कार्यक्रमों और सेवाओं के बारे में जानकारी

अंग्रेज़ी में भी उपलब्ध है l Also available in English

यह संसाधन दक्षिण एशियाई समुदाय के लिए है। इस संसाधन को कनाडा में दक्षिण एशियाई समुदाय में डिमेंशिया के साथ जी रहे लोगों की देखभाल करने वाले व्यक्तियों के सहयोग से तैयार किया गया है। देखभाल करने वाला व्यक्ति परिवार का सदस्य, दोस्त या कोई अन्य व्यक्ति हो सकता है जो डिमेंशिया के साथ जी रहे व्यक्ति का सहयोग कर रहा हो।

यह संसाधन निम्नलिखित के बारे में जानकारी प्रदान करता है:

- डिमेंशिया के साथ जी रहे लोग और देखभाल करने वाले व्यक्तियों के लिए कार्यक्रम और सेवाएँ जिनमें चिकित्सा सेवाएँ, समुदाय-आधारित सेवाएँ और समर्थित जीवन विकल्प शामिल हैं

कार्यक्रमों और सेवाओं का परिचय

कार्यक्रम और सेवाएँ समुदाय के संसाधन हैं जिनका उपयोग डिमेंशिया के साथ जी रहे लोगों और देखभाल करने वाले व्यक्ति अतिरिक्त सहायता और समर्थन के लिए कर सकते हैं। कार्यक्रमों और सेवाओं में चिकित्सा सेवाएँ, समुदाय-आधारित सेवाएँ जैसे घरेलू देखभाल, सहायता और कल्याण कार्यक्रम और दीर्घकालिक देखभाल गृह जैसे रहने के विकल्प शामिल हो सकते हैं। प्रत्येक का वर्णन नीचे दिया जाएगा।

हालाँकि कार्यक्रम और सेवाएँ मदद के लिए डिज़ाइन की गई हैं, लेकिन लोगों के लिए सेवाओं तक पहुँचने में अनिच्छुक होना असामान्य नहीं है। ऐसे कई कारण हैं जिनकी वजह से लोग झिझक सकते हैं, जिनमें अपनी स्वतंत्रता को छोड़ने की चिंता, खर्चे, "अपने दम पर स्थिति का प्रबंधन न करने" के बारे में धारणाएं शामिल हैं। हालाँकि, अधिकांश लोगों को लगता है कि कार्यक्रम और सेवाएँ उन्हें अपनी स्वतंत्रता बनाए रखने की अनुमति देती हैं। भविष्य में जिन सेवाओं की आवश्यकता हो सकती है, उनके लिए योजना बनाना भी महत्वपूर्ण है, विशेषकर इसलिए क्योंकि कई लोगों को लंबे समय तक प्रतीक्षा करनी पड़ती है।

समय के साथ डिमेंशिया बढ़ता जाता है। आज आपको जिस सहायता की आवश्यकता है वह भविष्य में आवश्यक सहायता से भिन्न हो सकती है। जैसे-जैसे आपकी ज़रूरतें बदलती हैं आप समय के साथ इस संसाधन पर वापस लौट सकते हैं। **डिमेंशिया की प्रगति** के बारे में अधिक जानकारी पाने के लिए forwardwithdementia.ca पर जाएं।

इस संसाधन को विकसित करने में, दक्षिण एशियाई समुदाय के देखभाल करने वाले व्यक्तियों ने भाषा बाधाओं की चुनौतियों को साझा किया, और सांस्कृतिक और भाषा विशिष्ट सहायता के महत्व पर जोर दिया।

जैसे-जैसे डिमेंशिया बढ़ता है, डिमेंशिया के साथ जी रहे कुछ लोग अन्य भाषाएँ बोलने की क्षमता खो सकते हैं और अपनी पहली भाषा बोलने पर वापस लौट सकते हैं। डिमेंशिया के साथ जी रहे लोग और देखभाल करने वाले व्यक्ति जो अंग्रेजी नहीं बोलते हैं उन्हें भाषा संबंधी बाधाओं का अनुभव हो सकता है जिससे कार्यक्रमों और सेवाओं का उपयोग करना मुश्किल हो सकता है। इसके अलावा, जिस तरह से सेवाएं प्रदान की जाती हैं वह सांस्कृतिक रूप से उपयुक्त नहीं हो सकता है। **यह अनुशंसा की जाती है कि आप अपने चिकित्सक या अन्य सामाजिक देखभाल प्रदाता, उदाहरण के लिए, अल्जाइमर सोसायटी के कर्मचारियों से पूछें कि क्या वे आपके क्षेत्र में किसी सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट सेवाओं के बारे में जानते हैं। आप संगठनों से यह भी पूछ सकते हैं कि क्या वे आपकी भाषा में सेवाएँ प्रदान करते हैं, या आपको किसी अन्य सेवा के लिए संदर्भित कर सकते हैं।**

