

## Αν δεν μιλάω καλά Αγγλικά, τι γίνεται;

Η ομάδα καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων είναι ευαίσθητη στον πολιτισμό και στη γλώσσα σας. Μη διστάσετε να ζητήσετε διερμηνέα. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε επίσημο διερμηνέα ή μέλος της οικογένειας.

## Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;

Κάθε άτομο είναι διαφορετικό και έχει διαφορετικές ανάγκες. Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ποια φροντίδα και υποστήριξη διατίθεται και πώς να τη λάβετε.

[www.palliativecare.org.au](http://www.palliativecare.org.au) είναι ο ιστοσελίδα της υπηρεσίας Καταπραϋντική Φροντίδα Ανιάτων Αυστραλίας. Εδώ μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες και διασυνδέσεις για την καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων και τις παρακάτω ενημερωτικές πηγές:

**Εθνικός Κατάλογος Υπηρεσιών Καταπραϋντική Φροντίδα Ανιάτων** – ένας κατάλογος στο διαδίκτυο που μπορείτε να ψάξετε για υπηρεσίες καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων και για υπηρεσίες που αφορούν το τέλος της ζωής σε ολόκληρη την Αυστραλία.

**Στοιχεία για τη μορφή και άλλα οπιούχα φάρμακα** - πληροφορίες για τα πραγματικά στοιχεία και τους μύθους σχετικά με τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται στην καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων.

**Κάνοντας ερωτήσεις μπορεί να σας βοηθήσει** – Ένα βοήθημα για άτομα που βλέπουν ομάδα καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων – φυλλάδιο για να σας βοηθήσει να πάρετε τις απαντήσεις που χρειάζεστε για τις απορίες σας.



## Χρήσιμα τηλέφωνα

Εθνικός αριθμός καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων: 1800 660 055

**Palliative Care Australia**

**t:** 02 6232 4433

**e:** [pcainc@palliativecare.org.au](mailto:pcainc@palliativecare.org.au)

**w:** [www.palliativecare.org.au](http://www.palliativecare.org.au)

**ACT Palliative Care Society**

**t:** 02 6273 9606

**e:** [office@pallcareact.org.au](mailto:office@pallcareact.org.au)

**w:** [www.pallcareact.org.au](http://www.pallcareact.org.au)

**Palliative Care New South Wales**

**t:** 02 9206 2094 /

0403 669 491

**e:** [info@palliativecarensw.org.au](mailto:info@palliativecarensw.org.au)

**w:** [www.palliativecarensw.org.au](http://www.palliativecarensw.org.au)

**Palliative Care Northern Territory**

**e:** [pcnt@palliativecare.org.au](mailto:pcnt@palliativecare.org.au)

**w:** [www.nt.palliativecare.org.au](http://www.nt.palliativecare.org.au)

**Palliative Care Queensland**

**t:** 07 3633 0096

**e:** [enquiries@palliativecareqld.org.au](mailto:enquiries@palliativecareqld.org.au)

**w:** [www.palliativecareqld.org.au](http://www.palliativecareqld.org.au)

**Palliative Care Council of South Australia**

**t:** 08 8291 4137

**e:** [pallcare@pallcare.asn.au](mailto:pallcare@pallcare.asn.au)

**w:** [www.pallcare.asn.au](http://www.pallcare.asn.au)

**Tasmanian Association for Hospice and Palliative Care**

**t:** 03 6285 2514

**e:** [tahpc@intrepidonline.com.au](mailto:tahpc@intrepidonline.com.au)

**w:** [www.tas.palliativecare.org.au](http://www.tas.palliativecare.org.au)

**Palliative Care Victoria**

**t:** 03 9662 9644

**e:** [info@pallcarevic.asn.au](mailto:info@pallcarevic.asn.au)

**w:** [www.pallcarevic.asn.au](http://www.pallcarevic.asn.au)

**Palliative Care Western Australia**

**t:** 1300 551 704 /

08 9382 9367

**e:** [pcwainc@palliativecarewa.asn.au](mailto:pcwainc@palliativecarewa.asn.au)

**w:** [www.palliativecarewa.asn.au](http://www.palliativecarewa.asn.au)



Αυτή η πρωτοβουλία στηρίχθηκε από το Υπουργείο Υγείας και Φροντίδας Ηλικιωμένων της Αυστραλιανής Κυβέρνησης.

