

7B

குழாய் வழியாக உணவு கொடுத்தல்

மோட்டார் நியூரான் டிசீஸ் நோயுள்ளவர்களுக்கான அல்லது
இந்நோயால் பாதிப்படைந்தள்ளவர்களுக்கான தகவல்கள்

மோட்டார் நியூரான் டிசீஸ் (Motor neurone disease (MND)) நோய், சாப்பிடுவதிலும் குடிப்பதிலும் சிரமங்களை உண்டுபண்ணலாம். உங்கள் தொண்டையிலும் வாயிலும் உள்ள தசைகள், பலவீனமாகி, மெதுவடைந்து அல்லது ஒருங்கிணைந்து செயல்படாமல் போய் விடலாம். இது, நீங்கள் மெல்லவும் விழுங்கவும் முடிகிற உங்களது திறனை பாதித்து, எடையிழப்பு, நீரிழப்பை மற்றும் சக்திக் குறைவு ஏற்படச் செய்து விடலாம்.

இப்பிரச்சனைகளை சுலபமாகச் சமாளிப்பதற்கு, சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினர் உங்களுக்கு உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினை உபயோகிக்குமாறு ஆலோசனையளிக்கலாம், ஆனால் அதைப் பொருத்திக் கொள்வது சற்று சிரமமானதாகத் தோன்றலாம். நீங்கள் தகவல் தெரிந்த வகையில் முடிவு ஒன்றினை எடுக்க உதவி செய்யும் வகையில் அதற்கான வழிவகையையே இந்தத் தகவல் தாள் விளக்கிச் சொல்கிறது. உங்களது குடும்பத்தாரும், உங்களைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களும், சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவைச் சேர்ந்தவர்களும், உங்களுக்கு எவ்விதமாகத் துணைபுரிய வேண்டுமென நீங்கள் விரும்புகிறீர்கள் என்பதை தெரிந்து கொள்ளும் வகையில், இத்தகவல் தாளை அவர்களோடு விவாதிப்பது முக்கியமானதாகும்.

இதிலுள்ள விஷயங்களில் பின்வரும் பிரிவுகள் அடங்கியுள்ளன:

1: குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது என்றால் என்ன?

2: குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது எனக்குச் சரி வருமா?

3: இவ்வுணவளிக்கும் குழாயை உபயோகிப்பது எனது வாழ்க்கையில் எவ்விதப் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்?

4: இக்குழாயை எவ்விதம் பொருத்துகிறார்கள்?

5: எனது உணவு கொடுக்கும் குழாயினை நான் எவ்விதமாகப் பேணிப் பராமரிப்பது?

6: நான் எவ்விதமாக இது குறித்து இன்னும் அதிகம் தெரிந்து கொள்வது?



எங்களது மற்ற பிரசுரங்களை சிறப்பம்சப்படுத்திக் காண்பதற்கே இந்த அடையாளத்தை, உபயோகிக்கிறோம். இவற்றை எவ்விதம் அணுகிப் பார்ப்பது என்பதைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு, இந்தத் தாளின் கடைசியில் உள்ள *மேலும் தகவல்கள்* எனும் பகுதியைப் பாருங்கள்.



MND நோயுள்ளவர்கள் அல்லது இந்நோய் பாதித்த மற்றவர்கள் சொன்ன *கருத்துக்களை* சிறப்பம்சப்படுத்திக் காண்பிக்கவே இந்த அடையாளத்தை, உபயோகிக்கிறோம்.

இது, மூலத் தகவலின் மொழிமாற்றம் செய்த பதிப்பு என்பதைத் தயவுசெய்து கவனத்தில் கொள்ளுங்கள். MND சங்கம் புகழ் பெற்ற மொழிபெயர்ப்பு நிறுவனங்களையே மொழிபெயர்ப்புச் செய்ய உபயோகிக்கின்றது, ஆனாலும் மொழிபெயர்ப்பில் ஏற்படுகிற பிழைகள் எதற்கும் இச்சங்கத்தால் பொறுப்பேற்றுக் கொள்ள முடியாது.

சிகிச்சை மற்றும் கவனிப்பு குறித்த முடிவுகளை எடுக்கும்போது, அது குறித்த ஆலோசனைக்கு எப்போதுமே உங்கள் உடல்நல மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினரிடம் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். அவர்களால், குறித்த நேரங்களில், உங்களுக்கு மொழிபெயர்ப்பாளர் ஒருவரை ஏற்பாடு செய்து கொடுக்க இயலலாம்.

மேற்கொண்டும் தகவல்களை மொழிமாற்றம் செய்வதும் சாத்தியமானதாகவே இருக்கலாம், ஆனாலும் இது ஒரு வரம்புடைய சேவையேயாகும். விவரங்களுக்கு MND கனெக்ட் என்ற எங்களது தொலைபேசி உதவியைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்:

தொலைபேசி: 0808 802 6262

மின்னஞ்சல்: mndconnect@mndassociation.org

1: குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது என்றால் என்ன?

குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பதென்பது, உங்களது அடிவயிற்றில் பொருத்தியுள்ளதோர் குழாய் வழியாகத் திரவங்களையும், பிரத்தியேகமாகத் தயார் செய்த திரவத்தையும், நேரடியாக உங்களது வயிற்றிலேயே கொண்டுபோய்ச் சேர்ப்பதாகும். அக்குழாய் வளைந்து கொடுக்கும் வகையில் இருக்கும், அதோடு அதனை உடைக்குப் பின்னால் தெரியாமல் மறைத்து வைத்துக் கொள்ள முடியும். இது, ஓர் சிறிய குறுகிய உறுஞ்சு குழாய் அளவுள்ளதேயாகும்.

உணவு கொடுக்கும் குழாய்களின் வெவ்வேறு பிராண்டுகளும், வகைகளும் இருக்கின்றன, அவை இலேசாக வித்தியாசப்படலாம், ஆனாலும் அவையனைத்துமே வடிவமைப்பில் ஒரே மாதிரியானவையேயாகும். ஒவ்வொன்றையும், ஒரு சிறு அறுவைச் சிகிச்சை மூலமாகவே பொருத்துகிறோம்.

உணவு கொடுக்கும் குழாயொன்றினைப் பொருத்திய பிறகு அது எவ்விதமாகத் தோற்றமளிக்கிறது என்பதற்கானதோர் உதாரணத்தைப் பின்வரும் புகைப்படம் காண்பிக்கிறது:



பார்க்க பிரிவு 4: இக்குழாயை எவ்விதம் பொருத்துகிறார்கள்? இந்நடைமுறை குறித்த இன்னும் அதிகத் தகவல்களுக்கு.

உணவு கொடுக்கும் குழாய் இருக்கையிலேயே, நீங்கள் வாய்வழியாகச் சாப்பிடுவது பாதுகாப்பானது தான் என உணரும் பட்சத்திலும், அப்படிச் சாப்பிடும்படி உங்கள் சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினர் ஆலோசனையளித்திருக்கிற பட்சத்திலும், நீங்கள் அவ்விதம் சாப்பிட்டுக் கொள்ளலாம். முதலில், பெரும்பாலும் உங்களது உணவு மற்றும் பானத்தோடு இன்னும் கொஞ்சம் சேர்த்துக் கொள்வதற்கே நீங்கள் உங்கள் குழாயினை உபயோகிப்பீர்கள்.

உங்களது அறிகுறிகள் அதிகரிக்கையில், நீங்கள் அக்குழாயினை அதிகமாக உபயோகிக்கலாம். அவசியமானால், உங்களுக்குத் தேவையாகிற அனைத்து ஊட்டச்சத்துக்களையும், திரவங்களையும் நீங்கள் இக்குழாயின் வழியாகவே பெற்றுக் கொள்ள முடியும். இதனை அடைவதற்கு உங்களுக்குத் தேவைப்படுகிற பிரத்தியேகமாகத் தயாரித்த உணவு மற்றும் திரவங்களின் வகை மற்றும் அளவுகளை, உணவியலர் ஒருவரால் ஆலோசனை வழங்க முடியும்.

பார்க்க பிரிவு 5: எனது உணவு கொடுக்கும் குழாயினை நான் எவ்விதமாகப் பேணிப் பராமரிப்பது? உணவு கொடுக்கும் குழாயுடன் அன்றாட வாழ்க்கையை வாழ்வது குறித்த இன்னும் அதிகத் தகவல்களுக்கு.

நீங்கள் குழாய் வழியாக உணவு கொடுப்பது குறித்து கலந்தாலோசிக்க விரும்பினால், உணவியல் நிபுணர், அதற்கெனப் பிரத்தியேகப் பயிற்சி பெற்ற செவிலியர் அல்லது குழாய் வழியாக உணவு கொடுப்பதில் சிறப்புப் பயிற்சி பெற்ற மருத்துவர் ஒருவரை பரிந்துரைக்குமாறு உங்களது பொது மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

2: குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது எனக்குச் சரி வருமா?

