

Kijan pou Jere Maladi Kwonik Grav

Kisa yon maladi kwonik ye? Yon maladi kwonik se nenpòt maladi yo prevwa ki ka dire plizyè mwa oubyen plizyè ane, epi anjeneral ki pa ka geri. Pifò granmoun aje yo gen omwen yon maladi kwonik, tankou tansyon wo, atrit, oswa dyabèt. Ou menm avèk doktè w, nou kapab jere pifò maladi kwonik yo, men yon maladi kwonik kapab devlope ofiramezi pou l vin tounen yon maladi kwonik grav.

Kisa yon Maladi Kwonik Grav ye?

Yon maladi kwonik *grav* se yon maladi ki afekte fason yon moun fonksyone jou apre jou epitou li kapab menm diminye lavi yon moun. Pami maladi kwonik grav ki prezante souvan yo genyen kansè, VIH/SIDA, ensifizans kadyak, maladi blokis pilmonè kwonik (COPD), maladi fwa (siwoz), maladi ren, ak maladi Alzheimer (Alzaymè).

Lè yo Fè w Konnen ou gen yon Maladi Kwonik Grav

Si yo di w ou gen yon pwoblèm medikal ki kapab chanje, oswa ki kapab menm diminye lavi w, nouèl sa a ka boulvèsan anpil pou ou. Li nòmal pou w resanti plizyè emosyon diferan aprè w fin resevwa jande nouèl sa yo. Gen kèk moun ki resanti enkyetid, kòlè, oswa tristès. Gen kèk ladan yo ki gen lespwa, e gen lòt ki santi yo san espwa.

Chak moun ki resevwa nouèl yon maladi grav jere sityasyon an yon fason diferan. Gen kèk jou, li kapab difisil pou w sonje w te resevwa nouèl yon maladi grav, men gen lòt jou, sa pa janm kite panse w. Ou ka pa kapab dòmi byen, ou ka pa gen apeti, epi ou ka twouve li enposib pou w fè aktivite nòmal.

Lè ou mete nan tèt ou ke reyaksyon sa yo nòmal epi ke y ap amelyore ofiramezi, sa ka ede w. Bòn nouèl la sèke lavi a ka kontinye, epi l ka agreyab, menm si w ap fè fas ak yon maladi grav.

Fason pou Jere Sityasyon an

Aprè w fin aprann ou gen yon maladi kwonik grav, li nòmal pou w gen anpil kesyon. Anpil moun jere sityasyon an pi byen lè yo jwenn repons pou kesyon yo. Lè pasyan an resevwa enfòmasyon ki fè konnen nan ki pwen maladi a grav, ki tretman ki disponib, epi kisa ki ka rive alavni, sa ka ede pasyan an ak fanmi li fè fas ak sityasyon an.

Li bon pou w ekri tout kesyon ou genyen yo epi pou w diskite sou yo avèk doktè w. Si w santi w pi alèz, ale avèk yon manm nan fanmi w nan randevou w gen nan klinik yo pou jwenn enfòmasyon. Fè doktè w la ak ekip swen sante w la konnen ke w vle pou yo kominike avèk manm fanmi sa a.

Gen kèk enfòmasyon ki difisil pou pale sou yo. Pa egzanp, yon moun ki vin konnen ke maladi li a grav epi ke l ka menm touye l, kapab vle konnen konbyen tan li rete pou l viv. Repons ki onèt la sèke pa gen okenn doktè ki ka janm konnen vrèman. Sepandan, si li enpòtan pou ou menm oswa fanmi w gen yon ide, anjeneral doktè w la konnen ase enfòmasyon sou maladi w la pou l ta kapab gide nou nan sans sa a. Pa egzanp, yon doktè ka di ke yon pasyan ki gen maladi sa a gen anpil chans pou l viv yon peryòd tan mwa oswa menm pandan dèzane.

Sepandan, yon doktè ka pa vle bay yon peryòd tan byen defini, paske sa depann de kòman tretman yo ap mache oswa kòman maladi a ap pwogrese. Si doktè yo pa konnen vre, y ap di w sa. Sepandan, si li enpòtan pou ou menm oswa fanmi w konprann kisa lavni an kapab rezève, pa ezite mande epi mande ankò si premye repons lan pa ba w enfòmasyon w bezwen an.

vire paj la

Jwi Bon Moman

Aprè yo fin travèse yon peryòd kote yo santi yo toumante, pifò moun ki gen yon maladi kwonik grav jeneralman kòmanse fè fas ak sitiyasyon an pi byen. Li enpòtan pou w fè kèk bagay k ap ede w viv yon pi bon kalite lavi, menm si bagay yo vin pa menm jan ak avan.

Eseye jwenn aktivite ke ou kapab jwi chak jou, epi bay tèt ou yon seri objektif akoutèm ke w kapab reyalize. Fè kèk bagay ki angaje lespri w epi ki pote kontantman ak kè poze, tankou li yon liv, gade yon fim, mache, oswa vizite oubyen pale nan telefòn ak zanmi w oubyen fanmi w. Fè plan pou fè aktivite ke ou menm ak fanmi w renmen fè ansanm.

Jwenn Sipò nan Fanmi w ak nan Kominote w

Ou ka elimine kèk aktivite ki inital pou w diminye presyon. Petèt ou ka bezwen mande fanmi w ak zanmi w yo èd. Gen anpil moun ki aktif nan yon kominote ki baze sou lafwa epi ki ta santi yo jwenn sipò si klèje a oswa lòt manm nan kominote a te enplike yo plis. Ou menm oswa fanmi w ap dwe fè yo konnen sou eta sante w.

Yon maladi grav ka bay tout fanmi an anpil presyon, epi li pa etranj pou gen tansyon ak konfli nan relasyon yo.

Si sa rive, eseye wè bagay yo selon pèspektiv lòt moun nan, epi pale ak manm fanmi w yo sou maladi w la ak sou kisa li reprezante pou ou menm ak pou yo. Ou dwe ankouraje manm fanmi w yo tou pou yo pran swen tèt yo, sitou si se yo k ap ede okipe w nan kay la.

Sipò nan men Ekip Swen Sante ou

Men kèk sijesyon pou w travay ak ekip swen sante w la defason efikas:

- Asire w ke gen yon kominikasyon ki klè ant ou menm ak doktè w la.
- Mande ekip swen sante w la kisa w kapab fè pou w kontwole sentòm maladi w la.
- Toujou ale nan randevou nan klinik yo, sitou si w pa santi w byen.
- Respekte plan ou diskite avèk doktè w la.

Kijan pou w Jwenn Èd

Si ou kontinye gen detrès ak difikilte pou w fè fas ak yon maladi kwonik grav, ou dwe di doktè w la sa. Doktè w la ka sijere w plizyè fason ki ka ede w, tankou refere w bay yon pwofesyonèl pou konsèy oswa nan yon gwoup sipò.

Seri Edikasyon Pasyan an

Kijan pou Jere Maladi Kwonik Grav

Si w ta renmen jwenn èd pou w pran kontak avèk resous yo, pale avèk doktè a, enfimyè a oswa travayè sosyal ki nan sant sante w la.