

COVID-19 बीमारी और अस्पताल में जीवन के अंतिम दिनों की देख-भाल परिवारों और देख-भालकर्ताओं के लिए जानकारी

यदि आपको बताया गया है कि आपके परिवार के किसी सदस्य या मित्र की COVID-19 बीमारी के कारण मृत्यु हो जाने की संभावना है तो आप क्या अपेक्षा कर सकते हैं

क्या चिकित्सकों और परिचारिकाओं ने आपको यह बताया है कि आपके परिवार के सदस्य या मित्र की हालत में गंभीर परिवर्तन हुए हैं? क्या उन्हें चिंता है कि आपका प्रियजन COVID-19 के कारण जीवन के अंतिम दिन या घंटे गिन रहा है? ऐसे अनिश्चितता के समय में निम्नलिखित जानकारी आपकी सहायता कर सकती है।

अपने प्रियजन से मिलने जाने से पहले जानने योग्य बातें

संक्रमण के खतरे के कारण COVID-19 से पीड़ित व्यक्ति से मिलने जाना आम भेंट से अधिक पेचीदा होता है। मिलने वाले कितनी बार उनसे मिल सकते हैं और कितने समय के लिए, यह हर मामले में भिन्न हो सकता है।

यदि आप बुखार या साँस लेने में कठिनाई जैसे ताज़ा कारणों से अस्वस्थ महसूस कर रहे हैं (जैसे गले में खराश, साँस फूलना या खाँसी) तो यह महत्वपूर्ण है कि आप उनसे मिलने से पहले किसी चिकित्सक या परिचारिका से बातचीत कर लें।



व्यक्तिगत सुरक्षा का साज़-सामान (पी पी ई) महत्वपूर्ण है

अपने प्रियजन से मिलने के समय आपके लिए सुरक्षा का साज़-सामान (पी पी ई) पहनना अनिवार्य है। पी पी ई आपकी और आपके आस-पास के लोगों की सुरक्षा के लिए आवश्यक है।

यदि वाइरस के संक्रमण का खतरा बहुत अधिक है तो आप पी पी ई का इस्तेमाल करके भी अपने परिवार के सदस्य या मित्र के कमरे में नहीं जा सकते। यह अत्यधिक हताशाजनक हो सकता है। हो सकता है कि कर्मचारी फ़ोन या वीडियो कॉल द्वारा आपके परिवार के सदस्य या मित्र के साथ आपकी बातचीत करवा सकें। यदि आपको उनके कमरे में नहीं जाने दिया जा सकता, तो भी संभव है कि उनके कमरे में कोई खिड़की हो, जहाँ से आप उन्हें देख सकते हैं।

पी पी ई में पूरे शरीर को ढकने का एक प्लास्टिक का गाउन, दस्ताने, चेहरे का मास्क, चश्मा या चेहरे का हेलमेट शामिल होते हैं। आपको बताया जाएगा कि पी पी ई को सही तरीके से कैसे पहना और उतारा जाए। आपको यह निर्देश भी दिया जाएगा कि इस प्रक्रिया के दौरान आप अपने हाथ सैनीटाइज़र या साबुन और पानी से कब धोएँ।

प्रश्न पूछने से न हिचकिचाएँ

यह चिंताजनक और भावुकता से भरा समय होता है। चिकित्सक और परिचारिकाएँ यह सुनिश्चित करेंगे कि संपर्क की सही जानकारी रिकॉर्ड की गई है ताकि आपको अपने परिवार के सदस्य या मित्र की हालत के बारे में ताज़ा जानकारी दी जा सके।

यदि आप कोई प्रश्न पूछना चाहें तो कृपया वार्ड के चिकित्सकों और परिचारिकाओं से आपसे बात करने के लिए कहें, चाहे आपका प्रश्न छोटा हो या बड़ा, और चाहे वे कितने भी व्यस्त लग रहे हों।



आपके परिवार के सदस्य या मित्र की देख-भाल उनकी इच्छानुसार करने में कर्मचारियों की सहायता करें।

हर व्यक्ति की देख-भाल उनकी इच्छानुसार हो, यह महत्वपूर्ण है। इसमें उनकी सांस्कृतिक और आध्यात्मिक आवश्यकताएँ शामिल हो सकती हैं। यदि आपको मालूम है कि आपके परिवार के सदस्य या मित्र ने एडवांस केयर डायरेक्टिव दिया है या इस बारे में पहले ही अपनी इच्छा बता दी थी तो कृपया इसकी जानकारी कर्मचारियों को दें।

यदि COVID-19 बीमारी से पीड़ित आपके परिवार का सदस्य या मित्र अपने घर में है और उसके ठीक होने की संभावना नहीं है, तो कुछ परिस्थितियों में अंतिम समय तक उनका घर में रहना संभव हो सकता है। यह आपके क्षेत्र में उपलब्ध सुविधाओं और घर पर उनकी सही देख-भाल किस हद तक संभव है, इन पर निर्भर हो सकता है।

COVID-19 से पीड़ित किसी व्यक्ति की देख-भाल घर पर करने के लिए बड़े ध्यान से योजना बनानी पड़ती है। चिकित्सक और परिचारिकाएँ आपको आपके परिवार के सदस्य या मित्र की घर में देख-भाल करने के सभी पहलुओं और ऐसा करने में आपकी भूमिका को समझने में आपकी सहायता करने के लिए आपको अपना समय देंगे। उनकी टीम को यह भी सुनिश्चित करना होगा कि आवश्यक उपकरण उपलब्ध करवा दिए गए हैं और आपको आपके परिवार के सदस्य या मित्र को आराम देने के लिए आवश्यकता पड़ने पर दवाइयाँ देना सिखा दिया गया है।