“இந்த முடிவினைக் கூடிய விரைவில் சுட்டிக் காட்டுவது குறிப்பாக முக்கியமானது என்றே நான் நினைக்கிறேன், ஏனென்றால் விழிப்புணர்வு ஏற்படுவதே ஏற்றபடி மாறிக் கொள்ளச் செய்து, அவ்விதம் மாறிக் கொள்வதே முடிவு-எடுப்பதற்குத் துணைபுரிகிறது.”

வேறு எந்த அறுவைச் சிகிச்சையையும் போன்றே, உணவு கொடுக்கும் குழாயைப் பொருத்திக் கொள்வதா வேண்டாமா என்பது முற்றிலும் நீங்கள் தெரிவு செய்து கொள்வதேயாகும். ஒரு நடைமுறையைச் செய்து கொள்வது சாத்தியமானதாக இருந்து, அது பலன்களைத் தரலாம் என்பதாலேயே அது எல்லோருக்கும் சரியானது என்று பொருள் ஆகிவிடுவதில்லை.

நீங்கள் என்ன முடிவை எடுத்தாலும், காலப்போக்கில் உங்களது மனதை மாற்றிக் கொள்ளலாம். நீங்கள் பின்வருவனவற்றைச் செய்ய விரும்பலாம்:

- பின்னொரு தேதியில் குழாயைப் பொருத்திக் கொள்ள விரும்பலாம்; ஆனால் அறிகுறிகள் முற்றியதும், உணவு கொடுக்கும் குழாயை உள்ளே செருகுவது அதிகச் சிரமமாகி விடலாம் (ஆலோசனைக்கு உங்கள் சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினரிடம் கேளுங்கள்)
- உங்கள் உணவு கொடுக்கும் குழாயைப் பொருத்திய பிறகு அதை உபயோகிப்பதை நிறுத்திக் கொள்வது (*“உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றைப் பொருத்திய பிறகு நான் எனது மனதை மாற்றிக் கொண்டால் என்னாகும்?” என்ற, பிற்பாடு வரும் தலைப்பினைப் பாருங்கள்*)

நீங்கள் உங்கள் முடிவினை எடுக்கும்போது, ஒவ்வொரு உணவு கொடுக்கும் முறைக்கும் உள்ள சாதக, பாதகங்கள் குறித்த துல்லியமான தகவல்களை நீங்கள் பெற்றுக் கொள்வது இன்றியமையாததாகும்.

உங்கள் சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினர், உங்களது எதிர்கால சுகாதாரத் தெரிவுகள் குறித்த தகவல் தெரிந்ததோர் முடிவினை நீங்கள் எடுக்க உங்களுக்கு உதவ முடியும் என்பதால், இதனை அவர்களிடம் முழுமையாகப் பேசி விடுவதே மிகச் சிறந்ததாகும். முடிவெடுக்கும் நடைமுறையின் போது, ஏற்கெனவே உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினை உபயோகித்துக் கொண்டிருக்கிற யாராவது ஒருவரோடு உங்களை அறிமுகம் செய்து வைப்பது, உங்கள் சுகாதாரக் கவனிப்புக் குழுவில் உள்ள ஒருவருக்கு சாத்தியமானதாக இருக்கலாம்.

வழக்கமாகவே மருத்துவமனைகளிலும், சமுதாய சேவை அமைப்புகளிலும் குழாய் மூலம் உணவு கொடுத்தல் குறித்த வழிகாட்டுதல்கள் இருக்கின்றன அதோடு அவற்றைப் பார்க்க வேண்டும் எனக் கேட்பது உங்களுக்கு உதவிகரமாக இருப்பதை நீங்கள் காணலாம்.

நான் ஏன் குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பதை பரிசீலிக்க வேண்டும்?

MND நோயில், உங்களுக்கு இப்பின்வருவன ஏற்படலாம்:

- உங்கள் உணவை மென்று, விழுங்குவதில் சிரமங்கள் ஏற்படலாம்
- கை மற்றும் புயத்தைக் குறைவாகவே அசைக்க முடிவது, இது நீங்கள் உணவை வாயிற்கு எடுத்துச் செல்வதை சிரமமானதாக ஆக்கி விடுகிறது
- குறைவாகச் சாப்பிடுவதன் காரணமாக எடைக் குறைவு மற்றும் தசை வீணாகலாம்
- நீர் குறைவாக அருந்துவதன் காரணமாக நீரிழப்பு மற்றும் மலச்சிக்கல் ஏற்படலாம்
- உங்கள் சுவை உணர்வில் மாற்றங்கள் ஏற்படலாம் அல்லது பசி குறையலாம்
- மிகக் குறைந்த அளவிற்கு கலோரிகளை உட்கொள்வதனால் சக்தியிழப்பு உண்டாகலாம்
- உணவும், திரவமும் நுரையீரல்களுக்குள் கடந்து சென்று, இருமல் அல்லது அடைத்துக் கொள்வதை உண்டாக்குவது (இதனை காற்றை உறிஞ்சியிழுத்தல் என்கிறார்கள், அது மார்பு நோய்த்தொற்றுக்களை உண்டாக்கி விடலாம்).

ஏற்படும் பலன்கள் என்னென்ன?

“மிக அதிகமான மன அழுத்தத்தைப் போக்கியதன் மூலம், எனது நட்புக்குரிய PEG கருவி எனக்கும், என் பாசத்திற்குரியவர்களுக்கும் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்திக் கொடுத்திருக்கிறது. வாழ்வில் தோல்வியை ஏற்று ஒதுங்கிக் கொள்ளும் நிலை ஒன்றிலிருந்து இது என் நோயை எதிர்த்துப் போராட எனக்கு உதவி செய்து கொண்டிருக்கிறது.”

குழாய் மூலமாக உணவு கொடுப்பது, உங்களுக்குத் தேவையான ஊட்டச்சத்தினை நீங்கள் பெற்றுக் கொள்ள உதவுகிறது அதோடு அது:

- உங்களது சக்தி அளவுகளை அதிகரிக்கச் செய்து, இழந்த உங்கள் எடையைத் திரும்பப் பெற அல்லது உங்கள் எடையை அதே அளவில் பராமரித்துக் கொள்ளவும் உதவுகிறது

- மெல்லுவது மற்றும் விழுங்குவது சிரமமானதாக ஆகி விடுகிற பட்சத்தில் உங்களுக்குக் குறைவான நெருக்கடியையே உண்டாக்குகிறது
- இருமல், அடைத்துக் கொள்ளுதல் மற்றும் நெஞ்சக் நோய்த்தொற்றுக்கள் ஏற்பட்டு விடுவதற்கான ஆபத்தினைக் குறைக்கிறது
- உட்கொள்ளும் திரவ அளவை அதிகரிக்கச் செய்து, நீரிழப்பு மற்றும் மலச்சிக்கல் ஏற்படுவதைத் தவிர்க்க உதவுகிறது
- ஒருசில மருத்துவங்களை எடுத்துக் கொள்வதற்கு உபயோகமானதோர் வழியாக இருக்கிறது
- நலமாக இருக்கிறோம் என்ற உங்கள் உணர்வை மேம்படுத்துகிறது.

மேலுள்ள அனைத்தும், வாழ்க்கைத் தரத்தினை அல்லது செளகரியத்தை மேம்படுத்தித் தரலாம். ஆயினும், உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினை உபயோகிப்பது, நோய் முற்றுவதைத் தாமதிக்கவோ நிறுத்தி விடவோ செய்யாது.

ஆபத்துக்கள் என்னென்ன?

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திக் கொள்வது பொதுவானதும், ஓரளவிற்குப் பாதுகாப்பானதுமான நடைமுறையேயாகும். பெரியளவிலான பிரச்சனைகள் அரிதானவையே அதோடு பெரும்பாலான பிரச்சனைகளை எளிதாகவே தீர்த்து விட முடியும்.

எந்தச் சிகிச்சையிலும் இருப்பதைப் போலவே, நீங்கள் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டிய ஏற்பட வாய்ப்புள்ள சில ஆபத்துக்கள் இதிலும் இருக்கத்தான் செய்கின்றன, அவையாவன:

- அறுவைச் சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து ஏற்படும் நோய்த்தொற்று
- காயத்திலிருந்து உதிரப்போக்கு அல்லது இரத்தம் கசிவு ஏற்படுதல்
- உணவு கொடுக்கும் குழாயினைச் செருகியுள்ள பகுதியைச் சுற்றிலும் அசௌகரியம் அல்லது வலி ஏற்படுதல்
- உணவு கொடுக்கும் குழாயினைச் செருகிய பிறகு, உங்கள் வயிற்றில் மீதமாக இருக்கிற கொஞ்சக் காற்றின் காரணமாக உப்பசம் ஏற்படுதல்

- குழாயினைப் பொருத்திய பிறகு சற்று நேரத்திற்கு உங்கள் சுவாசம் தாழ்ந்து இருக்கலாம்.

