உங்கள் உடல் நலப் பராமரிப்பு வல்லுனரைக் கேட்க வேண்டிய கேள்விகள்

Canadian Association of Wound Care

Association canadienne du soin des plaies

உங்களுக்கு நீரிழிவு இருந்தால், உங்கள் பாத ஆரோக்கியம் மிக்க விரைவாக மாற்றம் அடையக்கூடும், குறிப்பாக உணர்ச்சியின்மை (நியூரோபதி), எலும்பு அமைப்பில் மாற்றங்கள் (ஊனம்) அல்லது குறைந்த ரத்த ஓட்டம் (புற நாள - பெரிபெரல் வாஸ்குலர் - நோய்) உங்களுக்கு இருந்தால்.

ஆரோக்கியமான பாதங்கள் பராமரிப் பிற்கும், உருவாகும் பிரச்சினைகளைக் கண்டறியவும் அடிக்கடி உங்கள் உடல் நலப் பராமரிப்பாளரைச் சென்று காண்பது மிகவும் அவசியம்.

இந்த விஜயங்களை அதிக பயனுள்ளதாகச் செய்ய:

- உங்கள் உடல் நலப் பராமரிப்புக் குழுவிடம் விவாதிக்க உங்கள் பிரச்சினைகளைப் பட்டியலிட்டு உடன் எடுத்துச் செல்லவும்.
- உங்கள் உடல் நலப் பராமரிப்பாளரிடம் உங்கள் பாதங்களைக் காண்பிக்கவும்!
- உடல் நலப் பராமரிப்பாளரிடம் கீழ்க்கண்ட மூன்று முக்கியக் கேள்விகளைக் கேட்கவும்:*
  1. என்னுடைய முக்கியப் பிரச்சினை என்ன?
  2. நான் செய்யத் தேவையானது என்ன?
  3. இதை நான் செய்ய வேண்டியது ஏன் முக்கியமானது?
- உங்கள் உடல் நலப் பராமரிப்பாளரை உங்களுக்குப் புரியாததை விளக்கச் சொல்லிக் கேட்கவும்.
- நீங்கள் செய்யத் தேவையானதையும் அதை ஏன் செய்ய வேண்டும் என்பதையும் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளும் வரை விளக்கங்கள் கேட்பதை நிறுத்த வேண்டாம்.
- விவாதித்த விவரங்களை நினைவில் வைத்துக் கொள்ள உதவும் வகையில், குறிப்பெடுத்துக்கொள்ளவும்.
- முடிந்தால், நண்பர் அல்லது குடும்ப அங்கத்தினர் ஒருவரை உங்கள் சந்திப்பிற்கு உடன் அழைத்துச் செல்லவும். கூட இருக்கும் மற்றொரு நபர் உதவக்கூடிய கூடுதல் கேள்விகளை யோசிக்கக் கூடும்.

*National Patient Safety Foundation (தேசிய நோயாளி பாதுகாப்பு நிறுவனம்) இணைய தளம் காண வேண்டிய விலாசம்: www.npsf.org/askme3/.

உங்கள் பாதங்களை நீங்கள் கூடுமான வரையில் ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்ள உடல்நலப் பராமரிப்பு வல்லுனர்கள் உங்களுக்கு உதவ முடியும்

Chiropodists or Podiatrists (கிரோபோடிஸ்ட் அல்லது போடியாட்ரிஸ்ட்): பாத சம்பந்தமான நோய்களையும், குறைபாடுகளையும் செயலின்மைகளையும் கவனித்துச் சிகிச்சை அளிக்கும் வல்லுனர்கள்.

நீரிழிவு அறிவாளர்கள்: பாதப்பராமரிப்பு உள்ளிட்ட நீரிழிவு சமாளித்தலில் உதவி, அதைப்பற்றிய விபரங்களை அளிக்கும் உதவியாளர்கள்.

மருத்துவர்கள்: நீரிழிவு சமாளித்தலில் உதவுபவர்கள் எனினும் சிலர் பாதப் பராமரிப்பில் சிறப்புப் பயிற்சி பெற்றவர்கள்.

