



Australian Government
Department of Health and Aged Care



Η ανακουφιστική φροντίδα βελτιώνει την ποιότητα ζωής

Εάν έχετε μια ασθένεια που
συντομεύει τη ζωή σας, ποτέ
δεν είναι πολύ νωρίς για να
προγραμματίσετε τη φροντίδα σας.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την
ανακουφιστική φροντίδα, επισκεφθείτε την
ιστοσελίδα:



health.gov.au/palliative-care

Η έγκαιρη παροχή ανακουφιστικής φροντίδας οδηγεί σε **καλύτερη ψυχική υγεία και ευεξία** για τα άτομα με ασθένεια που συντομεύει τη ζωή τους και τις οικογένειές τους.

Εάν έχετε μια ασθένεια που θα συντομεύσει τη ζωή σας, η ανακουφιστική φροντίδα μπορεί να σας βοηθήσει να ζήσετε όσο το δυνατόν πιο ολοκληρωμένα και άνετα.

Ανακουφιστική φροντίδα:

- περιλαμβάνει σωματική, ψυχολογική, συναισθηματική, ιατρική, πολιτισμική και πνευματική φροντίδα
- μπορεί να παρέχεται σε διάφορα μέρη, όπως το σπίτι σας, ένα γηροκομείο, νοσοκομείο, ξενώνα ή μια μονάδα ανακουφιστικής φροντίδας
- περιλαμβάνει υποστήριξη για την οικογένεια και τους φροντιστές.

Ποτέ δεν είναι πολύ νωρίς για να προγραμματίσετε τη φροντίδα σας.

Οι έγκαιρες συζητήσεις σχετικά με τη φροντίδα στο τέλος της ζωής σας μπορούν να σας βοηθήσουν να προγραμματίσετε τη φροντίδα σας:

- Σκεφτείτε σχετικά με τις αξίες και τις προτιμήσεις σας και ενημερώστε τους αγαπημένους σας για τις επιθυμίες σας.
- Δημιουργήστε ένα Advance Care Plan [Εγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας], ώστε να είναι γνωστές και σεβαστές οι προτιμήσεις σας για την υγειονομική φροντίδα σας, εάν δεν μπορείτε να μιλήσετε για τον εαυτό σας.

Εάν έχετε μια ασθένεια που περιορίζει τη ζωή σας, **μιλήστε με τον GP [Γενικό Ιατρό] σας για τις επιλογές ανακουφιστικής φροντίδας.**