GREY 19215

National Community Education Initiative



# Τι είναι καταπραϋντική φροντίδα ανιάτων

What is Palliative Care?

Greek



Palliative  
Care  
Australia

## Τι είδους φροντίδα διατίθεται;

Η ποιοτική φροντίδα στο τέλος της ζωής είναι εξειδικευμένη φροντίδα και υποστήριξη που αναγνωρίζει τις ειδικές ανάγκες ενός ατόμου που έχει ανίατη ασθένεια και τις ανάγκες της οικογένειας και των φροντιστών του.

Την περίθαλψη των περισσότερων ανθρώπων με ανίατη ασθένεια την αναλαμβάνει ο οικογενειακός γιατρός τους και οι κοινοτικές νοσοκόμες. Αυτοί οι επαγγελματίες υγείας υποστηρίζονται από εξειδικευμένες υπηρεσίες καταπραϊντική φροντίδα ανιάτων για να εξασφαλίσουν ότι όλοι οι άνθρωποι λαβαίνουν την καλύτερη ποιοτική περίθαλψη για την κάλυψη των αναγκών τους.

Στόχος είναι να βελτιωθεί η ποιότητα ζωής των ασθενών, των οικογενειών και των φροντιστών τους με την παροχή φροντίδας που καλύπτει τις πολλές ανάγκες που έχουν οι ασθενείς, οι οικογένειες και οι φροντιστές:

- σωματικές (συμπεριλαμβανομένης της αντιμετώπισης του πόνου και άλλων συμπτωμάτων)
- συναισθηματικές
- κοινωνικές
- πολιτισμικές
- πνευματικές.

Στόχος είναι να βοηθηθεί το άτομο να ζήσει όσο το δυνατόν καλύτερα. Προσφέρεται επίσης υποστήριξη για να βοηθηθεί η οικογένεια και οι φροντιστές για να ανταπεξέλθουν κατά τη διάρκεια της ασθένειας του ασθενή και στο πένθος.

Ως άτομο που λαβαίνει φροντίδα, ο ασθενής είναι σημαντικός συνεργάτης στον προγραμματισμό της φροντίδας του και στη διαχείριση της πάθησής του. Η οικογένεια και οι φροντιστές έχουν επίσης έναν σημαντικό ρόλο σ' αυτόν τον τομέα. Όταν οι άνθρωποι είναι καλά ενημερωμένοι, συμμετέχουν στις αποφάσεις για τη θεραπεία και επικοινωνούν ανοιχτά με τους γιατρούς τους και άλλους επαγγελματίες υγείας και βοηθούν να καταστήσουν τη φροντίδα τους όσο γίνεται πιο αποτελεσματική.

Ο προγραμματισμός της φροντίδας είναι μια σημαντική διαδικασία για να εξασφαλιστεί ότι καλύπτονται οι επιθυμίες του ασθενή, σε σχέση με τη φροντίδα. Οι ασθενείς θα πρέπει να μιλάνε με το γιατρό τους για την πρόβλεψη των μεταβαλλόμενων αναγκών τους μέσω του έγκαιρου προγραμματισμού της φροντίδας. Οι συζητήσεις για το διορισμό ενός αντικαταστάτη λήπτη αποφάσεων μπορεί επίσης να είναι σημαντικές.

## Τι είναι εξειδικευμένη καταπραϊντική φροντίδα ανιάτων;

Ένας μικρός αριθμός ανθρώπων βιώνει σοβαρά ή πολύπλοκα προβλήματα καθώς επιδεινώνεται η ασθένειά τους. Αυτοί οι άνθρωποι μπορεί να παραπεμφθούν σε μια εξειδικευμένη υπηρεσία ανακουφιστικής φροντίδας όπου μια ομάδα ειδικών επαγγελματιών εργάζεται για να καλύπτουν τις ανάγκες τους.

