- आकुपेशनल थैरिपिस्ट घर में सुरक्षा में मदद करते हैं जैसे वे गुसलखाने में पकड़ने के लिये हैंड़रेल का इन्तज़ाम कर सकते हैं।
- डे सैन्टर ऐसी गतिविधियाँ चलाते हैं जो खास डिमेन्शिया के मरीज़ों के लिये होती हैं जिससे कि वे और लोगों से भी मिल सकें।
- मरीज़ थोड़े दिनों के लिये नर्सिंग होम या रेज़िड़ेन्शियल होम में जा सकते हैं जिससे घरवालों को थोड़ा आराम मिल सके ।
- और भी कई प्रकार की सेवायें उपलब्द्ध हैं, जैसे कपड़े धोने की सेवा और घर में खाना पहुँचाने की सेवा ।

वित्तीय एंव कानूनी मामले

Money and legal matters

जिन्हें डिमेन्शिया होता है, धीरे-धीरे वे अपने मामलों को संभाल नहीं पाते। उनकी कैसे मदद कर सकते हैं या भविष्य में होने वाली मुश्किलों को कैसे खत्म कर सकते हैं, इसके लिये आप सलाह ले सकते हैं । कई प्रकार के भत्ते हैं जो कि मरीज़ और उसकी देखभाल करने वालों के लिये उपलब्ध है। आप अपनी स्थानीय भत्ता ऐज़न्सी (लोक्ल बैनिफिट ऐज़न्सी), सिटीज़न ऐड़वाईस ब्यूरो या डिमेन्शिया हैल्पलाईन पर सम्पर्क कर सकते हैं ।

अधिक जानकारी

More information

डिमेन्शिया हैल्पलाईन 0808 208 3000 पर मुफ्त में फोन कर सकते हैं तथा हमारे मुफ्त जानकारी पैक के लिये भी माँग कर सकते हैं । यह हैल्पलाईन अभी केवल अंग्रेज़ी भाषा में ही उपलब्ध है ।

अलज़ाईमर स्कॅाटलैंड - एक्शन ऑन डिमेन्शिया मरीज़ों या उनकी देखभाल करने वालों के लिये उपलब्ध है । अपने स्थानीय सम्पर्क के लिये डिमेन्शिया हैल्पलाईन पर पता करें।

24 HOUR
Alzheimer Scotland
Action on Dementia
DEMENTIA HELPLINE
FREEPHONE 0808 808 3000

अलज़ाईमर स्कॅाटलैंड - एक्शन ऑन डिमेन्शिया, नेशनल आफिस, 22 ड्रमशू गार्डनज़ , ऐडिनबरा, ई एच 3 7 आर एन, फोन: 0131 243 1453, फैक्स: 0131 243 1450.
अलज़ाईमर स्कॅाटलैंड - एक्शन ऑन डिमेन्शिया इनलैंड़ रेविन्यू के अन्तर्गत लिमिटिड़ कम्पनी व रजिस्टर्ड़ चैरिटी है । रजिस्टर्ड़ इन स्कॅाटलैंड न: 149069. स्काटिश चैरिटी न: एस सी ओ 22315. ई-मेल alzheimer@alzscot.org
Internet:http://www.alzscot.org

Alzheimer Scotland - Action on Dementia
National Office
22 Drumsheugh Gardens
Edinburgh, EH3 7RN
Tel: 0131 243 1453 Fax: 0131 243 1450
E-mail alzheimer@alzscot.org. Internet:http://www.alzscot.org

Alzheimer Scotland - Action on Dementia is a company limited by guarantee and is recognised as a charity by the Inland Revenue.
Registered in Scotland No. 149069. Scottish Charity No. SCO22315.

HINDI

Alzheimer Scotland
Action on Dementia
अलज़ाईमर स्कॅाटलैंड
एक्शन ऑन डिमेन्शिया

डिमेन्शिया
आपको क्या जानने की ज़रुरत है

Dementia
What you need to know

डिमेन्शिया क्या है ?

What is Dementia?

डिमेन्शिया दिमाग की ताकत का धीरे धीरे कम होना है। इसका सबसे आम कारण अलज़ाईमर की बिमारी है, लेकिन कई और कारण भी हैं जिनसे डिमेन्शिया हो सकता है। स्काटलैंड में 61,000 से भी ज्यादा लोग हैं जिन्हें डिमेन्शिया है। इस बिमारी का बुर्जुग लोगों में होना आम बात है परन्तु 50 या 40 वर्ष या इससे भी कम आयु के लोगों में भी हो सकती है। काफी अधिक शोध (खोज) होने के बाबजूद इस बिमारी का कोई उपचार नही है। परन्तु अच्छी खबर ये है इस तरह का ईलाज़ उपलब्द्ध है जिससे कई लोगों में अलज़ाईमर रोग के लक्षणों को कम करने में मदद हो सकती है ।

इस रोग के लक्षण क्या हैं ?

What are the symptoms?