नीचे अनुवादित डिमेंशिया की जानकारी और सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट सेवाओं के कुछ उदाहरण दिए गए हैं। यह सूची व्यापक नहीं है और सभी प्रांतों/क्षेत्रों के लिए जानकारी प्रदान नहीं करती है, लेकिन देखभाल करने वाले व्यक्तियों के विचार और कुछ सिफारिशें प्रदान करती है जिन्होंने इन संसाधनों में योगदान दिया है।

दक्षिण एशियाई डिमेंशिया संबंधी जानकारी

- कनाडा की अल्जाइमर सोसायटी से पंजाबी में डिमेंशिया संबंधी जानकारी
- इंडस कम्युनिटी सर्विसेज और अपना हेल्थ द्वारा "मेमोरीज इन हार्मनी: नर्चरिंग माइंड्स, ब्रिजिंग कल्चर्स - डिमेंशिया देखभाल के लिए एक दक्षिण एशियाई गाइड”
- शेरिडन कॉलेज (पंजाबी, हिंदी) से दक्षिण एशियाई समुदायों में डिमेंशिया से पीड़ित व्यक्तियों के साथ बातचीत
- मैकगिल यूनिवर्सिटी (पंजाबी) से "डिमेंशिया, आपका साथी गाइड"

दक्षिण एशियाई डिमेंशिया संबंधी सेवाएँ

- अल्जाइमर सोसायटी ऑफ बी.सी. की पहली लिंक डिमेंशिया हॉटलाइन (1-833-674-5003) पंजाबी, हिंदी और उर्दू में
- हिंदी, उर्दू, तमिल, बंगाली और पंजाबी में सहायता के लिए अपना हेल्थ वेबसाइट और फोन लाइन (905-366-1010) (ON)
- पंजाबी, उर्दू, तमिल और अंग्रेजी में अपना रास्ता ढूँढना
- इंडस कम्युनिटी सर्विस (मिसिसॉगा, ON)
- पंजाबी कम्युनिटी हेल्थ सर्विस (टोरंटो, ON और कैलगरी, AB)

मेडिकल सेवाएं

फैमिली डॉक्टर के लिए डिमेंशिया का निदान करना और डिमेंशिया के साथ जी रहे व्यक्ति की देखभाल का प्रबंधन करना आम बात है। तथापि, कभी-कभी स्पेशलिस्ट के रेफरल की आवश्यकता होती है। स्पेशलिस्ट में जिरियाट्रिक और जिरियाट्रिक साइकोलॉजिस्ट या न्यूरोलॉजिस्ट शामिल हो सकते हैं। फैमिली डॉक्टर और स्पेशलिस्ट देखभाल के प्रबंधन में सहायता के लिए अन्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों जैसे नर्स, ऑक्यूपेशनल थैरेपिस्ट, डाइटिशियन, सोशल वर्कर्स के साथ भी काम कर सकते हैं।

समुदाय-आधारित सेवाएँ

निम्नलिखित जानकारी अल्जाइमर सोसायटी और घर और सामुदायिक सहायता सेवाओं सहित समुदाय-आधारित सेवाओं का अवलोकन प्रदान करती है।

द अल्जाइमर सोसायटी

जब किसी को डिमेंशिया का निदान किया जाता है, तो उन्हें और उनकी देखभाल करने वाले व्यक्तियों को शीघ्रता से उनकी स्थानीय अल्ज़ाइमर सोसायटी से जोड़ा जाना चाहिए। **अल्ज़ाइमर सोसायटी किसी भी प्रकार के डिमेंशिया या स्मरण शक्ति खो जाने के साथ जी रहे लोगों की सहायता करती है।**

