Boluntaryong tulong

Ang pag-aalaga sa isang taong hindi na maaaring malunasan ay nakakapagod sa katawan at sa emosyon. Ang ating mga sinanay na boluntaryo ay maaaring makapagbigay ng pahinga sa mga tagapag-alaga sa pamamagitan ng pagdudulot ng praktikal na tulong at emosyonal na suporta.

Paano kung may natatangi kayong pangangailangan sa kultura/wika?

Sinisikap ng pangkat ng mga tagapag-alagang pampakalma na maging maingat tungkol sa inyong kultura at wika. Sabihin po sa amin kung kayo ay mayroong natatanging pangangailangan sa kultura katulad ng pagkain, pangangailangang ispiritwal at pag-aalaga ng isang taong kaiba ang kasarian. Sabihin sa amin kung kailangan ninyo ang tulong ng isang interpreter. Ang mga serbisyo ng interpreter ay walang bayad at kompidensyal.

Health Care Interpreter Service
(Serbisyo ng Interpreter sa Pagkakaalaga ng Kalusugan)
Mayroong isang walang bayad at kompidensyal na serbisyo ng interpreter sa 24 oras bawat araw ng buong linggo. Hingin sa kawani na magsaayos ng isang interpreter para sa inyo. Mayroon ding makukuhang mga AUSLAN interpreter.
Tawagan ang teleponong (02) 9840 3456.

Kanino makakahingi ng tulong o impormasyon

- Ang inyong Doktor sa Familya o palagiang doktor
- Ang Espesyalistang nanggagamot sa inyo
- Ang inyong pinakamalapit na ospital
- Ang nagbibigay ng pag-aalagang pampakalma sa inyo

Para sa anumang mga katanungan, tawagan ang

1800 013 101

mula ika-9nu hanggang 4:30nh kung kayo ay nakatira sa Penrith o sa rehiyon ng Blue Mountains

o **(02) 4560 5714**

mula ika-9nu hanggang 12:30nh at 1:30nh hanggang 4:30nh kung kayo ay nakatira sa rehiyon ng Hawkesbury.

The production of this pamphlet has been supported by a grant from NSW Health.

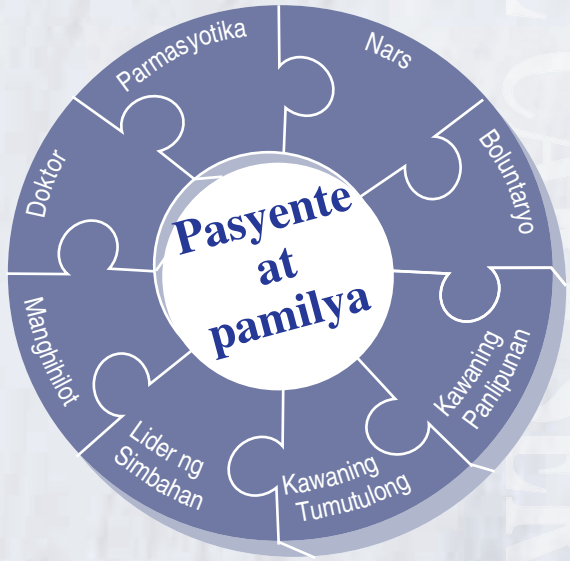
The design concept of this pamphlet is courtesy of the Palliative Care Council of South Australia, Palliative Care Victoria and Palliative Care Australia.

WAHS 307 March 2004

Pag-aalagang Pampakalma

Nagtataguyod ng ng Ginhawa at Kaluwagan

Pag-aalaga sa isang mahal sa buhay na may sakit na kanyang ikamamatay



Wentworth Area Health Service

PALLIATIVE CARE SERVICES

Ano ang pag-aalagang pampakalma?

Ang Pag-aalagang Pampakalma ay pansuporta sa mga taong nahihirapan sa isang hindi nalulunasang sakit.

Ang layunin ng pag-aalagang pampakalma ay upang mabigyan ang bawa't tao ng posibleng pinakamagandang kalidad ng buhay. Ginagawa namin nito sa pamamagitan ng pag-aayos at pagbibigay ng ilang mga serbisyo sang-ayon sa mga pangangailangan ng pasyente at ng tagapag-alaga.

Maaaring maibigay ang isang hanay ng mga serbisyo, kasama na ang pisikal, emosyonal, sosyal at ispiritwal.

Saan?

Hangga't maaari, ang pag-aalagang pampakalma ay ibinibigay kung saan gustong gawin ng pasyente. Ito ay maaaring gawin sa:

- bahay mismo ng pasyente
- bahay ng tagapag-alaga
- mga ospital ng Napean, Hawkesbury, Blue Mountains o Springwood o saan mang nursing home o hostel.

Ang mga miyembro ng pamilya, kamag-anak at mga kaibigan ay ang karamihang mga tagapag-alaga. Ang propesyonal na tulong ay maaaring manggagaling mula sa inyong doktor at ang isang pangkat ng mga nagdudulot ng tagapag-alagang pampakalma.

Ang pag-aalagang pampakalma ay gawain ng isang pangkat:

- Ang pasyente at pamilya at ang nag-aalaga
- Ang nars
- Ang boluntaryo
- Ang kasama sa tirahan na kawaning pansuporta
- Ang pastor/pari o lider ng simbahan
- Ang tagapayo sa pagdadalamhati
- Iba pang kawaning pangkalusugan kasama na ang kawaning panlipunan, tagahilot, pantrabahong manghihilot, parmasyotika
- Pangkalahatang doktor
- Espesyalistang doktor sa pag-aalagang pampakalma
- Iba pang mga espesyalistang manggagamot

Kung ako ay may nadaramang kirot, maaari ba itong mabawasan?

Karamihan sa lahat ng kaso, maaaring mabawasan o maalis ang kirot sa pamamagitan ng paggamit ng isang hanay ng mga panggamot at iba pang mga panlunas katulad ng radyoterapya, pagpapayo, pagpapahinga, meditasyon o iba pang paraang nababagay sa inyo.

Marami na ang nangyaring pag-unlad sa pamamahala ng kirot kasama na ang mga uri ng paggamot at ang paraan ng paggamit nito. Ang inyong doktor at ang tagapagdulot sa inyo ng mga serbisyong pag-aalagang pampakalma ay maaaring makapagbibigay sa inyo ng marami pang impormasyon tungkol dito.

Maaari ba akong nakatira sa bahay hanggang sa huling araw ko?

Gagawin lahat ng makakaya ng mga tagapagdulot ng serbisyong pag-aalagang pampakalma upang masuportahan kayo at ang inyong tagapag-alaga saan mang lugar na gustuhin ninyo. Kadalasan iyon ay sa inyong bahay.

Kung minsan, ang kabigatan ng pag-aalaga na kinakailangang maibigay sa isang pasyente ay maaaring nakakapagod sa tagapag-alaga. Sa ganitong kaso, maaaring ipasok ang pasyente sa alinmang ospital sa Penrith, Blue Mountains, o sa rehiyon ng Hawkesbury. Sa ganitong paraan, ang pag-aalaga ay maibibigay ng malapitan sa inyong tirahan.

TAGALOG