

# ما هي الرعاية التلطيفية؟

## Introducing Palliative Care

Transcripts of Palliative Care Podcasts in non-English languages – Arabic (1 of 4)

NSW Health has produced a series of audio programs to help multicultural families and their loved ones discuss end-of-life and palliative care. The short programs, in Mandarin, Cantonese, Vietnamese, Greek, and Arabic, address the sensitive topic of palliative care and end-of-life conversations from various angles. The programs also share community members' personal experiences.

أنتجت دائرة الصحة في نيو ساوث ويلز سلسلة من البرامج الصوتية لمساعدة العائلات متعددة الثقافات وأحبائها على مناقشة نهاية الحياة والرعاية التلطيفية. تعالج البرامج القصيرة بلغة الماندرين والكانتونية والفيتنامية واليونانية والعربية الموضوع الحساس المتمثل في المحادثات عن الرعاية التلطيفية ونهاية الحياة من مختلف الزوايا. كما تتضمن البرامج مشاركة التجارب الشخصية لأفراد الجاليات.

The podcasts are available at <https://www.health.nsw.gov.au/palliativecare/Pages/podcasts-non-English.aspx>.

When a loved one has an illness that is going to limit their lifespan, it is important for them and those around to consider options that are available to ensure comfort and support. **One option available, is Palliative Care.**

عندما يعاني شخص نحب من مرض قد يحدّ من فترة حياته، من المهم أن يعرف هو ومن حوله، أن هناك خيارات متوافرة عليهم النظر بها لتأمين الراحة له والمساعدة. العناية التلطيفية هي أحد الخيارات المتوافرة.

My name is Dr Charbel Bejjani, I am a specialist in the area of palliative care. I know this is something that is not spoken about very much and generally misunderstood and even feared in the Arabic speaking community. A lot of people are suffering unnecessarily and not being provided support because of this lack of understanding.

اسمي دكتور شربل بجاني، أنا أخصائي في مجال العناية التلطيفية. أعرف أن هذا شيء لا تتكلم عنه الجالية الناطقة بالعربية كثيراً، وهي عموماً ما لا تفهمه وهي حتى تخاف منه. وبسبب سوء الفهم هذا، لا يحصل الكثير من الأشخاص على الدعم وهم بالتالي يعانون بشكل غير ضروري.

My message is simple, palliative care is introduced when a person has a life limiting illness. At this point palliative care provides a range of services to help them live as well and as comfortable as possible for as long as possible. **Palliative care does not hasten or cause a person's death.**

رسالتي بسيطة، العناية التلطيفية تعتمد عندما يعاني شخص من مرض يحدّ فترة حياته. في هذه الحالة، العناية التلطيفية تقدم مجموعة من الخدمات لمساعدة هؤلاء على العيش بأفضل طريقة مريحة ممكنة ولأطول فترة ممكنة. العناية التلطيفية لا تستعجل أو تتسبب بموت الشخص.

We try to understand what the person wants in terms of type of care, whether they want to receive help at home or in a medical environment, the type of treatment and symptom management they want, and ultimately who they want around them at this important time such as family members, spiritual leaders or close friends. This help and this understanding is palliative care.

نحن نحاول أن نفهم نوع العناية التي يريدونها الشخص وإذا كانوا يريدون تلقيها في البيت أو في محيط طبي، نوع العلاج وكيف يريدون التعامل مع الأعراض التي يشعرون بها، وفي النهاية من يريدون أن يكون حولهم في هذا الوقت المهم مثل أفراد العائلة، قادة روحيين أو أصدقاء مقربين. العناية التلطيفية هي هذه المساعدة وهذا الفهم.

In our culture, we don't often like to talk about the end of life. However it is important to understand that palliative care is a type of health care that includes services and supports to make sure the person is made comfortable when approaching their end of life.

As a Palliative Care specialist, it is my responsibility to look after the patient as well as their family. In fact, my role is to try to make sure that the person you care about is comfortable right now and moving forward. We are only focusing on what is important to the individual, the entire family and anyone else involved in this process.

Palliative care is the relief of unnecessary suffering so that the individual and family can focus on what matters most to them.

*Ask your doctor or health professional if you have any questions about palliative care or other issues raised in this program. This message is part of a broader set of programs designed to start discussions around palliative care in the Arabic community and is made possible by New South Wales Health. This is a New South Wales Government initiative.*

في ثقافتنا، غالباً ما لا نحب التحدث عن نهاية الحياة. ومع ذلك من المهم أن نفهم أن العناية التلطيفية هي نوع من العناية الصحية التي تشمل خدمات ومساعدات تقدّم الشعور بالراحة للشخص عند اقترابه من نهاية حياته.

كأخصائي عناية تلطيفية، تقع عليّ مسؤولية الاعتناء بالمريض وبعائلته أيضاً. في الواقع، دوري هو أن أتأكد من أن الشخص الذي نعتني به يشعر بالراحة في الوقت الحالي ولاحقاً. نحن نركز فقط على ما يهم الفرد، والعائلة بأكملها وكل شخص معني في هذه العملية.

العناية التلطيفية هي كناية عن تأمين الارتياح من المعاناة غير الضرورية لكي يتمكن الفرد والعائلة من التركيز على الأمور التي تهتمهم أكثر من سواها.

*إذا كانت لديك أية أسئلة حول العناية التلطيفية أو حول أيّ من المواضيع الأخرى التي أثيرت في هذا البرنامج إ طرحها على طبيبك أو المهني في الصحة . هذه الرسالة هي جزء من مجموعة واسعة من البرامج المصممة لكي تفتح النقاش حول العناية التلطيفية في الجالية العربية ووضعتها دائرة الصحة في نيو ساوث ويلز. هذه مبادرة من حكومة نيو ساوث ويلز.*