

Уход за больными раком

Для семьи и друзей

Лица, осуществляющие уход – это люди, которые оказывают помощь больным или инвалидам.

Разные категории ухаживающих

В категории ухаживающих входят партнеры (муж, жена, девушка или парень), родители, сыновья, дочери, родственники, друзья и соседи. Ухаживающие могут быть молодыми или пожилыми.

Некоторые ухаживающие осуществляют круглосуточный уход. Другими ухаживающими могут быть родственники и друзья, приходящие на несколько часов в неделю помочь.

Некоторые люди рады ухаживать за больными и близки к ним. Для других, осуществление ухода является обузой, и они могут быть не так привязаны к человеку, за которым ухаживают.

У некоторых ухаживающих могут быть другие обязательства, как маленькие дети, работа или учеба.

В каких случаях необходим уход?

Потребности человека с раковым заболеванием бывают разными и зависят от возраста, стадии рака, культуры и религии, а также предоставляемого лечения.

Уход может понадобиться, когда:

- Рак обнаружен на ранней стадии и вылечить его является главной задачей

- Рак запущен и лечение не возможно
- Рак вернулся через годы после лечения.

Что означает быть ухаживающим?

Роль ухаживающего может быть сложной, но очень важна.

Уход может включать:

- Помощь с приготовлением пищи, покупками, передвижениями и поддержанием гигиены
- Оплата счетов, управление банковскими счетами и налоговыми делами
- Организация и посещение приемов у врача
- Поддерживание связи между семьей и друзьями
- Оказание первичной медицинской помощи, включая прием лекарств
- Оказание эмоциональной или духовной поддержки.

Осуществляя уход, вы регулярно встречаетесь с новыми трудностями. Вначале, некоторые вещи могут показаться слишком сложными: например, ухаживающий может чувствовать себя неловко беседуя с докторами или помогая с приемом лекарств. Со временем, большинство ухаживающих говорят, что удивлены тому, сколько всего они могут делать. Они получают удовлетворение от понимания того, сколько они могут помочь.

Важными качествами ухаживающего является умение слушать, понимание когда нужно поговорить, а когда просто 'быть рядом', и это все, что необходимо человеку с раковым заболеванием. Большинство ухаживающих обладают этими качествами сами того не осознавая.

Справляться с трудностями

Ухаживать иногда сложно. Например, некоторые люди верят в проклятия и думают, что рак послан им в расплату за то, что они сделали. В таком случае бывает сложно говорить с больными о раке и его лечении.

Иногда, в связи с крепкими семейными ценностями или культурными убеждениями, ухаживающие чувствуют себя обремененными ожиданиями семьи относительно их роли ухаживающего.

Если вы осуществляете уход и вам сложно, то делайте все, что в ваших силах. Если у вас возникли вопросы или сложности, то попросите о помощи.

Не забывайте заботиться о себе!

Люди, осуществляющие уход, испытывают много противоречивых эмоций. Распространенные чувства включают удовлетворение, счастье, одиночество, беспокойство, страх, грусть, негодование, вину, беспомощность, отчаяние и злость.

Иногда ухаживающие испытывают большую тревогу, чем человек за которым они ухаживают. Это нормальная реакция на то, как

изменилась жизнь с тех пор как вы стали осуществлять уход.

Для многих ухаживающих сложно сфокусироваться на своих собственных чувствах. Они вкладывают всю свою энергию в больного. Ухаживающим также необходимо заботиться о своих эмоциональных, физических, духовных и финансовых потребностях.

“Я осознала, что забота о моих потребностях, в то же время ухаживая за моим мужем у которого рак, чрезвычайно важна; это как быть в самолете, когда объявляют, что нужно одеть кислородную маску сначала на себя, а потом помочь другим.” (Кэрл, 66)

Важные напоминания

- Просите о помощи. Большинство друзей и членов семьи хотят помочь, но иногда вам необходимо сказать им, как именно они могут помочь
- Реалистично воспринимайте себя и признавайте, что вы иногда можете совершать ошибки. Вы делаете все, что вы можете
- Нормально сердиться, плакать или показывать другим как вы себя чувствуете – даже человеку за которым вы ухаживаете. Вы не можете быть все время жизнерадостными



- Поговорите о ваши чувствах с близкими друзьями, родственниками или психологом
- Помните – есть вещи, которые вы не можете изменить!

Обновлено: Ноябрь 2011

Дополнительная информация

Для информации о финансовой помощи и службах поддержки, пожалуйста обратитесь в:

- Carers Victoria (Лица, осуществляющие уход в штате Виктория): 1800 242 636 - Carers Advice Line (Консультационная линия для лиц, оказывающих уход) предоставляет информацию и оказывает поддержку людям, оказывающим уход за больными и инвалидами
- Центрелинк: 13 27 17 – Centrelink Multilingual Service (Многоязыковая служба Центрелинка) по номеру 13 12 02. Возможно вы сможете получать финансовую помощь, такую как выплаты для лиц, оказывающих уход или льготную карточку из Центрелинка.
- **Multilingual Cancer Information Line (Многоязыковая линия по раковым заболеваниям)** предоставляет информацию о раковых заболеваниях на вашем языке, позвоните по номеру **13 14 50** и попросите соединить вас с Cancer Council Victoria Helpline (Службой телефонной помощи Совета по раковым заболеваниям штата Виктории), чтобы с помощью переводчика, конфиденциально поговорить с онкологической медсестрой.

