چاودێری و پاڵپشتی
کاتێک کە بڕوا وایە
کەسێک دوایین ڕۆژەکانی
ژیانی تێپەر دەکات

زانیاری بۆ یارمەتیدانت بە مەبەستی تێگەیشتن لەمە کە چی ڕوو دەدات و چۆن دەکرێ خەریکی بەرێوەبەرایەتی چاودێری بین کاتێک کە بڕوا وایە کەسێک دوایین ڕۆژەکانی ژیانی خۆی تێپەر دەکات

ئەم نامیلکەیە بۆ ئەم هۆیە دراوە بە تۆ کە

بارودۆخ زۆر خراپە و بڕوا وایە کە دوایین ڕۆژەکانی تەمەنی تێدەپەڕێنێت. لەوانەیە زانینی ئەو شتە کە دەبێ چاوەڕوانی دەکەیت یارمەتیت بدات بەرگەی ئەم بارودۆخە دژوارە بگریت.

لەم نامیلکەیەدا هەندێک گۆڕانکاری فیزیایی ڕوون دەکرێتەوە کە لەوانەیە تاقی بکەیەوە و جۆری چاودێرییەک کە ئێمە کاتێک وا وێنا دەکرێت کەسێک خەریکە دەمرێت پێشکەش دەکەین. تکایە گەر هەر جۆرە پەرۆشییەک هەیە، هەرچەندەش کە بچووک بێتە بەرچاو، پرسیار بکە.

قبووڵکردنی مردن

لەوانەیە قبووڵکردنی ئەم کێشەیە کە تاک ڕۆژان و کاتژمێرەکانی ژیانی تێدەپەڕێنێت دژوار بێت. کاتێک ئەندامانی تیم نەخۆش بناسن و هەروەها بڕوایان وا بێت کە خەریکە دەمرێت- و تەنیا چەند کاتژمێر یان چەند ڕۆژی تر زیندوویە- ڕوونی دەکەنەوە کە بۆچی وەها بڕوایەکیان هەیە.

ئەوان هەمووکات وەڵامی پرسیارەکانی تۆ دەدەنەوە. گەر بکرێت، پسپۆڕان لەسەر گۆڕانکاری تەندروستی جەستەیی و بڕیارەکانی پەیوەست بە چاودێری نەخۆشەکەیاندا قسە دەکەن، بەڵام کەسێک کە خەریکە ژیانی کۆتایی پێدێت لەوانەیە هێندە دۆخی خراپ بێت کە نەتوانێت پەیوەندی بەدی بێنێت. کەوایە ڕا و بۆچوونی خزم و کەس، لە پلاندانان و پێشکەشکردنی باشترین چاودێری بۆ هەر تاکێک بەنرخە.

هەندێک کەس زۆر زوو دەمرن و بارودۆخیان هێندە هەڕەشە ناکات، لە دۆخێکدا هەندێکی تر وردەوردە لە ماوەی چەند ڕۆژدا بارودۆخیان خراپتر دەبێت. هەندێ جار ئەو کەسانەی کە بڕوا وایە خەریکن دەمرن، چاک دەبنەوە و بارودۆخیان جێگیر دەبێت. هەموو ڕۆژێ، پسپۆڕان پشکنین دەکەن بۆئەوەی دڵنیا بنەوە کە چاودێری پێشکەشکراو بۆ بارودۆخی هەنووکەیی دروست بێت. گەر هەر چەشنە گۆڕانکارییەکی بەرچاو هەبێت، قسەت لەگەڵ دەکەن.

ئەولەوییەتی تاک لەپێناو چاودێریدا

کاتێک بڕوا وایە کە تاک خەریکە دەمرێت، تیمی چاودێری خەریکی پێشکەشکردنی چاودێرییە تایبەتی و کەسییەکان دەبێت. لەوانەیە لەم کاتەدا لەسەر گرنگترین کێشەکان گەیشتبێە ئاکام. تکایە لەم بارەوە قسە بکە لەگەڵ پسپۆڕاندا. لێرەدا پێشنیار پێشکەش دەکرێت دەربارەی ئەو شتانەدا کە زۆرجار گرنگ دەزانرێن:

● **شوێنی چاودێری**
هەندێک کەس ڕا و بۆچوونی دیاریکراویان هەیە لەم بارەوە کە دەیانهەوێ دوایین ڕۆژەکانی خۆیان لەکوێ تێپەر بکەن. لەوانەیە ئەم بیرانە بگۆڕدرێت. تیمی چاودێری دەربارەی ئەو شتەدا قسە دەکەن کە بۆ نەخۆش و چاودێرانی دەکرێت و زۆرترین هەوڵی خۆیان دەدەن بۆ وەدیهێنانی ویستەکانی تاک.