Εναλλακτικά, ο οικογενειακός γιατρός του ασθενή μπορεί να ζητήσει συμβουλές από εξειδικευμένη υπηρεσία καταπραϊντική φροντίδα ανιάτων σε κέρους του ασθενή.

## Μπορώ ακόμα να έχω ενεργή θεραπεία για την ασθένειά μου;

Ναι - η θεραπεία που στοχεύει στη γιατρεία της ασθένειας μπορεί συχνά να συνεχιστεί. Το κύριο μέλημα της φροντίδας είναι να διατηρήσει την ποιότητα ζωής και να καλύψει τις ανάγκες του ατόμου, της οικογένειας και των φροντιστών του.

## Ποιοι παρέχουν τη φροντίδα;

Η φροντίδα μπορεί να παρέχεται από διάφορους επαγγελματίες υγείας, ανάλογα με:

- τις ανάγκες του ασθενή
- τους πόρους και τις ανάγκες της οικογένειας και των φροντιστών.

Πολλοί επαγγελματίες υγείας μπορεί να συμμετέχουν στη χορήγηση της φροντίδας και γενικά θα εργάζονται ως τμήμα μιας ομάδας πολλών ειδικοτήτων. Μια ομάδα φροντίδας μπορεί να περιλαμβάνει:

- ιατρούς γενικής ιατρικής
- εξειδικευμένους γιατρούς και νοσοκόμες καταπραϊντική φροντίδα ανιάτων
- ειδικούς γιατρούς – ογκολόγους, καρδιολόγους, νευρολόγους, πνευμονολόγους
- νοσοκόμες
- παραϊατρικούς επαγγελματίες - φαρμακοποιοί, εργασιοθεραπευτές, φυσιοθεραπευτές
- κοινωνικούς λειτουργούς
- συμβούλους πένθους και απώλειας αγαπημένων προσώπων
- λειτουργούς πνευματικής φροντίδας
- εθελοντές.

## Με ποιον θα πρέπει να μιλήσω για την καταπραϊντική φροντίδα ανιάτων;

Μπορείτε να μιλήσετε για τις ανάγκες σας με το γιατρό σας ή την τακτική ομάδα που ασχολείται με τη φροντίδα σας. Μπορείτε επίσης να συμβουλευθείτε τον *Εθνικό Κατάλογο Υπηρεσιών Καταπραϊντική Φροντίδα Ανιάτων (National Palliative Care Service Directory)* για να βρείτε μια υπηρεσία που παρέχει φροντίδα στην περιοχή σας.

## Πού μπορώ να λαβαίνω φροντίδα;

Η φροντίδα μπορεί να παρέχεται στο:

- σπίτι
- νοσοκομείο
- γηροκομείο
- νοσοκομείο ανιάτων ασθενειών.

Οι περισσότεροι άνθρωποι με ανίατη ασθένεια προτιμούν να λαβαίνουν φροντίδα στο σπίτι, αλλά αυτό θα εξαρτηθεί από πολλούς παράγοντες, που περιλαμβάνουν:

- τη φύση της ασθένειας
- πόση υποστήριξη παρέχεται από την οικογένεια και την κοινότητα του ατόμου
- κατά πόσο το άτομο έχει κάποιον που μπορεί να το φροντίζει.

## Εάν έχω πόνους, πώς θα καταπραϊνθού;

Δεν έχουν πόνους όλοι οι ασθενείς με ανίατη ασθένεια. Εάν ο ασθενής έχει πόνους, σχεδόν σε όλες τις περιπτώσεις αυτοί οι πόνοι μπορούν να καταπραϊνθούν.

Υπάρχουν πολλά φάρμακα διαχείρισης του πόνου που μπορούν να χορηγηθούν με διαφορετικούς τρόπους - χάπια, υγρά, ενέσεις, δερματικά επιθέματα. Υπάρχει επίσης ένα ευρύ φάσμα φαρμάκων και άλλων θεραπειών που μπορούν να συνδυαστούν για να βελτιώσουν την ανακούφιση απ' τους πόνους.

Κάποια συμπληρωματική θεραπεία, όπως μασάζ, βελονισμός ή αρωματοθεραπεία μπορεί επίσης να είναι χρήσιμη για την ανακούφιση των πόνων.