अल्ज़ाइमर सोसायटी डिमेंशिया के साथ जी रहे लोग और देखभाल करने वाला व्यक्तियों को डिमेंशिया के साथ जीवन के सभी पहलुओं का प्रबंधन करने में सहायता करती है। अल्ज़ाइमर सोसाइटी द्वारा दी जाने वाली सेवाएँ स्थान के आधार पर भिन्न होती हैं, लेकिन इसमें डिमेंशिया के साथ जी रहे लोगों और/या देखभाल करने वाला व्यक्तियों के लिए सूचना, शिक्षा, स्वास्थ्य और कल्याण कार्यक्रम, परामर्श और सहायता समूह शामिल हो सकते हैं। डिमेंशिया के साथ जी रहे लोगों औरा देखभाल करने वाला व्यक्तियों को लगता है कि सहायता समूह उन लोगों से मिलने और उनसे सीखने का एक सहायक तरीका है जो समान अनुभवों से गुजर रहे हैं, साथ ही दूसरों को सहायता प्रदान करते हैं।

फ़र्स्ट लिंक प्रोग्राम अल्ज़ाइमर सोसाइटी के माध्यम से पेश किया जाने वाला एक कार्यक्रम है। इसे डिमेंशिया के साथ जी रहे नए लोगों को जल्द से जल्द आवश्यक सहायता प्राप्त करने में मदद करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। कोई भी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता फ़र्स्ट लिंक पर रेफरल बना सकता है।

जानकारी के लिए कनाडा की अल्जाइमर सोसाइटी पर जाएँ। अपने क्षेत्र से जुड़ने के लिए आप 1-800-616-8816 पर भी कॉल कर सकते हैं।

घरेलू एवं सामुदायिक सहायता सेवाएँ

घरेलू एवं सामुदायिक सहायता सेवाएँ डिमेंशिया के साथ जी रहे लोगों को स्वतंत्र रूप से और सुरक्षित रूप से घर पर रहने में सहायता कर सकती हैं। गृह और सामुदायिक देखभाल एजेंसियां प्रांतीय-वित्त पोषित सेवाओं का समन्वय करती हैं, हालांकि प्रत्येक प्रांत और क्षेत्र से प्रदान की जाने वाली सेवाओं में थोड़ी भिन्नता होती है। कुछ सेवाओं को पूरी तरह से कवर किया जा सकता है, कुछ के लिए शुल्क की आवश्यकता हो सकती है, और कुछ सब्सिडी की पेशकश कर सकते हैं।

अधिकांश क्षेत्रों में, डिमेंशिया के साथ जी रहा व्यक्ति या देखभाल करने वाला व्यक्ति स्वयं घर और सामुदायिक सहायता सेवाओं से संपर्क कर सकता है और यह निर्धारित करने के लिए मूल्यांकन का अनुरोध कर सकता है कि वे किन सेवाओं के लिए पात्र हैं। आप रेफरल का अनुरोध करने के लिए अपने चिकित्सक या अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से भी बात कर सकते हैं। सेवाओं में निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं:

घरेलू देखभाल सेवाएँ

- **नर्सिंग देखभाल:** दवाएँ लेने, पट्टियाँ बदलने और घावों को साफ़ करने, या किसी चोट या स्वास्थ्य समस्या से उबरने में सहायता करना।

- **ऑक्सीडेशन थेरेपी:** दैनिक जीवन की गतिविधियों को स्वतंत्र रूप से और सुरक्षित रूप से पूरा करने में समस्याओं को हल करने में सहायता करती है। इसमें उपकरण (उदाहरण के लिए, वॉकर या व्यक्तिगत अलार्म) और घरेलू अनुकूलन (उदाहरण के लिए, एक ऊंची शॉवर सीट) तक पहुंच शामिल हो सकती है।

- **फिजियोथेरेपी:** शारीरिक गतिशीलता, कार्य और कल्याण को बहाल करने और बनाए रखने में सहायता करती है।

- **स्पीच लैंग्वेज पैथोलॉजी:** संचार और निगलने की समस्याओं का उपचार करना।

- **व्यक्तिगत देखभाल:** दैनिक जीवन की गतिविधियों में सहायता, जैसे नहाना, कपड़े पहनना, खाना, और दवाओं में सहायता करना।

- **सामाजिक कार्य:** व्यक्तियों और परिवारों की भलाई में सुधार करने और चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में अनुकूलन करने में सहायता करना। इसमें शिक्षा, संसाधन, परामर्श प्रदान करना और अन्य सामुदायिक सेवाओं तक पहुँचने में सहायता शामिल हो सकती है।

- **आहार विशेषज्ञ सहायता:** भोजन और पूरक आहार के माध्यम से जरूरतों को पूरा करने के लिए एक पोषण योजना विकसित करने और वजन, रक्त कार्य और निगलने संबंधी चिंताओं की निगरानी करने में सहायता करना।