● **پێداویستی ئایینی**
لەوانەیە جێبەجێکردنی دابونەریت یان بۆنەی تایبەت پێویست بکات. ئەمە لەوانەیە داواکاری ئامادەبوونی ڕاوێژکاری ئایینی بێت.

● **خواردن و خواردنەوە**
ئێمە خواردن و خواردنەوە دەدەین تاکوو ئەو کاتە بۆ یارمەتی بەکەسێک بۆ ئاسوودەیی پێویست بکات. ئاساییە کەسێک کە خەریکە دەمرێت کەمتر داوای خواردن یان خواردنەوە بکات و لەوانەیە چەند دڵۆپ ئاو بەس بێت.

● **گۆڕانکاری لە دەرمانەکاندا**
کاتێک بڕوا وا بێت کە کەسێک خەریکە دەمرێت، پزیشکان قسە دەکەن لەسەر ئەمە کە پێدانی دەرمان سوودی هەیە یان نا. گەر پێویست بکات، لەوانەیە پێدانی دەرمان بە شێوەیەکی ئاسانتر، بۆنموونە لە ڕێگەی کوتانەوە جێبەجێ بکەن. کۆمەڵێک دەرمانی "کەیس" ڕێگەپێدراو دەکرێت کە لە کاتی سەر هەڵدانی نیشانە مەترسیدارەکاندا بەکاردەهێندرێت.

هەندێجار "پەمپێکی سرنج" (پەمپێکی بچووک بۆ کوتانی بەردەوام لە ماوەی شەوڕۆژدا) بە مەبەستی یارمەتیدان بۆ کۆنترۆڵکردنی نیشانە بەئازارەکان بەکاردەهێندرێت.

کەسێک کە دەمرێت ڕواڵەتی چۆنە

هەر مردنێک ئەزموونێکی تایبەت بەخۆیە. مەحاڵە بکرێ پێشبینی بکەیت کە هەر تاکێک چۆن سەیری کاتژمێرە کۆتاییەکانی خۆی دەکات، بەڵام هەندێک گۆڕانکاری فیزیایی باو هەیە کە دەکرێ بە ئەوان بزانیت.

زۆرجار تاک خەواڵوو دەبێت و ڕێژەیەکی زۆر لە کاتەکانی تەرخان دەکات بۆ خەوتن. لەوانەیە ڕەنگی زەرد هەڵگەڕیت و تەڕ بێت و دەست و قاچی سارد بێتەوە. لەگەڵ خراپتربوونی دۆخ کەسەکە کەمتر وەخەبەرە و هۆگرییەکی زۆر کەمی دەبێت بە ئاقاری دەوروبەری خۆی. ئەم بارودخە بەشێکە لە پڕۆسەی ئاسایی و لەوانە هەستی هێمنایەتی لەگەڵدا بێت.

لە کۆتاییدا لەوانەیە تاک وریایی خۆی لەکیس بدات. لە هەندێک کەسدا ئەم خولە کورتە، بەڵام لەوانەیە بۆ هەندێک کەس چەند ڕۆژ بخایەنێت. هەرچەندە کەسەکە وریا نییە، لەوانەیە ئاگاداری ئامادەبوون، دەنگ و دەستلێدان بێت.

بۆ زۆربەی خەڵک، مردن پرۆسەیەکە کە هێمنایەتی لەگەڵ دایە. لەوانەیە لەکیسچوونی وردەوردەی وریایی و پاشان گۆڕانکاری لە هەناسەداندا ڕوو بدات، تاکوو ئەو کاتەی هەناسەدان دەوستێت.

لەم کاتە هەستیارەدا، لەوانەیە خزم و کەس بیانهەوێ شتێک بکەن. ئێمە ئەو کەسانە هان دەدەین کە پێیان وایە دەتوانن لە جێبەجێکردنی چاودێریدا بەشداری بکەن؛ بۆئەوەی بۆ نموونە خواردنەوە بدەن بە کەسەکە یان دەمی ئەو کەسە تەڕ بکەن.

تیمی چاودێری یارمەتی خزم و کەس دەدات بۆئەوەی زۆرترین یان کەمترین ئیشێک کە بۆیان گونجاو بێت جێبەجێ بکەن.

ئێش و ئازار
کەسێک کە لە دوایین ڕۆژەکانی ژیانی خۆی دایە لەوانەیە توانایی قسەکردن و وتنی ئەمە کە ئازاری هەیە، نەبێت.

تیمی چاودێریکردنی نەخۆشەکەت سەرنج دەداتە نیشانەکانی ئەو (وەک کۆکردنەوەی ڕوخسار) و جووڵەی نەخۆش کە بە هۆی ئازار و ئارقەکردنە.

گەر پەرۆشیت بۆ ئازار کێشانی ئەو، قسە بکە لەگەڵ تیمی پسپۆڕان بۆئەوەی یارمەتی بدەن.