உங்களுக்கு ஏற்படுகிற ஆபத்துக்கள் உங்கள் உடல்நல நிலையைப் பொருத்தே இருக்கின்றன. குழாய் மூலம் உணவு கொடுத்தல் குறித்து நீங்கள் முடிவினை எடுப்பதற்கு முன்பாக உங்கள் உணவியலார் அல்லது உரிய மருத்துவரிடமிருந்து நீங்கள் ஆலோசனையைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

இக்குழாய் எவ்வாறு எனது குடும்பத்தினரையும், என்னைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களையும் பாதிக்கும்?

குழாய் வழியாக உணவு கொடுப்பது, உங்களுக்கும், உங்களைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களுக்கும் சுமையானதாகி விடலாம் என நீங்கள் கவலையடையலாம். ஆயினும், உங்களுக்குத் தேவையான திரவத்தையும், ஊட்டச் சத்தினையும் நீங்கள் பெற்றுக் கொள்கிறீர்கள் என்பதைத் தெரிந்து கொண்டு அவர்கள் ஆறுதலடையலாம்.

இந்நடைமுறை எளிமையானதே, அதோடு உங்களைக் கவனித்துக் கொள்வதில் ஈடுபடுகிற ஒவ்வொருக்கும், குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பதில் உங்களுக்குத் துணைபுரிவதற்காக பயிற்சி கொடுத்து விடுவோம். பார்க்க பிரிவு 5: *எனது உணவு கொடுக்கும் குழாயினை நான் எவ்விதமாகப் பேணிப் பராமரிப்பது?*

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திக் கொள்வதா வேண்டாமா என்பதை நீங்கள் முடிவு செய்ததும், நீங்கள் எடுத்துள்ள முடிவினை உங்கள் குடும்பத்தினரோ உங்களைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களோ ஒப்புக் கொள்ளாமல் போகலாம். ஒவ்வொருவரது கவலைகளையும் கலந்தாலோசனை செய்வது, எல்லோரும் ஒப்புக்கொண்டதோர் புரிந்து கொள்ளுதலுக்கு உங்களைக் கொண்டு வருவதற்கு உதவி செய்ய முடியும்.

குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது குறித்த வீடியோ படம் எதையும் நான் பார்க்கலாமா?

குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது குறித்த மேலதிகத் தகவல்களுக்கும், வீடியோ படங்களுக்கும் myTube இணையதளத்தைப் பாருங்கள்:

இந்த வீடியோ, ஷெஃப்பீல்டு இன்ஸ்டிடியூட் ஃபார் டிரான்ஸ்லேஷனல் நியூரோசயின்ஸ் நிறுவனமான SITraN உருவாக்கியபடி, முடிவு எடுப்பதையும், குழாய் மூலமாக உணவு கொடுப்பதையும் ஆழ்ந்து ஆய்வு செய்கிறது.

இந்த இணையதளத்தை, MND நோயோடு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறவர்களைக் கொண்டே உருவாக்கப்பட்டது, அவர்களுக்கு பயன்பாட்டில் இருக்கிற தங்களது உணவு குழாய்களை காண்பிப்பதற்கும் மக்களைச் சந்திப்பதற்குமான ஒரு வழி தேவைப்பட்டது. அவர்களது அனுபவங்களையும், தனிப்பட்ட கதைகளையும் myTube-ல் கேட்பது, உணவுக் குழாய் ஒன்றைப் பொருத்திக் கொள்வதா வேண்டாமா என்பது குறித்த உங்களது சொந்த முடிவை எடுக்கும் போது உதவிகரமாக இருக்கலாம்.

இந்த வீடியோக்கள், உணவுக் குழாயைப் பொருத்திக் கொண்டு வாழ்க்கையை எவ்விதமாக நடத்த முடியும் என்பதைக் காண்பிக்க உதவுகிறது. இந்த வீடியோக்களில் எழுத்து வரிகளைக் கொண்டு அறிமுக வரிகளையும், நம்பகமான நிறுவனங்களில் இருந்து கிடைத்த, எங்களது சொந்தத் தகவல் தாட்கள் மற்றும் வழிகாட்டிகள் உள்ளிட்ட, கவனமாகத் தெரிவு செய்த ஆதார வளங்கள் கொண்ட பட்டியல் ஒன்றையும் கொடுத்துள்ளோம்.

உணவு கொடுக்கும் குழாய் வேண்டாம் என்பதாக நான் முடிவெடுத்தால் என்னாகும்?

நீங்கள் உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றைப் பொருத்திக் கொள்கிறீர்களோ இல்லையோ உங்களது தசைகள் தொடர்ந்து வீணாகிக் கொண்டே இருக்கும். ஆயினும், உணவு கொடுக்கும் குழாயைப் பொருத்திக் கொள்ளாமல் இருப்பது, சாப்பிடுவதையும், அருந்துவதையும் மேலும் மேலும் சிரமமாக்கிக் கொண்டே போவதால், உங்களுக்கு எடை குறைவதற்கு வாய்ப்பிருக்கிறது அதோடு நீங்கள் நீரிழிப்படைந்தவராகலாம். இது எப்படியிருக்குமோ என்று நீங்கள் கவலையடையலாம், ஆனால் உங்கள் MND நோய் முற்றிக் கொண்டே செல்கையில் வழக்கமாகவே தாகம் மற்றும் பசியின் கடுமை குறைந்து போய் விடுகிறது. நீங்கள் இதனை ஓர் “நோய் அறிகுறி தணிப்புச் சிறப்பு மருத்துவ நிபுணரிடம்” கலந்தாலோசிப்பது உங்களை தைரியப்படுத்துவதாக இருக்கும். அவ்வாறான ஒருவரை பரிந்துரைக்குமாறு உங்கள் சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக்

குழுவினரிடம் கேட்டுக் கொள்ளுங்கள்.

வாய்ப்புகளை நீங்கள் பரிசீலனை செய்து விட்டதும், நீங்கள் தகவல் தெரிந்த முடிவு ஒன்றினை எடுக்கலாம். உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்று உங்களுக்குச் சரியானதல்ல என நீங்கள் முடிவு செய்து விடுகிறீர்கள் என்றால், அப்போதும் உங்களது ஊட்டச்சத்துச் செவிலியர், உணவியலர் மற்றும் பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சைவல்லுநர் உங்களுக்கு உதவ முடியும். அவர்கள் உங்களுக்கு உங்களது தேவைகளுக்குப் பொருந்துகிற, உணவு, பானம், மற்றும் பரிந்துரைத்துள்ள இணை உணவுகள் குறித்து ஆலோசனையளிக்கலாம். உங்களது நோய் அறிகுறி தணிக்கும் கவனிப்புக் குழுவினரும், உங்களுக்குத் துணை புரிந்து, தேவைக்கேற்ப பசி அல்லது தாகத்தைப் போக்குவதற்குத் தேவைப்படக்கூடிய மருத்துவம் எது என்பது குறித்தும் உங்களுக்கு ஆலோசனையளிக்கலாம்.

இந்த ஆலோசனையில், கூடிய மட்டும் நீண்ட நேரத்திற்கு நீங்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட அல்லது அருந்த உதவுவதற்கு, உரிய உணவுப்பதம் மற்றும் கெட்டித்தன்மைகளை தெரிவு செய்து எடுத்துக் கொள்வதும் அடங்கலாம்.

i MND நோய் இருக்கையில் சாப்பிடுவது மற்றும் அருந்துவது குறித்தத் தகவல்களுக்கும், எளிதாக விழுங்கக்கூடிய உணவுப் பதார்த்தங்களுக்கும், பாருங்கள்: *MND நோயிருக்கையில் சாப்பிடுதல் மற்றும் அருந்துதல்*

i MND நோயில், விழுங்குதல், உமிழ்நீர், இருமுதல் மற்றும் அடைத்துக் கொள்ளுதல் குறித்த இன்னும் அதிக விவரங்களுக்கு, பாருங்கள்: தகவல் தாள் 7A – *விழுங்குவதில் இருக்கும் சிரமங்கள்*

நீங்கள் அவசர நிலை ஒன்றிலும் கூட, குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திக் கொள்ளாமல் இருப்பதை உறுதி செய்ய விரும்புகிறீர்கள் என்றால், நீங்கள் அதனை “சிகிச்சையை மறுப்பதற்கான நவீன முடிவு” (Advanced Decision to Refuse Treatment (ADRT)) இல் தெரியப்படுத்தலாம். . “*உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றைப் பொருத்திய பிறகு நான் எனது மனதை மாற்றிக் கொண்டால் என்னாகும்?*” என்ற அடுத்த தலைப்பினைப் பாருங்கள்

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றைப் பொருத்திய பிறகு நான் எனது மனதை மாற்றிக் கொண்டால் என்னாகும்?