गृह निर्माण सेवाएँ

- सफ़ाई, कपड़े धोने, खरीदारी, बैंकिंग और भोजन तैयार करने जैसे नियमित घरेलू कार्यों में सहायता करना।

सामुदायिक सहायता सेवाएँ

- **वयस्क दिवस कार्यक्रम:** समुदाय में रहने वाले वयस्कों के लिए समूह सेटिंग में उपलब्ध कराई जाने वाली मनोरंजक और सामाजिक गतिविधियाँ, भोजन, व्यक्तिगत देखभाल और बुनियादी स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ शामिल हैं।

- **स्वास्थ्य और कल्याण कार्यक्रम** जैसे व्यायाम या गिरने से बचाव की कक्षाएं।

- **घर का रख-रखाव** जैसे लॉन की घास काटना, फावड़ा चलाना, या घर की मरम्मत करना।

- **भोजन कार्यक्रम** जैसे भोजन वितरण या समुदाय-आधारित भोजन कार्यक्रम।

- **उन लोगों के लिए सहायक परिवहन सेवाएँ** जो गाड़ी नहीं चला सकते हैं, या जिन्हें सार्वजनिक परिवहन की सहायता की आवश्यकता है।

- **स्वयंसेवी सेवाएँ** जैसे कि सामाजिक आगंतुक या टेलीफ़ोन जाँच।

- राहत सेवाएँ जो देखभाल करने वाले व्यक्तियों को अवकाश लेने की अनुमति देती हैं। राहत की पेशकश घर में व्यक्तिगत सहायता कार्यकर्ताओं, वयस्क दिवस कार्यक्रमों या रात भर राहत केंद्रों द्वारा की जा सकती है।

समर्थित रहने के विकल्प

- सहायक रहने के माहौल, जैसे कि सेवानिवृत्त के घर या सहायता प्राप्त जीवन के बारे में जानकारी।
- दीर्घकालिक देखभाल घरों (या नर्सिंग होम, व्यक्तिगत देखभाल सुविधाएं, निरंतर देखभाल सुविधाएं, आदि) के लिए मूल्यांकन और आवेदन।

घरेलू एवं सामुदायिक सहायता सेवाएँ: संपर्क जानकारी

अल्बर्टा	अल्बर्टा की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 8-1-1 पर कॉल करें
ब्रिटिश कोलंबिया	ब्रिटिश कोलंबिया की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 8-1-1 पर कॉल करें
मैनिटोबा	मैनिटोबा की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 2-1-1 पर कॉल करें
न्यू ब्रंसविक	अल्बर्टा की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 8-1-1 पर कॉल करें
न्यूफ़ाउंडलैंड और लैब्राडोर	प्रत्येक क्षेत्र की जानकारी और फ़ोन नंबर खोजने के लिए न्यूफ़ाउंडलैंड और लैब्राडोर की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ
नॉर्थवेस्ट टेरिटरीज	नॉर्थवेस्ट टेरिटरीज कीप्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 1-867-767- 9030 पर कॉल करें
नोवा स्कोशिया	नोवा स्कोशिया की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 1-800-225-7225 पर कॉल करें
नुनावुट	नुनावुट की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 867-975-5941 पर कॉल करें
ओंटारियो	ओंटारियो की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 310-2222 पर कॉल करें
प्रिंस एडवर्ड आइलैंड	प्रिंस एडवर्ड आइलैंड की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 902-368-6130 पर कॉल करें
क्यूबेक	क्यूबेक की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 8-1-1 पर कॉल करें
सस्केचेवान	सस्केचेवान की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 1-306-655-4346 पर कॉल करें
युकॉन	युकॉन की प्रांतीय वेबसाइट पर जाएँ या 1-800-661-0408 (एक्सटेंशन 5774) पर कॉल करें

यदि डिमेंशिया के साथ जी रहा व्यक्ति को प्रांत या क्षेत्र द्वारा प्रदान की जा सकने वाली देखभाल से परे देखभाल की आवश्यकता है, तो अतिरिक्त सेवाएं निजी तौर पर खरीदी जा सकती हैं। अपने क्षेत्र में निजी सेवाओं की अनुशंसाओं के लिए अपने स्थानीय घर और सामुदायिक सहायता एजेंसी से संपर्क करें ।

> **"मेरी माँ अपने दिवस कार्यक्रम में अपने समय का आनंद लेती हैं। निदान में जल्दी नामांकित होने से उसे ऐसे संबंध बनाने की अनुमति मिली जो बीमारी बढ़ने पर उसे और मुझे सहायता प्रदान करेगी।"**
> - दक्षिण एशियाई समुदाय से देखभाल करने वाला व्यक्ति