நாளமிலாச் சுரப்பிகள் இயல் மருத்துவர்கள் (என்டோக்ரினோலாஜிஸ்ட்கள்): நாளமிலாச் சுரப்பிகள் அமைப்பு சார்ந்த நோய்களுக்கு, நீரிழிவு உட்பட, சிகிச்சை அளிப்பவர்கள்.

நரம்பியல் மருத்துவர்கள் (ந்யூரோ லாஜிஸ்ட்கள்): நரம்பு சம்பந்தப்பட்ட (ந்யூரோபதி உள்ளிட்ட) பிரச்சினைகளைக் கவனிப்பதில் சிறப்பு பெற்றவர்கள்.

பதிவு பெற்ற செவிலிகள்: நீரிழிவு சமாளித்தலில் உதவுபவர்கள் எனினும் சிலர் பாதப் பராமரிப்பில் சிறப்புப் பயிற்சி பெற்றவர்கள்.

காலணிஉள் சாதன வல்லுனர்/செயற்கை உறுப்பு வல்லுனர் (ஆர்த்தோடிஸ்ட்கள்/ ப்ரோஸ்தெடிஸ்ட்கள்): காலணியின் உள்

பொருத்தும் சாதனம் (ஆர்த்தோடிக்) மற்றும் செயற்கை உறுப்புகள் (ப்ரோஸ்தெடிக்) வல்லுனர்கள்.

கனடியச் சான்றிதழ் பெற்ற காலணி வல்லுனர்கள் (பெடார்த்திஸ்ட்கள்): பாதச் சிகிச்சைக் கருவிகள், காலணி, அதில் செய்ய வேண்டிய மாற்றங்கள், மற்றும் பாத மதிப்பீடுகளில் வல்லுனர்கள்.

தொழில் சார் சிகிச்சையாளர்கள்(ஆக்குபேஷனல் தெராபிஸ்ட்கள்): சில தொழில் சார் சிகிச்சையாளர்கள் காலணி, அவற்றில் செய்ய வேண்டிய மாற்றங்கள் மற்றும் நீரிழிவு உள்ளவரின் ஒட்டுமொத்த பாதப் பராமரிப்பில் சிறப்புப் பயிற்சி பெற்றவர்கள்.

உடல் பயிற்சியாளர்கள்: நோயாளிகள் குறைந்த ரத்த ஓட்டத்தை ஈடு செய்ய உதவும் கணுக் கால்களையும் பாதங்களையும் அசையச் செய்யும் பயிற்சிகளிலும், நடைப் பயிற்சி சிகிச்சைத் திட்டங்களிலும் வல்லமை பெற்றவர்கள்.

பதிவு செய்யப்பட்ட பத்திய உணவு/ சத்துணவு நெறிஞர்கள்: சரியான உண்ணும் வழக்கங்கள் பற்றிய தகவல்களை அளிப்பவர்கள்.

வல்லுனர்கள்: மேற் குறிப்பிடப்பட்ட உடல் நலப் பராமரிப்பு வல்லுனர்களைத் தவிர, தேவைக்கேற்ப உங்கள் மருத்துவர் உங்களை மற்ற வல்லுனர்களுக்கு பரிந்துரைக்கக்கூடும்.

கூடுதல் விபரங்களுக்கு, தயவு செய்து நீரிழிவு, ஆரோக்கியமான பாதங்கள் மற்றும் நீங்கள் *(Diabetes, Healthy Feet and You)* என்ற எங்கள் இணைய தளப் பக்கத்தை **www.cawc.net/diabetesandhealthyfeet** என்ற தளத்தில் காணவும்.

Canadian Association of Wound Care
Association canadienne du soin des plaies

Canadian Association of Wound Care
642 King Street West, Suite 200
Toronto, ON M5V 1M7
Tel: 416-485-2292 Toll-free: 1-866-474-0125
Email: healthyfeet@cawc.net