எதிர்காலத்தில், ஒருசில சூழ்நிலைகளில் நீங்கள் உங்கள் உணவு கொடுக்கும் குழாயினை உபயோகிப்பதை நிறுத்திக் கொள்ள நீங்கள் முடிவு செய்யலாம். “சிகிச்சையை மறுப்பதற்கான நவீன முடிவு” (Advanced Decision to Refuse Treatment (ADRT)) என்ற ஒன்று உங்கள் வாய்ப்புகளுக்குத் துணை புரியலாம். ஓர் ADRT, எதிர்காலத்தில் நீங்கள் எந்தச் சிகிச்சையை மறுக்க விரும்புகிறீர்கள் என்பதை உங்களைக் கவனித்துக் கொள்வதில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்குச் சொல்கிறது அதோடு இதனை, நீங்கள் ஏதோவொரு காரணத்திற்காக முடிவுகளை எடுக்க அல்லது தகவல் தொடர்பு கொள்ள இயலாதவராக ஆகிவிடுகிற பட்சத்தில் மட்டுமே உபயோகிப்பார்கள்.

நீங்கள் எது வேண்டாம் என மறுக்க விரும்புகிறீர்கள் என்பதையும், அதை எப்போது செய்யாமல் இருக்க வேண்டும் என்பதையும் நீங்கள் குறிப்பாகச் சொல்லியாக வேண்டும். உதாரணமாக, நீங்கள் எந்தெந்தச் சூழ்நிலைகளில் உங்களது உணவு கொடுக்கும் குழாய் உபயோகத்தை நிறுத்திக் கொள்ள விரும்புகிறீர்கள் என்பது குறித்ததோர் அறிக்கையைக் கொடுக்க நீங்கள் விரும்பலாம்.

ஓர் ADRT-ஐச் சரியாகப் பூர்த்தி செய்திருந்தால் அது சட்ட ரீதியாகக் கட்டுப்படுத்துவதாகும். உங்களால் முடிவுகளை எடுக்கவோ தகவல் தொடர்பு கொள்ளவோ இயலாமல் போய் விடுகிற பட்சத்தில், உங்களது கருத்துகளுக்கும், விருப்பங்களுக்கும் மதிப்பளிப்பார்கள். ஆயினும், எந்த நேரத்திலும் நீங்கள் அந்த ADRT-ஐ மறுஆய்வு செய்து மாற்றிக் கொள்ள முடியும்.



உங்களது எதிர்காலக் கவனிப்பிற்குத் திட்டமிடுவது குறித்த இன்னும் அதிக விவரங்களுக்கு, ADRT மற்றும் வாழ்க்கை இறுதி முடிவு எடுத்தல் குறித்த எங்களது பிரசுரத்தைப் பாருங்கள், இவற்றை இந்தத் தாளின் இறுதியில் இருக்கிற “மேலதிகத் தகவல்கள்” எனும் பகுதியில் பட்டியலிட்டுள்ளோம்.

3: இவ்வண்ணவளிக்கும் குழாயை உபயோகிப்பது எனது வாழ்க்கையில் எவ்விதப் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்?

இந்தப் பிரிவு, உணவு கொடுக்கும் குழாயோடு அன்றாடம் வாழ்வது குறித்த சில பொதுவான கேள்விகளுக்குப் பதில் தருகிறது.

இப்போதும் நான் எவ்வளவு காலத்திற்கு வாய்வழியாக உணவருந்தி மகிழலாம்?

இக்குழாயினைப் பொருத்திய பிறகு உடனடியாகவே அதனை உபயோகிக்க வேண்டியிராமல் இருக்கலாம். சிலர் இக்குழாய் அவர்களுக்குத் தேவைப்படுகையில் விரைவிலேயே அதனை உபயோகித்துக் கொண்டு, படிப்படியாக அதனை அதிகரித்துக் கொள்ள முடிகிற வகையில் இதனை முன்னதாகவே பொருத்திக் கொள்கிறார்கள்.

உணவு கொடுக்கும் குழாய் பொருத்தியதோடு, அப்போதும் நீங்கள் வாய்வழியாகச் சாப்பிட்டு, அருந்துவது பாதுகாப்பானதே என உணரும் வரையில், அவ்விதமே செய்து கொள்ளலாம். உங்களுக்கு எது பாதுகாப்பானது என்பதைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு, உங்களது பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சை சிறப்பு நிபுணர் மற்றும் உணவியல் நிபுணரிடமிருந்து ஆலோசனை பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

விழுங்குவதில் ஏற்பட்டுள்ள சிரமங்கள் காரணமாக உயர்ந்தளவு ஆபத்து இருக்கிற பட்சத்திலும் கூட, சிறிய அளவில் உணவு மற்றும் பானத்தை அருந்தி மகிழத் தெரிவு செய்யலாம். நீங்கள் ஆபத்துக்களை பரிசீலனை செய்து, தகவல் தெரிந்த தெரிவு ஒன்றினைச் செய்திருக்கிறீர்கள் என்றால், இது முற்றிலும் நியாயமானதே. நீங்கள் சாப்பிட்டுப் பார்க்க என்னென்ன வகையான உணவுகள் மற்றும் என்னென்ன கெட்டித்தன்மையுள்ள உணவுகளும், பானங்களும் பாதுகாப்பானவை என்பது குறித்து, உங்கள் பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சை சிறப்பு நிபுணரும், உணவியல் நிபுணரும் உங்களுக்கு ஆலோசனையளிப்பார்கள்.

சாப்பிட்டு மகிழ்வது அல்லது குடித்து மகிழ்வது போன்ற அதே மாதிரியான சந்தோஷத்தை குழாய் வழியாக உணவு கொடுப்பது

வழங்குவதில்லை என்கிற போதிலும், அப்படிக் கொடுப்பது பசி மற்றும் தாக உணர்வைப் போக்க முடியும்.

உணவு கொடுக்கும் குழாயொன்று, எடை அதிகரிக்க எனக்கு உதவுமா?

உங்களது எடை அதிகம் குறைந்து போயிருக்கிறது என்றால், குறைந்து போன எடையில் கொஞ்சம் திரும்ப அதிகரித்துக் கொள்ள உதவும் வகையில் உங்களுக்கு கலோரி அதிகம் கொண்ட திரவ உணவைப் பரிந்துரைக்கலாம். இதற்குப் பிறகு, உணவியல் நிபுணரும் நீங்களும் ஒப்புக் கொண்டதோர் அளவில் எடையைப் பராமரித்துக் கொள்ள உதவுவதற்கு, உணவின் வகையையும் அளவையும் கூட்டிக் குறைத்துச் சரி செய்வார்கள்.

குளிப்பது, துவலைக்குளியல் அல்லது நீந்துவது குறித்து என்ன சொல்கிறீர்கள்?

உணவுக் குழாயைப் பொருத்திய இடம் முழுமையாக குணமடையும் வரை நீங்கள் அக்குழாயினைத் தண்ணீரில் அமிழ்த்தக் கூடாது. நீங்கள் மறுபடியும் பாதுகாப்பான முறையில் துவலைக்குளியல், குளிக்க அல்லது நீந்த முடிவதற்கு முன் எவ்வளவு காலம் காத்திருக்க வேண்டும் என்பதைக் குறித்து உங்களுக்கு ஆலோசனையளிப்பார்கள். அப்படிச் செய்வது பாதுகாப்பானதும், அப்படிக் குளிப்பது அல்லது நீந்துவதற்கு முன்பே உங்கள் குழாயை நீங்கள் மூடி விட்டீர்கள் என்பதைப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும் அதோடு அதன் பிறகு அக்குழாயையும், அது வெளியேறும் இடத்தையும் கவனமாக உலர்த்தியாக வேண்டும்.

குழாய்களின் வெவ்வேறு வகைகளையும், அவற்றை எவ்விதம் பொருத்துகிறார்கள் என்பதைப் பொருத்து, உணவு கொடுக்கும் குழாயோடு குளிப்பது குறித்தும், துவலைக்குளியல் குறித்தும், நீந்துவது குறித்தும் தரும் ஆலோசனைகள் பகுதிக்குப் பகுதி வேறுபடலாம். உங்கள் பகுதி குறிப்பான வழிகாட்டுதலுக்கு, எப்போதுமே உங்களது சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினரிடம் பேசித் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

இது எனது உடல் தோற்றத்தைப் பாதிக்குமா?

