



Australian Government

Department of Health and Aged Care

# تُحسن الرعاية التلطيفية جودة الحياة

إذا كنت تعاني من مرض متقدّم  
مهّد للحياة، فمن الأفضل أن  
تبدأ التخطيط لرعايتك في أقرب  
وقت ممكن.

لمزيد من المعلومات حول الرعاية التلطيفية،  
يُرجى زيارة الرابط:

[health.gov.au/palliative-care](https://health.gov.au/palliative-care)



# يؤدي تقديم الرعاية التلطيفية في وقت مبكر إلى تحسين الصحة النفسية والرفاه للأشخاص الذين يعانون من مرض متقدّم مهدد لحياتهم ولأسرهم.

إذا كنت تعاني من مرض متقدّم مهدد لحياتك، يمكن للرعاية التلطيفية أن تساعدك على العيش بشكل كامل ومريح قدر الإمكان.

تشمل الرعاية التلطيفية:

- الرعاية الجسدية والنفسية والعاطفية والطبية والثقافية والروحية
- كما يمكن تقديمها في أماكن مختلفة بما في ذلك منزلك، أو دار رعاية المسنين، أو المستشفى، أو دار الرعاية التلطيفية، أو وحدة الرعاية التلطيفية
- كما توفر الدعم للعائلة والقائمين على الرعاية.

## ما من تعجل أبدًا البدء في التخطيط لرعايتك.

يمكن أن تساعد المحادثات المبكرة حول الرعاية في نهاية الحياة على وضع خطة تناسب احتياجاتك كما يلي:

- فكر في قيمك وتفضيلاتك، وأخبر أحبائك برغباتك.
- ضع Advance Care Plan [خطة رعاية مسبقة] لضمان معرفة تفضيلاتك الصحية واحترامها إذا لم تتمكن من التعبير عنها بنفسك.

إذا كنت تعاني من مرض متقدّم مهدد للحياة،  
تحدث إلى طبيبك GP حول  
خيارات الرعاية التلطيفية.