अपनी देख-भाल करना न भूलें

यह एक थका देने वाला और तनावपूर्ण समय होता है जिसमें कभी-कभी बहुत घबराहट की भावनाएँ उभरती हैं, इनमें क्रोध, शोक और हताशा शामिल हैं। सारी जानकारी का प्रबंधन, सभी निर्णय लेना और साथ ही परिवार के अन्य सदस्यों की आवश्यकताओं से निपटना, ये सब आपकी हताशा को और अधिक बढ़ा सकते हैं। परिचारिकाओं या किसी समाज सेवक से बातचीत करना सहायक हो सकता है। आध्यात्मिक और धार्मिक आवश्यकताओं को पूरा करने में पुरोहित आपकी सहायता कर सकते हैं।



जब कोई व्यक्ति मृत्यु के निकट होता है तो आप क्या अपेक्षा कर सकते हैं

अक्सर यह जानना कठिन होता है कि किसी व्यक्ति का अंतिम समय कब आएगा। यह एक ऐसा प्रश्न है जिसे लोग अक्सर पूछते हैं, परंतु हर व्यक्ति के लिए यह अलग होता है। कई बार COVID-19 बीमारी से ग्रस्त लोगों की हालत में बहुत शीघ्र परिवर्तन हो सकते हैं। जो परिवर्तन आपको दिखाई दे सकते हैं, उनमें शामिल हैं:

- **बेचैनी और संभ्रांति:** व्यक्ति की संभ्रांति और बेचैनी समय के साथ-साथ और अधिक बढ़ सकती है। यह बेचैनी कराहने, किसी को पुकारने या बिस्तर से निकलने की चेष्टा के रूप में दिखाई दे सकती है। यह सुनिश्चित करने के लिए कि व्यक्ति जहाँ तक संभव है सुरक्षित और आराम में रहे, चिकित्सक उसकी बेचैनी को कम करने के लिए उपशामक औषधि को नियमित रूप से देने के लिए कह सकता है। इसके बारे में यदि आपके कोई प्रश्न हैं या आपको कोई चिंता है तो कृपया कर्मचारियों से बातचीत करें।
- **साँस फूलना, साँस लेने के तरीके में परिवर्तन और साँस लेते समय आवाज़ आना (या “घरघराहट”):** COVID-19 बीमारी से ग्रस्त अनेक लोगों की साँस फूलती है। जीवन के अंतिम समय में साँस फूलने की अनुभूति को कम करने के लिए मोर्फिन की थोड़ी-थोड़ी मात्रा नियमित रूप से दी जाती है। ऐसे समय में जो अन्य परिवर्तन आपको दिखाई दे सकते हैं, उनमें शामिल हैं रूक-रूक कर साँस लेना और “घरघराहट” की आवाज़ करते हुए साँस लेना। ये परिवर्तन देखने में दुखदाई लग सकते हैं परंतु ये मरीज़ को परेशान नहीं करते।
- **बुखार:** COVID-19 बीमारी से ग्रस्त अनेक लोगों को लगातार अत्यधिक बुखार रहता है। आपके घर के सदस्य या मित्र की देख-भाल करने वाली परिचारिकाएँ उन्हें ठंडी पट्टी और आवश्यकतानुसार अन्य दवाइयाँ, जैसे पैरासिटामोल देंगी।
- **खाने-पीने की आवश्यकताओं में कमी:** जैसे-जैसे किसी व्यक्ति की बीमारी बढ़ती है, भोजन और पेय पदार्थों में उनकी रुचि कम होती जाती है। परिवार के लोगों के लिए यह अक्सर चिंताजनक होता है परंतु बीमार को इससे कोई परेशानी नहीं होती।
- **अधिक सोना:** जैसे-जैसे कमजोरी बढ़ती है, लोग अधिक सोते हैं और आम तौर पर बेहोश हो जाते हैं। मृत्यु की प्रक्रिया में ऐसा होना साधारण बात है, चाहे उन्हें इस हालत से निपटने के लिए कोई दवा भी दी जा रही हो। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि चाहे कोई व्यक्ति आपको जवाब देने में असमर्थ हो, उसे फिर भी आपकी बात सुनाई देती है, इसलिए किसी उपस्थित व्यक्ति की या फ़ोन पर किसी की जानी-पहचानी सौम्य आवाज़ आरामदायक होती है।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि ऐसे समय में अस्पताल में देख-भाल का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि आपके परिवार के सदस्य या मित्र को जहाँ तक संभव हो, सुरक्षित और आराम में रखा जाए। चिकित्सक और परिचारिकाएँ यह सुनिश्चित करेंगे कि यदि कोई लक्षण देखने में आएँ, जैसे कि दर्द, साँस फूलना, बेचैनी, तो उनको कम करने के लिए उन्हें दवाएँ दी जाएँ। याद रखें, यदि देख-भाल के किसी भी पहलू को लेकर आपके कोई प्रश्न हैं तो कृपया उन्हें पूछने से न हिचकिचाएँ।

COVID-19 के बारे में अधिक जानकारी के लिए

<https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/covid-19/Pages/default.aspx> पर जाएँ