இக்குழாய் எவ்விதமாகத் தோற்றமளிக்கும் என்பது குறித்தும், இது உங்களது நம்பிக்கையை எந்தளவிற்குப் பாதிக்கும் என்பது குறித்தும் நீங்கள் கவலையடையலாம். நீங்கள் உடைகளை அணிந்து கொள்ளும் போது இது கண்ணில் படுவதில்லை, அதோடு பொதுவான அன்றாடச் செயல்பாடுகளில் இது பிரச்சினைகளை உண்டாக்காது.

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திக் கொள்வதை சகஜமாக்கிக் கொள்வதற்கு உங்களுக்குக் கொஞ்சம் காலமாகலாம் அதோடு உங்களது உணர்வுகளை நண்பர்கள், குடும்பத்தினர் அல்லது உங்களது சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்புக் குழுவினர் ஒருவரோடு முழுமையாகப் பேசித் தீர்ப்பது உங்களுக்கு உதவிகரமாக இருக்கலாம். அவர்களால், உங்களது உடலுக்கு ஏற்பட்டுள்ள மாற்றங்களை நீங்கள் ஏற்றுக் கொள்ள உதவுவதற்கான ஆதரவை வழங்க முடியும்.

நீங்கள் ஆடைகளைக் களைந்திருக்கும் போது உங்களது தோற்றம் குறித்து நீங்கள் கவலையடைகிறீர்கள் என்றால், அவ்வுணவளிக்கும் குழாயினை துணி கொண்டு மூடிக் கொள்ளலாம். சில நிலைகளில், அதனைக் குட்டையாக வெட்டிக் கொள்ளலாம், அல்லது தட்டையாகப் பொருந்தும் முகப்பு ஒன்றுள்ளதோர் குழாயினை உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். வழிகாட்டுதலுக்கு உங்களது உணவியலர் அல்லது ஊட்டச்சத்துச் செவிலியரிடம் கேளுங்கள்.

குழாய் வழியாக உணவு கொடுப்பது அசௌகரியமான உணர்வை அளிக்குமா?

உங்களது உணவை நீங்கள் உட்கொண்ட பிறகு, கொஞ்சம் உப்பசம் அல்லது எதுக்களிப்பினை நீங்கள் அனுபவிக்கலாம். அது உங்கள் வயிற்றில் நன்றாகப் பொருந்தி, நீங்கள் இன்னும் அதிக சௌகரியமாக உணர் உதவுவதற்கு, நீங்கள் உணவருந்தும் போதும், அதற்குப் பிறகு ஒரு மணி நேரத்திற்கும் நேராக நிமிர்ந்து அல்லது பல தலையணைகளை வைத்து அதன் மீது சாய்ந்து உட்கார்ந்து கொள்ளுங்கள்.

இது தொடர்ந்து ஒரு பிரச்சனையாகவே இருந்து வருகிறது என்றால், இதற்கு உதவ முடிகிற மருத்துவங்களைப் பார்வையிடுவதற்கு, நோய் அறிகுறி தணிக்கும் கவனிப்புக் குழுவினரிடமிருந்து ஒரு மறுஆய்வு வேண்டுமென்று உங்கள் பொது மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

நான் உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திக் கொள்கிற பட்சத்திலும், நான் எனது வாயைப் பராமரித்துக் கொள்ள வேண்டுமா?

நீங்கள் சாப்பிடவில்லை என்றாலும் கூட, உங்கள் வாயைக் கவனித்துப் பராமரித்துக் கொள்ள வேண்டும். உங்கள் வாயில் மிக விரைவாக காறை படிந்து விடலாம், ஆகவே உங்கள் வாயினைக் குறைந்தது தினமும் இருவேளையாவது சுத்தம் செய்வது முக்கியமானதாகும்.



வாய் பராமரிப்பு குறித்த இன்னும் அதிகத் தகவல்களுக்கு, பாருங்கள்:
தகவல் தாள் 11B - *வாய் பராமரிப்பு*

என்னால் இப்போதும் அன்னியோன்யமாக இருந்து உடலுறவு கொள்ள முடியுமா?

உணவு கொடுக்கும் குழாயினால் உங்களது உடலுறவுச் செயல்பாடு பாதிக்கப்படுவதில்லை, ஆனால், அது உங்கள் உடலைக் குறித்து நீங்கள் எண்ணுகிறதும், உணர்கிறதுமான விதத்தை மாற்றிவிட முடியும். இது உங்களது நம்பிக்கையைக் குறைக்கலாம். இன்னும் அதிகத் தகவல்களுக்கு, '*இது எனது உடல் தோற்றத்தைப் பாதிக்குமா?*' என்ற முந்தைய தலைப்பைப் பாருங்கள். உங்களது உணவு கொடுக்கும் குழாய் உங்களது உடலுறவு வாழ்வினைப் பாதிப்பது குறித்து நீங்கள் கவலையடைகிறீர்கள் என்றால், இதனை உங்களது துணையோடு பேசி, உங்களது உணர்வுகளை இருவரும் சேர்ந்து ஆழ்ந்து ஆய்வு செய்வது உதவிகரமாக இருக்கலாம்.



MND நோயில், உடலுறவு மற்றும் உறவுகள் குறித்த இன்னும் அதிக விவரங்களுக்கு, பாருங்கள்:
தகவல் தாள் 13A – *MND நோயோடு வாழ்கிறவர்களுக்கான உடலுறவு மற்றும் உறவுகள்* மற்றும் 13B – *MND நோயோடு வாழ்கிறவர்களின் துணைவர்களுக்கான உடலுறவு மற்றும் உறவுகள்*

எனது குடல்கள் பாதிப்படையுமா?

உணவுமுறையில் செய்கிற எந்த மாற்றமும், உங்களது குடல்களையும், கழிவறைக்குச் செல்லும் வழக்கங்களையும் பாதித்து விட முடியும்.

வழக்கமாக MND நோயினால் குடல் செயல்பாடு நேரடியாகப்

பாதிக்கப்படுவதில்லை என்கிற போதிலும், இந்நோயுள்ள அநேகருக்கு இன்னமும் அவர்களது குடல்களில் பிரச்சனை இருக்கத் தான் செய்கின்றது. இதற்கு அநேகக் காரணங்கள் இருக்கலாம்:

- பலவீனமடைந்து போன இடுப்புத் தரைத் தசைகள்
- சுறுசுறுப்பு குறைந்தவராக ஆவது
- விழுங்குவதில் ஏற்படுகிற சிரமங்கள் காரணமாக மிகக் குறைவான அளவிற்கு நார்ச்சத்து மற்றும் நீர் கிடைப்பது
- ஒருசில மருத்துவங்களை உபயோகிப்பது.

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திய பிறகு உங்களுக்கு மலச்சிக்கல் அல்லது வயிற்றுப் போக்கு இருப்பதை நீங்கள் காணலாம். குடல்கள் அதன் இயல்பான பாங்குக்குத் திரும்புவதற்கு சற்று காலம் ஆகலாம். வயிற்றுப் போக்கு அல்லது மலச்சிக்கல் ஒரு பிரச்சனையாக ஆகிவிடுகிற பட்சத்தில், உங்கள் உணவில் இருக்கும் நார்ச்சத்தினைக் கூட்டிக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

உணவு கொடுக்கும் குழாயோடு வாழ்வதற்கு நீங்கள் நன்றாக சகஜமாகிக் கொள்ள வேண்டும் என்பது முக்கியமானதாகும், ஆகவே உங்களுக்குக் கவலைகள் ஏதுமிருந்தால், உங்களது உணவியலர், மாவட்டச் செவிலியர் அல்லது ஊட்டச்சத்துச் செவிலியரிடமிருந்து ஆலோசனையைப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

நான் எனது மருத்துவத்தை எவ்விதம் எடுத்துக் கொள்வது?

உங்களது மருத்துவத்தை உங்களால் எடுத்துக் கொள்ள இயலவில்லை என்றால், அதனை திரவ வடிவில் அல்லது கூடுமான இடங்களில் கரையக்கூடிய வடிவில் பரிந்துரைப்பார்கள். ஓர் மருத்துவம் திரவ வடிவில் கிடைப்பதில்லை என்றால், ஆலோசனைக்குப் பரிந்துரைக்கிற சுகாதாரக் கவனிப்பு நிபுணரிடம் கேளுங்கள். எந்தெந்த மருந்துகளைக் குழாய் வழியாக எடுத்துக் கொள்ள முடியும் என்பது குறித்த ஆலோசனையை உங்களது மருத்துவர், மாவட்டச் செவிலியர், அல்லது மருந்தாளருடனும் கொடுக்க முடியும்.



