



Australian Government
Department of Health and Aged Care

दुःख निवारण गर्ने (प्यालिएटिभ) हेरचाहले जीवनको गुणस्तर सुधार गर्दछ

यदि तपाईंलाई जीवन सीमित गर्ने
(आयु कम गरिदिने) रोग लागेको छ भने,
तपाईंको हेरचाहको लागि योजना चाँडै
बनाउँदा नै राम्रो हुन्छ।

प्यालिएटिभ हेरचाहको बारेमा थप जानकारीको
लागि, यहाँ हेर्नुहोस्:



health.gov.au/palliative-care

प्यालिएटिभ हेरचाहको चाँडै सुरूवात गर्नाले जीवन सीमित गर्ने रोग भएका मानिसहरू र उनीहरूका परिवारहरूका लागि राम्रो मानसिक स्वास्थ्य तथा आरोग्यता प्रदान गर्दछ।

यदि तपाईंलाई जीवन सीमित गर्ने रोग लागेको छ भने, प्यालिएटिभ हेरचाहले तपाईंलाई सकेसम्म पूर्ण र आरामसँग बाँच्न मद्दत गर्छ।

प्यालिएटिभ हेरचाह:

- मा शारीरिक, मनोवैज्ञानिक, भावनात्मक, चिकित्सकीय, सांस्कृतिक, र आध्यात्मिक हेरचाह समावेश हुन्छ
- तपाईंको घर, वृद्ध हेरचाह गृह, अस्पताल, जीवनको अन्त्यको सेवा (हस्पिस) वा एक प्यालिएटिभ हेरचाह इकाई सहित विभिन्न अवस्थाहरूमा प्रदान गर्न सकिन्छ
- मा परिवार र हेरचाहकर्ताहरूका लागि सहयोग समावेश हुन्छ।

तपाईंको हेरचाहको लागि योजना चाँडै बनाउँदा नै राम्रो हुन्छ।

जीवनको अन्तिम चरणको हेरचाहको बारेमा प्रारम्भिक कुराकानी गर्नाले तपाईंलाई आफ्नो हेरचाहको योजना बनाउन मद्दत गर्न सक्छ:

- तपाईंको मूल्य र प्राथमिकताहरूका बारेमा सोच्नुहोस् र तपाईंका प्रियजनहरूलाई आफ्ना इच्छाहरूबारे बताउनुहोस्।
- एउटा Advance Care Plan [अग्रिम हेरचाह योजना] बनाउनुहोस् ताकि तपाईं आफ्नो लागि के गर्ने भनेर भन्न नसक्ने अवस्थामा पुग्नुभयो भने पनि तपाईंका स्वास्थ्य हेरचाह सम्बन्धी प्राथमिकताहरूको जानकारी रहोस् र सम्मान गरियोस्।

यदि तपाईंलाई जीवन सीमित गर्ने रोग लागेको छ भने, आफ्नो GP सँग प्यालिएटिभ हेरचाहका विकल्पहरूबारे कुरा गर्नुहोस्।