हर व्यक्ति में डिमेन्शिया अलग अलग प्रकार से होता है । उनकी बिमारी का उन पर क्या असर होता है, यह इस बात पर निर्भर करता है कि उनके दिमाग के कौन से हिस्से को ज्यादा हानि हुई है। याददाश्त खो जाना सबसे आम लक्षण है। अधिकतर लोगों की याददाशत जैसे जैसे वे बूढ़े होते जाते हैं कम होती जाती है। परन्तु जब किसी को ये बिमारी हो जाती है तो वे सिर्फ बाहर वालों के ही नही बल्कि अपने परिवार के सदस्यों के भी नाम भूल सकते हैं । वे एक ही सवाल को बार बार दोहराते जायेंगे परन्तु उन्हें पता नही चलेगा कि वे ऐसा कर रहे हैं।

उन लोगों को जिन्हे डिमेन्शिया होता है उन्हें समय की भी कोई खबर नही रहती है । उन्हें ये भी पता नही चलता कि कौन सा दिन है या दिन का कौन सा समय है । उन्हें यह भी पता नही रहता कि वे कहाँ पर हैं या जानी-पहचानी जगह में भी गुम हो जाते हैं । वे उन लोगों को भी नही पहचान पाते जिन्हे वे अच्छी प्रकार से जानते हैं ।

जिन्हे डिमेन्शिया होता है वे हर समय उलझे-उलझे से रहते हैं । उनकी सोचने समझने या गिनने की ताकत भी खराब हो सकती है या खत्म हो जाती है । वे या तो अजीब से फैसले ले लेते हैं या किसी मुश्किल को सुलझाने में कठिनाई महसूस करते हैं । पैसे का हिसाब किताब रखना भी उनके लिये मुश्किल हो जाता है । वे पैसे भी गिन नही सकते या पैसे की क्या कीमत है यह भी उन्हे पता नही रहता है ।

डिमेन्शिया व्यक्तित्व को भी बदल देता है । कई बार जो व्यक्ति काफी फुर्तीला या तन्दरुस्ती वाला हो तो वह भी कमज़ोर हो जाता है और जो व्यक्ति काफी दिल्लगी वाला या सभ्य हो वह भी असभ्य या आक्रमणशील हो जाता है । इस प्रकार के बदलावों से खासकर के परिवार वालों या मित्रों को काफी दुःख व परेशानी होती है ।

धीरे धीरे थोड़े सालों में दिमाग के सभी हिस्सों पर असर होना शुरु हो जाता है और आखिर में जिन्हें डिमेन्शिया होता है उन्हें सभी कामों में मदद की ज़रुरत पड़ती है, यहाँ तक की साधारण से काम जैसे कपड़े पहनने में, खाने में और शौचालय तक जाने में भी। इस तरह के हालात में 24 घंटे देखभाल करने की जिम्मेदारी एक व्यक्ति के लिये काफी मुश्किल हो जाती है ।

अकेले ही सबकुछ करने की कोशिश न करें

Don't try to manage alone

आप अपने ऊपर ही सारा काम व जिम्मेदारी न लें। यदी आप बहुत ज्यादा काम करेंगे तो आप अपनी सेहत खराब कर सकते हैं और फिर आप कुछ भी नही कर पायेंगे ।

और दूसरे लोग आपकी मदद कर सकते हैं । अपने पड़ौसियों, दोस्तों और परिवार के सदस्यों को डिमेन्शिया के बारे में बतायें, उनसे पूछें कि वे आपकी किस प्रकार से मदद कर सकते हैं । और आपको हैल्थ व सोशल सर्विसिज़ से भी मदद मिल सकती है। यदि आपको अंग्रेज़ी बोलने में मुश्किल होती है तो पता करें कि दुभाषिय (Interpreter) की सेवायें उपलब्ध हैं या नहीं ।

हैल्थ सर्विसिज़ (स्वास्थय सम्बन्धि सेवायें)

Health Services

सबसे पहले आप अपने डाक्टर से सम्पर्क करें। यदि आपको लगता है कि रोग का निदान ठीक नही हुआ है तो आप स्पैशलिस्ट के पास जाने के लिये भी कह सकते हैं । यदी मरीज़ की हालत में कोई बदलाव आता है तो डाक्टर को इसकी सूचना देते रहें । डाक्टर आपको और हैल्थ सर्विसिज़ के पास भी भेज सकता है:

- डिस्ट्रिकट नर्स घर में आकर थोड़ी देखभाल कर सकती है जैसे शौचालय में आने वाली मुश्किलों से कैसे निपटें ।
- हैल्थ विज़िटर आपको सेहत के बारे में सलाह दे सकती है ।
- कम्यूनिटी साईकाईट्रिक नर्स आपको दिमागी बिमारियों पर मदद या सलाह दे सकती है । ये सलाह आपको व्यक्ति में होने वाले बदलावों से निपटने में मदद कर सकती है ।

सोशल सर्विसिज़ (सामाजिक सेवायें)

Social Services

अपने लोकल सोशलवर्क डिपार्टमैंट वालों से सम्पर्क करें । उन्हें डिमेन्शिया वाले व्यक्ति का कमयूनिटी केयर असैसमैंट करने को कहें । देखभाल करने वाले भी अपना असैसमैंट (निर्धारण) करवा सकते हैं । सोशल वर्कर आपकी ज़रुरतों को निर्धारित करेंगे और ऐसी सेवाओं का इन्तम करेंगे जिससे आपकी मदद हो सके । इस असैसमैंट को करवाने के कोई पैसे नही देने पड़ते, परन्तु सेवाओं के लिये कुछ पैसा देना पडे, जो कि व्यक्ति की आमदनी पर निर्भर करता है ।

- होम केयर की सेवा नहाने और कपड़े पहनने में मदद करती है ।
- होम स्पोर्ट सर्विस के लोग घर में थोड़ा समय मरीज़ के साथ व्यतीत करते हैं जिससे कि देखभाल वाला व्यक्ति कहीं बाहर आना जाना चाहे तो जा सकता है ।