ரிலுஸோல் மருந்து குறித்த விவரங்களுக்கு, பாருங்கள்: தகவல் தாள் 5A – ரிலுஸோல்

எனக்கு உணவு ஒத்துக் கொள்ளாமல் இருந்தால், நான் குழாய் மூலம் உணவெடுத்துக் கொள்ள முடியுமா?

ஆம். உங்கள் தேவைகளுக்கு எந்தெந்த உணவுகள் பொருத்தமானவை என்பது உங்களது உணவியலருக்குத் தெரியும். எப்போதும் தருகிற உணவுகள், கொட்டைகள், பசைப்பொருள் மற்றும் லேக்டோஸ் இல்லாதவையாகும். நீங்கள் சைவமாக இருந்தால், சோயா உணவுகள் கிடைக்கின்றன.

4: இக்குழாயை எவ்விதம் பொருத்துகிறார்கள்?

இந்தப் பிரிவு, குழாய் பொருத்தும் நடைமுறை குறித்தும், சுகாதார மற்றும் சமுதாயக் கவனிப்பு நிபுணர்களோடு, குழாயைப் பொருத்துவதற்கு முன்னும், பொருத்திய பின்னும் கலந்தாலோசிக்க வேண்டிய காரியங்கள் குறித்தும் விவாதிக்கும்.

இந்நடைமுறையின் போது என்ன நடைபெறுகிறது?

இக்குழாயைப் பொருத்துவதற்கு நீங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை ஒன்றைச் செய்து கொள்ள வேண்டியிருக்கும். இதனைத் தான் கேஸ்ட்ராஸ்டமி என்று சொல்கிறார்கள். இதில் 3 விதங்கள் இருக்கின்றன:

- PEG (பெர்க்யூட்டேனியஸ் எண்டோஸ்கோப்பிக் கேஸ்ட்ராஸ்டமி)
- RIG (ரேடியாலஜிக்கலி இன்செர்ட்டட் கேஸ்ட்ராஸ்டமி)
- PIG (பெர்-ஓரல் இமேஜ் கைடட் கேஸ்ட்ராஸ்டமி)

குழாயின் வெவ்வேறு வகைகளுக்கு இடையே உள்ள முக்கிய வித்தியாசமே, அவற்றை எவ்விதம் பொருத்தி, எவ்விதம் வைக்கிறார்கள் என்பதேயாகும். இதனை, ஊட்டச்சத்துச் செவிலியர், உணவியல் நிபுணர் அல்லது உரிய மருத்துவர் உங்களுக்கு விளக்கிச் சொல்வார்கள். தகவல் தெரிந்த முடிவு ஒன்றினை உங்களால் எடுக்க முடிகிற வகையில், உங்களுக்கான வழிவகைகளை முன்னமே பரிசீலித்துக் கொள்வதே மிகச் சிறந்ததாகும்.

RIG நடைமுறைக்குப் பின் தருகிற கவனிப்பிற்கு நீண்ட காலம் ஆகும் அதோடு அதில் அதிக அசௌகரியமும் இருக்கலாம். ஆயினும், MND நோய் உங்களது சுவாசிப்பை பலவீனமாக்கியிருந்தால், உங்களுக்கு PEG முறையை விட RIG முறையையே பரிந்துரைக்கலாம். கிடைக்கப்பெறுகிற குழாய் மூலம் உணவளிப்பதற்கான வகை மற்றும் ஒவ்வொரு வகையையும் எப்போது உபயோகிக்கிறார்கள் என்பதைக் குறித்ததுமான அவ்வப்பகுதி வழிகாட்டுதல்கள் வேறுபடலாம் என்பதால், கொடுக்கிற வழிமுறைகள் நீங்கள் எங்கே வசிக்கிறீர்கள் என்பதைப் பொருத்தே இருக்கும்.

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றைப் பொருத்திக் கொள்வதற்கு முன் கடுமையான எடைக் குறைவு ஏற்படுவது, அறுவைச் சிகிச்சையின் போதும் அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகும் ஏற்படுகிற ஆபத்துகளை அதிகரிக்கச் செய்து விடலாம். உங்களுக்குக் குறிப்பிடத்தக்க அளவிற்கு எடைக் குறைவு ஏற்படுவதற்கு முன்பே உங்களுக்கான வழிவகைகளைப் பரிசீலித்துக் கொள்வதே சிறப்பானதாகும்.

உங்களது அறுவைச் சிகிச்சைக்காக உங்களை மருத்துவமனையில் அனுமதிப்பார்கள். அதற்குப் பிறகு, வழக்கமாகவே நீங்கள் குறுகிய காலத்திற்கு மருத்துவமனையில் தங்கியிருக்க வேண்டியிருக்கும், ஆனால் இது உங்களது சொந்தத் தேவைகளையே சார்ந்திருக்கும்.

இம்முழு அறுவைச் சிகிச்சையும் சாதாரணமாக அரைமணி நேரமே ஆகிறது அதோடு, இதனை இலேசான மயக்க மருந்து மூலம் மேற்கொள்கிறார்கள். நீங்கள் சோர்வாக இருப்பதாக உணர்வீர்கள் ஆனால் என்ன நடந்து கொண்டிருக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்வீர்கள். அதன்பிறகு, நீங்கள் ஓரிரு மணி நேரங்களுக்குத் தூங்கி, பின் என்ன நடந்தது என்பது குறித்த கொஞ்சம் ஞாபகத்தோடு தூக்கத்திலிருந்து எழலாம்.

சில நேரங்களில் மூக்கு வழியாக உணவழிப்பதையும் பரிந்துரைக்கப்படலாம். இதில், மூக்கு, தொண்டையின் பின்பகுதி வழியாக வயிற்றுக்குள் ஒரு குறுகிய குழாயைச் செருகுகிறார்கள். இதைக் குறுகிய காலத்திற்கு, வழக்கமாக நான்கு வாரங்களை விடக் குறைவான காலத்திற்கு உபயோகிக்கவே வடிவமைக்கிறார்கள். இக்குழாய் வெளிப்புறமாக அமைந்து கண்ணில் தெரியக் கூடியதாகவே இருக்கிறது அதோடு இது மூக்கில் அசௌகரியத்தை உண்டாக்கலாம். இந்தக் குழாயை அடிக்கடி மாற்ற வேண்டியுள்ளது, ஆக உங்களது தேவைகள் தொடர்ந்து இருந்து கொண்டே இருக்கும் என்பதால், MND

நோயில், PEG, RIG அல்லது PIG முறையே விரும்பத்தக்க வழிவகைகளாக இருக்கும்.

குழாயைப் பொருத்தும் போதும், பொருத்திய பிறகும் நான் என்ன தெரிந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்?

மருத்துவமனையில் இருக்கையில், உங்களைக் கவனித்துக் கொள்ளும் பொருப்பில் இருக்கிறவர்களிடம் பின்வரும் கேள்விகளைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்வது உதவிகரமாக இருக்கலாம்.

பின்வருவனவற்றை எப்படிச் செய்வதென்று யார் எனக்குச் செய்து காண்பிப்பார்கள்:

- குழாயை உபயோகிக்காமல் இருக்கும் போது அது திறந்தே இருக்கிறது என்பதை உறுதி செய்வதற்கு கவ்வியைப் பொருத்துதல் (நீண்ட நேரங்களுக்கு மூடியிருந்தால் குழாய் சேதமடைந்து விடுவதைத் தவிர்ப்பதற்காக)
- எனது குழாயைச் சுத்தம் செய்து, கழுவுதல் (குழாயைப் பொருத்திய பிறகும், தொடர்ந்து பராமரித்துக் கொள்வதற்கு)
- தொடர்ந்து குழாயைத் திருக்கி கொஞ்சம் உள்ளே தள்ளுவதை (குழாயை நாசுக்காக உள்ளேயும், வெளியேயும் நகர்த்த), அவ்வகையில் அது உள்ளே புதைந்து விடாதபடி இருத்தல்
- பொருத்தும் தகடு, உடலில் இருந்து சரியான தூரத்தில் தான் இருக்கிறது என்பதைப் பார்த்துக் கொள்ளுதல்
- குழாயை, உணவு உட்கொள்ள, பானம் அருந்த, மருந்துகளை எடுத்துக் கொள்ள உபயோகித்தல்?

நான் மருத்துவமனையிலிருந்து சென்றுவிட்ட பிறகு, எந்த நிபுணர்:

- என்னுடைய குழாய் மூலம் உணவு கொடுக்கும் ஆரோக்கியம் மற்றும் மருத்துவக் கேள்விகள் எதற்கும் பதிலளிக்கப் பொருப்பானவராக இருப்பார்
- யார் குழாயைப் பராமரித்துக் கொள்வதற்கான தொடர்பாளராக இருப்பார்

- என்னுடைய குழாய் அடைபட்டுப் போகிறதென்றாலோ அல்லது ஏதோவொரு காரணத்திற்காக வெளியே வந்து விடுகிறதென்றாலோ யார் எனக்கு ஆலோசனையளிப்பார்?

