American Cancer Society
Every cancer. Every life.

अपने डॉक्टर और कैंसर देखभाल टीम से बात करना

Talking With Your Doctor and Cancer Care Team – Hindi

कैंसर वाले प्रत्येक व्यक्ति के पास उनकी बीमारी और इलाज़ से निपटने में उनकी मदद करने के लिए प्रशिक्षित लोगों की एक टीम होगी। अपनी कैंसर देखभाल टीम के साथ अच्छी बातचीत करने में सक्षम होना आपके लिए सबसे अच्छी देखभाल पाने का एक महत्वपूर्ण भाग है

आपकी कैंसर देखभाल टीम में डॉक्टर और नर्स प्रैक्टिशनर (**NPs**), फिजीशियन सहायक (**PAs**), फार्मासिस्ट, सामाजिक कार्यकर्ता, क्लिनिक या कीमोथेरेपी नर्सें, तकनीशियन, मेडिकल सहायक, डाइटिशियन, और रोगी नेविगेटर जैसे अन्य स्वास्थ्य देखभाल संबंधी पेशेवर शामिल हो सकते हैं। वे सभी अलग-अलग तरीकों से सहायता करेंगे, और यदि आप कोई ऐसा सवाल पूछते हैं जिसका जवाब वे नहीं दे सकते हैं, तो उन्हें पता होगा कि कौन सहायता कर सकता है।

मैं कितना जानना चाहता हूँ?

कुछ लोग अपने कैंसर के बारे में बहुत कुछ जानना चाहते हैं।

सभी विवरण जानना उन्हें नियंत्रण में रहने में सहायता कर सकता है।

अन्य लोग एक समय में बहुत कुछ नहीं जानना चाहेंगे और विवरणों से अभिभूत महसूस कर सकते हैं। कुछ लोग ज़्यादातर फ़ैसले उनके डॉक्टर पर छोड़ना पसंद कर सकते हैं। अपनी कैंसर देखभाल टीम को बताएं कि आपके लिए क्या सबसे अच्छा काम करता है।

सवाल पूछें।

आप और आपकी कैंसर देखभाल टीम मिलकर आपके लिए सबसे अच्छी देखभाल और इलाज़ चुनेंगे। अपने कैंसर के बारे में और यह जानना कि इसका इलाज कैसे किया जा सकता है, आपको आपके डॉक्टर के साथ ये निर्णय लेने में मदद कर सकता है।

कई लोगों के मन में कैंसर के बारे में कुछ ऐसे सवाल होते हैं:

- मुझे किस प्रकार का कैंसर है?
- मेरा कैंसर कितना बड़ा है? यह कहाँ है? क्या यह मेरे शरीर के अन्य हिस्सों में फैल गया है
- क्या मुझे बायोप्सी या दूसरे जांचें करवाने की ज़रूरत होगी?
- आप कौन सा इलाज़ सुझाते हैं? क्या ऐसे दूसरे इलाज़ हैं जो मेरी मदद कर सकते हैं?
- मैं अपना इलाज़ कहाँ करवा सकता हूँ
- मुझे कौन सी दवाइयाँ मिलेंगी? वे किस काम के लिए हैं?
- प्रत्येक इलाज़ के जोखिम और दुष्प्रभाव कौन से हैं?
- क्या मैं इलाज़ के दौरान काम कर पाऊँगा या स्कूल जा पाऊँगा?
- क्या कोई दुष्प्रभाव या असामान्य संकेत हैं जिनके बारे में मुझे तुरंत आपको बताने की जरूरत होगी?
- दुष्प्रभावों के लिए क्या किया जा सकता है?
- यदि मेरा कोई सवाल या समस्या है तो कॉल करने के लिए सबसे अच्छा समय कौन सा है? मैं कितनी जल्दी वापस कॉल किए जाने की उम्मीद कर सकता हूँ?
- यदि आपका ऑफ़िस बंद होने पर मुझे कोई गंभीर समस्या हो तो मुझे क्या करना चाहिए?
- क्या मुझे दूसरी राय लेनी चाहिए? किससे?