दीर्घकालिक देखभाल और रहने के अन्य समर्थित विकल्प

जैसे-जैसे डिमेंशिया बढ़ता है, यह चर्चा आम है कि क्या डिमेंशिया के साथ जी रहा व्यक्ति को घर पर रहना चाहिए या समर्थित वातावरण में रहना चाहिए। प्रत्येक प्रांत या क्षेत्र उपलब्ध विकल्पों और उनके नाम के आधार पर भिन्न होता है। अक्सर सहायता एक निरंतरता के साथ प्रदान की जाती है, जहां व्यक्ति को अधिक सहायता की आवश्यकता होने पर देखभाल की मात्रा और प्रकार बढ़ जाता है। उपलब्ध सहायता के प्रकारों में शामिल हो सकते हैं:

- सेवानिवृत्ति समुदाय के भीतर **स्वतंत्र जीवन जीना;**
- अधिक समर्थन के साथ **सहायता प्राप्त जीवन;**
- **दीर्घकालिक देखभाल गृह** (या नर्सिंग होम, व्यक्तिगत देखभाल सुविधाएं, निरंतर देखभाल सुविधाएं, आदि) जो 24 घंटे नर्सिंग और व्यक्तिगत देखभाल सहायता प्रदान करते हैं।

दक्षिण एशियाई समुदाय के देखभाल करने वाले व्यक्तियों ने बताया कि डिमेंशिया के साथ जी रहे व्यक्ति की यथासंभव लंबे समय तक घर पर देखभाल करने को अक्सर प्राथमिकता दी जाती है, और कभी-कभी यह अपेक्षा भी की जाती है। संस्कृति के आधार पर, विशेष रूप से देखभाल प्रदान करने के लिए बेटों, बेटियों या बहुओं के लिए ज़िम्मेदारी की भावना हो सकती है। उदाहरण के लिए, देखभाल करने वाले व्यक्तियों ने बताया कि बेटियों या बहुओं से अक्सर घर के बाहर के काम के साथ-साथ देखभाल का काम भी करने की अपेक्षा की जाती है। **कुछ स्थितियों में, डिमेंशिया के साथ जी रहे व्यक्ति या सुरक्षा चिंताओं की ज़रूरतें उस सहायता से अधिक होती हैं जो देखभाल करने वाला व्यक्ति या घर और सामुदायिक सहायता द्वारा प्रदान की जा सकती है, जिससे यह कदम आवश्यक हो जाता है।**

दीर्घकालिक देखभाल गृह में जाने का निर्णय आम तौर पर दक्षिण एशियाई समुदाय के भीतर अंतिम उपाय माना जाता है, और इससे परिवारों के भीतर अपराध की भावना बढ़ सकती है। सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील देखभाल की कमी के बारे में अक्सर चिंताएं होती हैं, उदाहरण के लिए, सांस्कृतिक खाद्य पदार्थों या कर्मचारियों की कमी जो डिमेंशिया के साथ जी रहे व्यक्ति की भाषा बोल सकें। हालाँकि, कुछ दीर्घकालिक देखभाल गृह निवासियों की सांस्कृतिक आवश्यकताओं, जैसे व्यक्तिगत मनोरंजक प्रोग्रामिंग, आध्यात्मिक देखभाल और भोजन विकल्पों का समर्थन करने के लिए आवास बनाने में सक्षम हो सकते हैं। देखभाल करने वाले व्यक्तियों ने स्वास्थ्य और सामाजिक सेवा प्रदाताओं से सुझाव मांगने और उपलब्ध विकल्पों पर चर्चा करने के लिए घरों का दौरा करने की सिफारिश की।

हालांकि दीर्घकालिक देखभाल गृह में संक्रमण कठिन हो सकता है, लेकिन यह देखभाल करने वाले व्यक्तियों को देखभाल कार्यों के बजाय रिश्ते पर ध्यान केंद्रित करने और डिमेंशिया के साथ जी रहे व्यक्ति के साथ गुणवत्तापूर्ण समय बिताने का अवसर प्रदान कर सकता है।

टिप्पणियाँ

इस जगह का उपयोग इस संसाधन के बारे में कोई टिप्पणियाँ, विचार या सवाल लिखने के लिए करें।

फॉरवर्ड विद डिमेंशिया पहल के इस अवस्था के लिए वित्त पोषण कनाडा की सार्वजनिक स्वास्थ्य एजेंसी से आया।