5: எனது உணவு கொடுக்கும் குழாயினை நான் எவ்விதமாகப் பேணிப் பராமரிப்பது?

உணவு கொடுக்கும் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்திக் கொள்வது என்று நீங்கள் முடிவு செய்து விடுகிற பட்சத்தில், அடைப்புகள் அல்லது சேதங்கள் ஏற்பட்டு விடாமல் தவிர்ப்பதற்குக் கவனம் எடுத்துக் கொள்வது முக்கியமானதாகும். நீங்கள் அன்றாட அடிப்படையில் குழாயினைக் கவனித்துப் பராமரித்துக் கொள்ள வேண்டியிருக்கும். MND நோய் எவ்விதம் உங்களைப் பாதிக்கிறது என்பதைப் பொருத்து, இதனை நீங்களாகவே சமாளித்துக் கொள்ள இயலலாம் அல்லது உங்களுக்கு உறவினர்கள், கவனித்துக் கொள்பவர்கள் மற்றும் சுகாதாரக் கவனிப்பு நிபுணர்களிடமிருந்து உதவி தேவைப்படலாம்.



“இம்முழு நடைமுறையின் இலகுவான தன்மையைப் பார்த்து நான் ஆச்சரியமடைந்தேன். நான் மயக்கத்திலிருந்து கண் விழிக்கையில், வலி எதுவுமில்லாமலேயே அக்குழாய் இருக்க வேண்டிய இடத்தில் இருந்தது அதோடு அது கிட்டத்தட்ட இயற்கையானதாகவே தோன்றியது. திரவ உணவை குழாயினுள் ஊற்றுவது, தண்ணீர் கொண்டு கழுவுவது அதோடு மிக விரைவாகவே சுத்தம் செய்து விடுவது ஆகியவை விரைவில் என் அன்றாட வழக்கத்தின் ஒரு பகுதியாகவே ஆகி விட்டன.”

மக்கள் வழக்கமாக வெகு விரைவிலேயே உணவு கொடுக்கும் குழாயிற்கு இசைந்து செல்லப் பழகி விடுகிறார்கள். இக்குழாயினையும், அதனைச் சுற்றியுள்ள உங்கள் சருமத்தையும் எவ்விதம் சுத்தம் செய்து, பராமரித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதை உங்களுக்கும் உங்களைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களுக்கும் காட்டுவதற்காக, அறுவைச் சிகிச்சை முடிந்த பிறகு, மருத்துவமனையில் வைத்து ஓர் சிறப்புச் செவிலியர் அல்லது உணவியலர் உங்களைச் சந்திப்பார்கள். உணவுகளை, தண்ணீரை மற்றும் மருத்துவத்தைக் குழாய் வழியாக எவ்விதம் உள்ளே செலுத்துவது என்பது குறித்த பயிற்சியையும் நீங்கள் பெற்றுக் கொள்வீர்கள். பெரும்பாலான மருத்துவமனைகள், குறுகிய காலத்திற்கு நீங்கள் மருத்துவமனையில் இருந்தால், இது வீட்டில் இடம் பெறலாம். உங்களை மருத்துவமனையிலிருந்து விடுவித்து அனுப்பி வைக்கும்

போது உபயோகமானதோர் எழுத்துப்பூர்வ வழிகாட்டுதலை உங்களுக்குக் கொடுப்பார்கள்.

உணவு கொடுக்கும் குழாயைக் பராமரித்துக் கொள்வது குறித்தத் தகவல்களையும், வீடியோ படங்களையும் கூட myTube வழங்குகிறது. மேலும் விவரங்களுக்கு குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது குறித்த வீடியோ படம் எதையும் நான் பார்க்கலாமா என்பதில் இருக்கும் பிரிவு 2: குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது எனக்குச் சரி வருமா? என்பதைப் பாருங்கள்.

உங்களுக்குச் சிரமங்கள் ஏதுமிருந்தால் யாரைத் தொடர்பு கொள்வது என்பதைத் தெரிந்து வைத்துக் கொள்வது முக்கியமானதாகும். குழாயைப் பொருத்தும் போதும், பொருத்திய பிறகும் நான் என்ன தெரிந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்? என்பதில் இருக்கும் பிரிவு 4 : குழாயை எவ்விதம் பொருத்துகிறார்கள்? போன்ற மருத்துவமனையில் நீங்கள் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிற கேள்விகள் இருக்கும்..

நீங்கள் பின்வருவனவற்றை அனுபவித்தால் நீங்கள் ஆலோசனை பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும்:

- குழாயினுள் அடைப்புகள்
- குழாய் பொருத்தியுள்ள இடத்தினைச் சுற்றியுள்ள பகுதியில் ஏற்படுகிற கசிவு
- வயிற்றில் நீண்ட நேரத்திற்கு அல்லது கடுமையாக வலி இருத்தல்
- உணவருந்த, மருத்துவங்களுக்கு அல்லது தண்ணீர் அருந்த உங்கள் உணவு கொடுக்கும் குழாயினை உபயோகிக்கும் போது வலி
- சுற்றியுள்ள சருமத்தில் புண்ணுண்டாகுதல்
- குழாய் தளர்ந்து போய் விடுகிறது அல்லது வெளியே வந்து விழுந்து விடுகிறது (இதற்கு வாய்ப்பு மிகவும் குறைவே).

அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு காயத்திற்கு நான் எவ்விதம் கவனம் செலுத்துவது?

உணவு கொடுக்கும் குழாயின் பிராண்டு அல்லது வகையைப் பொருத்து, அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பின் கொடுக்கிற கவனிப்பு வேறுபடும், ஆகவே நீங்கள் மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறுவதற்கு முன்பே ஊழியர்களிடமிருந்து ஆலோசனையைக் கேட்டுப் பெற்றுக்

கொள்ளுங்கள். குழாயினைப் பொருத்திய இடம் ஆறுவதற்கு நான்கு வாரங்கள் வரை ஆகலாம், அப்போது மிதமான அளவிற்கு வலியிருப்பதையும், குழாயினைப் பொருத்திய இடத்தில் இருந்து வெளியேற்றங்களை அனுபவிப்பது இயல்பானதே. எதையேனும் குறித்து நீங்கள் கவலையடைகிறீர்கள் என்றால், உங்களது செவிலியர் அல்லது மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்.

எனக்கு எவ்விதமாக உணவு கொடுப்பார்கள்?

உங்கள் தேவைகளுக்கு மிகவும் பொருத்தமானதாக இருக்கிற முறையைக் குறித்து உங்களது உணவியல் நிபுணர் ஆலோசனையளிப்பார். உங்களுக்கு உதவும் வகையில் இரண்டு முக்கியமான முறைகள் இருக்கின்றன, அவற்றில் உங்களது வாழ்க்கை முறைக்கும், தேவைகளுக்கும் பொருந்துகிற ஒன்றினைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள்:

- திரவ உணவை, நாள் முழுவதும் சிரிஞ்சு மூலமாக சிற்சிறிய அளவுகளில் குழாய் வழியே உள்ளே செலுத்துகிறார்கள் (இதனை போலஸ் முறை என்று குறிப்பிடுகிறோம்)
- திரவ உணவை, மின்சார பம்பு ஒன்றின் மூலமாக, இரவிலோ பகல் பொழுதின் போதோ பல மணி நேர அளவில் குழாயிற்குள்ளே சொட்டு சொட்டாக விடுகிறார்கள்.

விரும்பினால், சில நேரங்களில் இந்த இரண்டு முறையும் கூட்டாகப் பயன்படுத்தப்படலாம்.

புதிதான ஏதொன்றிலும் இருப்பதைப் போலவே, குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பதும் வழக்கத்தினை மாற்றிக் கொள்வதாகும் அதோடு இத்தகைய மாற்றங்களை சகஜமாக்கிக் கொள்வதற்கு உங்களுக்குக் காலம் அவசியமாகலாம். உங்களது தனிப்பட்ட தேவைகளைச் சந்திக்கும் வகையில், உங்களது தற்போதைய வாழ்க்கை முறைக்குள், எவ்விதமாகக் குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பதைச் சேர்த்துக் கொள்வது என்பது குறித்து உங்களது உணவியலரிடம் பேசுங்கள்.

நான் என்னவிதமான உணவைப் பெற்றுக் கொள்வேன்?