आपकी कैंसर देखभाल टीम को आपके सवालों और चिंताओं का पता होना चाहिए। यदि आपको ज़रूरी जवाब नहीं मिलते हैं, तो उन्हें बताएं।

कैंसर देखभाल टीम द्वारा आपको बोली गई बातों को याद रखने के सुझाव

यह याद रखना मुश्किल हो सकता है कि हर बार मुलाक़ात के दौरान आपको क्या बताया जाता है। यदि आप हर बार एक ही व्यक्ति को अपने साथ ला सकते हैं तो यह मददगार हो सकता है। वे आपको उन सवालों की याद दिला सकते हैं जो आप पूछना चाहते हैं और यह याद रखने में आपकी मदद कर सकते हैं कि क्या कहा गया था।

सुनिश्चित करें कि आप या आपके साथ मौजूद व्यक्ति आपकी मुलाकातों में सीखा लिख लें। यदि आप चाहें तो अपने डॉक्टर या कैंसर देखभाल टीम के किसी अन्य सदस्य से पूछें कि क्या आपकी मुलाक़ात को रिकॉर्ड करना ठीक है।

यदि आपको अधिक विवरणों की ज़रूरत है, तो बताएँ। कभी-कभी, कैंसर देखभाल टीम के सदस्य ऐसे शब्दों का इस्तेमाल करते हैं जिन्हें समझना मुश्किल होता है। यदि आपको कुछ समझ में नहीं आता है, तो उन्हें यह समझाने के लिए कहें। तस्वीरों, छपी हुई सामग्रियों, वेबसाइट या वीडियो लिंक्स, या ऐसी अन्य चीज़ें माँगना मददगार हो सकता है जिन्हें आप घर पहुँचने पर देख सकते हैं।

जब आपको निर्देश मिलें, तो उन्हें लिख लें।

सुनिश्चित करें कि अपनी मुलाक़ात पूरी होने से पहले आप उन्हें समझ गए हैं। फिर ठीक से उनकी पालना करें। यदि बाद में आपके और सवाल हों तो कैंसर देखभाल टीम को कॉल करना ठीक रहता है।

सही फिट ढूँढ़ें।

आपके डॉक्टर के साथ आपका रिश्ता महत्वपूर्ण है, और हर व्यक्ति का जानकारी बताने का अपना तरीका होता है। यही कारण है कि किसी एक व्यक्ति के लिए सबसे अच्छा डॉक्टर किसी दूसरे के लिए अच्छा फिट नहीं हो सकता है। कुछ लोग ऐसे डॉक्टर चाहते हैं जो व्यावसायिक तरीके में तथ्य साझा करें। वे यह उम्मीद नहीं करते कि डॉक्टर उनका दोस्त बने। दूसरे लोग ऐसा डॉक्टर चाहते हैं जिनके साथ वे खुद को करीब महसूस कर सकें। यह समझने की कोशिश करें कि आपको क्या चाहिए, और अपने डॉक्टर को बताएं।

यदि संचार संबंधी समस्याएँ आती हैं, तो अपने डॉक्टर या कैंसर देखभाल टीम के अन्य सदस्यों से उनके बारे में बात करें। अपनी चिंताओं और इच्छाओं के बारे में ईमानदार रहें। अगर आप अपने रिश्ते से खुश नहीं हैं, तो डॉक्टर बदलना ठीक रहता है।

अपने डॉक्टर को अपने फैसले और इसके कारणों के बारे में बताएं। नए डॉक्टर के पास अपनी देखभाल ले जाने में उनकी मदद माँगें।

यह आपकी कैंसर देखभाल टीम है।

आपकी कैंसर देखभाल टीम को आप पर यह भरोसा होगा कि आप टीम का हिस्सा होंगे। इसका मतलब कार्यालय के दौरों पर जाना, निर्धारित की गई दवाइयाँ लेना, अपनी टीम को आपको होने वाली किसी भी समस्या या चिंता के बारे में बताना, उनके सवालों का जवाब देना, और अपने खुद के सवाल पूछना होगा।

अपनी इच्छाओं और ज़रूरतों को साझा करके, आप और आपकी कैंसर देखभाल टीम आपके लिए सबसे अच्छे निर्णय लेने के लिए मिलकर काम कर सकती है।

अधिक जानने के लिए, अमेरिकन कैंसर सोसाइटी की वेबसाइट cancer.org/phm देखें या हमें 1-800-227-2345 पर कॉल करें। जब भी आपको हमारी ज़रूरत हो, हम आपकी सहायता के लिए उपलब्ध हैं।

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. HIN086106 Rev. 9/24

BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity