكمال المهام الإدارية لتوليها لتنظيم شؤونهم. قد يعاني الشخص الذي تقوم على رعايته أيضًا من أعراض أخرى مثل الشعور بالارتباك أو الإرهاق الشديد أو الانفعال، والتي قد يصعب إدارتها.

قد يكون من الصعب رعاية شخص مصاب بمرض خطير ومن المهم أن تحصل على الدعم وأن تشارك الآخرين واجبات الرعاية إن أمكن.

ما الذي قد أشعر به حيال كوني مقدم رعاية؟

يجد الكثير من الناس أنه من المجدي تقديم الرعاية لأفراد أسرهم ويشعر البعض أنهم يطورون علاقة أوثق معهم. ومع ذلك، فإن الاهتمام بشخص ما في نهاية العمر يمكن أن يكون أيضًا متطلبًا ومزعجًا للغاية في بعض الأحيان. سيكون لكل شخص استجابته العاطفية الفريدة.

- قد تشعر بالإرهاق من مسؤولية رعاية أحد أفراد عائلتك أو أصدقائك.
- قد تشعر أنك تفتقر إلى الاختيار فيما يتعلق بمسؤوليات الرعاية الخاصة بك وتشعر أنك ملزم برعاية الشخص.
- قد تشعر بالحزن أو الحزن الشديد عندما تدرك أنهم قد يتوفون نتيجة مرضهم. ولكن أيضًا الحزن على الخسائر الأخرى التي تنتج عن مرض الشخص مثل فقدان المستقبل معًا أو فقدان العلاقة.
- قد تشعر بالقلق بشأن ما إذا كان بإمكانك التأقلم أو بشأن ما سيحدث في المستقبل.

في بعض الأحيان، سيوصي فريق الرعاية الصحية بأن يقضي الشخص فترة قصيرة في المستشفى لمنحك فترة راحة أو لإجراء تغييرات على الأدوية. في بعض الأحيان قد تخطط لرعاية الشخص في المنزل ولا ينجح الأمر. تذكر أن هذا ليس خطأ أحد ولكن قد يكون ضروريًا لتلقي أفضل رعاية.

ما هي الخدمات التي قد تكون قادرة على تقديم المساعدة؟

هناك الكثير من الخدمات التي تساعدك على رعاية الشخص المصاب بمرض خطير. أولاً، هناك طبيب الأسرة (الممارس العام) الذي يجب أن يكون قادرًا على مساعدتك في العثور على الدعم.

هناك أيضًا المتخصصون الصحيون المشاركون في علاج مرض معين، عادةً في المستشفى. في هذا الوقت، قد يتم أيضًا تقديم الرعاية التلطيفية إلى الشخص الذي تقوم على رعايته. الرعاية التلطيفية شاملة وتركز على تحسين الأعراض ونوعية الحياة وضمان راحة الشخص قدر الإمكان. كما تدعم الرعاية التلطيفية الأسرة.

في بعض الأحيان، سيتمكن الشخص الذي تقوم على رعايته من الوصول إلى الدعم في المنزل. قد يكون هذا من خلال الخدمة المنزلية للرعاية التلطيفية، من خلال ممرضات المجتمع المحلي، أو قد يكون الشخص مؤهلاً للحصول على الدعم المنزلي من خلال نظام My Aged Care (هاتف: 1800 200 422).

Carer Gateway (هاتف: 1800 422 737) هي خدمة وطنية أخرى يمكنها توفير خيارات الدعم لمقدمي الرعاية.



يوجد عاملين اجتماعيين في جميع المستشفيات يمكنهم المساعدة في ربطك بخدمات الرعاية المنزلية ومساعدتك أيضًا في إكمال النماذج للوصول إلى الخدمات أو المدفوعات المالية.

يمكنك طلب مترجم فوري لأي اجتماعات في المستشفى و استخدام الخدمة الوطنية للترجمة التحريرية والفورية (هاتف: 131 450) لأي مكالمات هاتفية.

التحدث إلى المهنيين الصحيين

في أستراليا، يتم تشجيع المرضى وأسرهم على أن يكونوا منفتحين للغاية وصادقين بشأن ما يريدون ويحتاجون إليه من فريق الرعاية الصحية. نشجعك على طرح الأسئلة وإعلام الناس إذا كنت لا تفهم عليهم. يشعر الأطباء والممرضات بالراحة عند التحدث عن أي مواضيع تتعلق بالمرض والرعاية. إنهم موجودون لتزويدك بالمعلومات والدعم.

تتكون أستراليا من أشخاص من ثقافات ودول عديدة، ونحن نشجعك على إخبار فريق الرعاية الصحية بأي احتياجات ثقافية قد تكون لديك فيما يتعلق برعاية الشخص.

الأمر متروك لك وللشخص الذي تقوم برعايته لتقرير مقدار المعلومات المناسبة لك. يرغب معظم الناس في أستراليا في معرفة ما إذا كانوا يحتضرون وإلى متى سيعيشوا. يريدون التحدث عما إذا كانوا يفضلون المزيد من العلاج أو ما إذا كانوا يريدون التركيز على الراحة وإدارة الأعراض فقط. في حين أنه قد يكون من غير المريح التحدث عن ذلك، إلا أنه قد يكون من المفيد أن يكون لديك فهم واضح لما قد يحدث على الأرجح حتى تتمكن من وضع الخطط والتركيز على مساعدة الشخص على أن يعيش في أفضل حالاته. سيتعين عليك أنت والشخص الذي تقوم برعايته تحديد كمية المعلومات التي تشعر بالراحة تجاهها.