بێ ئۆقرەیی
هەندێجار لە کاتی مردندا تاک ئۆقرەیی نامێنێت. ئەمە بەگشتی بە هۆی گۆڕانکاری کیمیایی لە لەشدا کە کاریگەری دادەنێت لەسەر مێشک، دروست دەبێت. کەوایە لەوانەیە دەرمان بۆ هێمنکردنەوەی ئازار پێشکەش بکرێت.

بێ ئۆقرەیی هەروەها لەوانەیە بۆ هی گوشاری دەروونی سۆز دروست بێت. گەر وا بێت، هەندێک کەس قسەکردن لەگەڵ کەسانی پسپۆڕ. هاوڕێیانی نزیک/ سەرکردەی ئایینی بەسوود دەزانن.

خۆبۆڕانەگیران
کاتێک کەسێک کە مردن نزیک دەبێتەوە، لەوانەیە کۆنترۆڵی میزەڵدان و ڕیخۆڵەی خۆی لەکیس بدات. بەکارهێنانی کەرەستەی وەک پاد یان کاتەر (بۆرییەک کە بە میزەڵدانەوە دەلکێت) دەکرێ بەسوود بێت.

گۆڕانکاری هەناسەدان
کاتێک کەسێک خەریکە دەمرێت، لەوانەیە نموونەی هەناسەدانی بگۆڕدرێت. هەندێجار وەستانێکی دوورودرێژ لە نێوان هەناسەکاندا هەیە، یان لەوانەیە هەناسەدان خێرا و سەرسەرەکی بێت. هەندێجار لەوانەیە هەناسەدان بە هۆی کۆبوونەوەی شلە لە ڕێگە هەواییە قەرەباڵغەکاندا بێت.

ڕاستە کە گوێچکەدان بۆ ئەم دەنگە مرۆڤ ئازار دەدات، بەڵام بەگشتی نابێتە هۆی ئازاری تاک لە کاتی مردندا (ڕاست وەک کاتێک کە پرخەپرخی کەسێک ئەوەندە کە ئەوانەی تر ئازار دەدات، کەسەکە ئازار نادات). فەرمانبەران چاودێری هەموو شتێک دەکەن لە نزیکەوە. گۆڕانی پێگەی تاک لەوانەیە یارمەتیدەر بێت، یان لەوانەیە دەرمان بەکاربهێندرێت.

چرکە کۆتاییەکان
بۆ زۆربەی خەڵک چرکە کۆتاییەکان هاوڕێیە لەگەڵ هێمنایەتی. هەناسەدان هێواشتر و ناڕێکتر دەبێتەوە و هەناسەدانی دوورودرێژ لە نێوان هەناسەداندا دروست دەبێت.

لەکۆتاییدا هەناسەدان بەتەواوەتی دەوستێت. ئەمە لەوانەیە لە چەند خولەکدا ڕوو بدات، بەڵام دەکرێ پرۆسەکە دروریژتر بێت. هەندیجار لەشی کەسەکە ئارام دەبێت و ڕوخساری هێمنایەتی تێدایە.

پاش ئەوە
پاش مردنی خۆشەویستێک، لەوانەیە هەست بکەیت کە زۆر حەپساویت، تەنانەت گەر بەباشی ئامادەی ئەوە بیت. زۆرجار، پێویست ناکات دەستبەجێ ئیشێک بکەیت. دەکرێ گەر داوات کردبێت ماوەیەک لە لای ئەو خۆشەویستەت تێپەرێنیت.

کاتێک ئامادەبوویت، یەکێک لە ئەندامانی دەستەی چاوەدێری شیدەکاتەوە کە دەبێ چ بکەیت.

گەر هەر کات پەرۆش بوویت کە نەخۆشەکە ئازار دەکێشێت یان نیشانەکانی ئازاری هەیە، تکایە تیمی چاودێری خۆت ئاگادار بکەوە

چاودێری و پاڵپشتی لە دوایین ڕۆژەکانی ژیاندا وەشانی 2.0

Derbyshire Alliance for End of Life Care

بەرهەمهێنان: 05 2015

ڕێکەوتی پشکنینی پلاندانانی دواتر: 03 2017

کۆدی ژێدەر P1872/1706/07.2005/VERSION1 (KUR)

© کۆپی ڕایت 2015. هەموو مافەکان پاراستراون. هیچ بەشێک لەم بەڵاڤۆکە نابێ بە هیچ شێوەیەک و لە هیچ ڕێگەیەکەوە بەبێ ئیزنی پێشوو و نووسراوی دامەزراوە کۆپی بکرێت. هەموو ڕێکخراوە بیانییەکان و ماڵپەڕە ناوبراوەکان لێرەدا بە پێویست ڕەنگدانەوەی تێڕوانینەکانی دامەزراوە نین و هەروەها هێنانی ناوی ئەوان بە واتای ڕاسپاردنی ئەوان نییە.