உங்களது உணவியலர், உங்களுக்குத் தேவையான அனைத்து ஊட்டங்களையும் கொண்ட பிரத்தியேகமாகத் தயார் செய்ததோர் திரவ உணவை பரிந்துரை செய்வார். உங்களது உணவு கொடுக்கும் குழாய் வழியாக உங்களுக்குக் கூடுதலாக தண்ணீர் செலுத்துவதும் அவசியமாகலாம். நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டிய உணவு மற்றும்

தண்ணீரின் அளவு குறித்தும், என்னென்ன நேரங்களில் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பது குறித்தும், அவர் உங்களுக்கு ஆலோசனையளிப்பார். திரவமாக்கிய உணவு அல்லது தயிர் உட்பட, வேறு எவ்வித திரவங்களும் குழாயினைச் சேதப்படுத்தி விடலாம் அல்லது அடைத்து விடலாம் என்பதால், அவற்றை குழாய் வழியாகக் கொடுக்கக் கூடாது. இது, சீக்கிரமாகவே குழாயினை மாற்ற வேண்டிய தேவைக்குக் கொண்டு சென்று விடலாம்.

உணவுகள் வேண்டுமென நான் உத்திரவிட்டுப் பெற வேண்டுமா?

உங்களுக்கான உணவுகளை உங்களுக்குப் பரிந்துரைத்துக் கொடுத்து விடுகிறார்கள் அதோடு அவற்றை நேரடியாக உங்களது வீட்டிற்கே கொண்டுவந்து கொடுத்துவிட முடியும். தொடர்ந்து பெற வேண்டிய உணவுப் பொருட்கள் மற்றும் உணவு கொடுக்கும் சாதனம் குறித்து உங்களது உணவியலர் அல்லது ஊட்டச்சத்து சிறப்பு நிபுணர் உங்களுக்கு ஆலோசனையளிக்க முடியும். இது குறித்த தகவல்களையும் வீடியோ படங்களையும் myTube வழங்குகிறது, மேலும் விவரங்களுக்கு *குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது குறித்த வீடியோ படம் எதையும் நான் பார்க்கலாமா* என்பதில் இருக்கும் பிரிவு 2: *குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது எனக்குச் சரி வருமா?* என்பதைப் பாருங்கள்.

இக்குழாய் எவ்விதமாக சுத்தமாகிறது?

உணவு கொடுக்கும் குழாயினைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ளவும், அடைப்பு ஏற்படுவதைத் தவிர்க்கவும், அதனை உபயோகிப்பதற்கு முன்னும் பின்னும் தண்ணீர் ஊற்றிக் கழுவ வேண்டியுள்ளது. நீங்கள் குழாய் ஒன்றினைப் பொருத்தியிருக்கிறீர்கள் என்றால், அவற்றை எவ்விதம் செய்வது என்பதை உங்களுக்குக் காண்பிப்பார்கள். இது குறித்த தகவல்களையும் வீடியோ படங்களையும் myTube வழங்குகிறது, மேலும் விவரங்களுக்கு *குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது குறித்த வீடியோ படம் எதையும் நான் பார்க்கலாமா* என்பதில் இருக்கும் பிரிவு 2: *குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது எனக்குச் சரி வருமா?* என்பதைப் பாருங்கள்.

குழாயினை மாற்ற வேண்டியிருக்குமா?

எவ்வளவு அடிக்கடி உங்களது குழாயினை மாற்ற வேண்டியிருக்கிறது

என்பது குறித்து உங்களுக்கு ஆலோசனையளிப்பார்கள். உபயோகித்திருக்கிற குழாயின் பிராண்டினைப் பொருத்து, ஒவ்வொரு மருத்துவமனையும் வெவ்வேறு விதமான சிபாரிசனை வைத்திருப்பார்கள்.

பலூன் வகையான பொருத்தியுடன் கூடிய குழாய்களை, வழக்கமாக ஒவ்வொரு 3-6 மாதங்களுக்கு ஒருமுறை, அவ்வப்போது மாற்ற வேண்டியிருக்கிறது என்பதைக் கவனத்தில் கொள்வது அவசியமாக இருக்கிறது. பிளாஸ்டிக் பம்பர் ஒன்றைக் கொண்டு பொருத்துகிற குழாய்கள், நீண்ட ஆயுள் உள்ளவையாகவே இருக்கின்றன அதோடு அவை பல ஆண்டுகளுக்கு நீடித்திருக்க முடியும். பலூன் மற்றும் பம்பர் ஆகியவை, உணவு கொடுக்கும் குழாய்களை வயிற்றுக்குள் வைத்த இடத்திலேயே இருக்க உதவுவதற்கான, வெவ்வேறு உணவு கொடுக்கும் குழாய்களின் பாகங்களாகும்.

உணவு கொடுக்கும் குழாயை மாற்றுவதில், மருத்துவமனையில் இடம் பெறுகிறதும், வெளிநோயாளியாக வந்து செல்கிறதுமானதோர் சிறு நடைமுறையை ஈடுபடுத்துகிறது.

6: நான் எவ்விதமாக இது குறித்து இன்னும் அதிகம் தெரிந்து கொள்வது?

இந்தத் தகவல் தாளைப் படித்துப் பார்த்த பிறகு, உங்களுக்கு இப்போதும் சில கேள்விகள் இருக்கலாம். உங்களது மருத்துவர், சிறப்புச் செவிலியர் அல்லது உணவியலரால், உங்களுக்கு, உங்களது குடும்பத்தினருக்கு அல்லது உங்களைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களுக்கு இருக்கிற பிரச்சினைகள் எதையும் பேசித் தீர்க்க இயலும்.

உபயோகமான நிறுவனங்கள்

இங்கே பட்டியலிட்டுள்ள வெளிப்புற நிறுவனங்களை நாங்கள் வேண்டுமென்றே ஆதரிக்கவில்லை. தேவையானால், மேலும் தகவல்களை நீங்கள் தேடிக் கண்டுகொள்ள உதவுவதற்காகவே இவற்றை இங்கே கொடுத்துள்ளோம்.

அச்சிடும் நேரத்தில் விவரங்கள் சரியாகவே இருக்கின்றன, ஆனால் பதிப்புத் திருத்தங்களுக்கு இடையே அவை மாறலாம். ஒரு ஸ்தாபனத்தைத் தேடிப்பிடிப்பதில் உங்களுக்கு உதவி தேவை என்றால்,

எங்களது MND கனெக்ட் தொலைபேசி உதவி மையத்தைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள் (எங்களது உதவி மையம் குறித்தும், அவர்களால் எவ்விதம் உங்களுக்கு உதவ முடியும் என்பது குறித்ததுமான விவரங்களுக்கு இந்தத் தாளின் இறுதியில் உள்ள *மேலும் தகவல்கள்* என்பதைப் பாருங்கள்).

BDA – இங்கிலாந்து உணவியலர்களின் சங்கம்

உணவியலர்களுக்குப் பிரதிநிதியாக இருக்கிறதும், ஊட்டச்சத்தில் பணியாற்றுகிறவர்களுக்கு அவர்கள் எவ்விதம் பணியாற்ற வேண்டும்.

முகவரி: 5th Floor, Charles House, 148/9 Great Charles Street
Queensway, Birmingham B3 3HT

தொலைபேசி: 0121 2008080

மின்னஞ்சல்: info@bda.uk.com

இணையதளம்: www.bda.uk.com

ஹெல்த் இன் வேல்ஸ்

வெல்ஷ் ஹெல்த் போர்ட்ஸ்-இன் பட்டியல் ஒன்று அடங்கிய, வேல்ஸில் உள்ள NHS சேவைகள் குறித்த இணையத் தகவல். NHS டைரெக்ட் வேல்ஸ் என்பதையும் பாருங்கள்.

மின்னஞ்சல்: இணையதளத் தொடர்புப் பக்கம் வாயிலாக
இணையதளம்: www.wales.nhs.uk

MND ஸ்காட்லாந்து

ஸ்காட்லாந்தில், MND நோய் பாதித்துள்ளவர்களுக்கான கவனிப்பு, தகவல் மற்றும் ஆராய்ச்சி நிதியளிப்பு.

முகவரி: 2nd Floor, City View, 6 Eagle Street, Glasgow G4 9XA

தொலைபேசி: 0141 332 3903

மின்னஞ்சல்: info@mndscotland.org.uk

இணையதளம்: www.mndscotland.org.uk

myTube

MND நோயில் குழாய் மூலம் உணவு கொடுப்பது குறித்த ஆதார வளங்களைத் தெரிந்து கொள்ளுதல்.

இணையதளம்: www.mytube.mymnd.org.uk

NHS UK

NHS-க்கான முதன்மை ஆன்லைன் உசாத்துணை.

இணையதளம்: www.nhs.uk

NHS 111

NHS அவசர காலத்திற்கு அல்லாத தொலைபேசி உதவி. ஆண்டின் 365 நாட்களும், நாளின் 24-மணி நேரமும் கிடைக்கின்றது.

தொலைபேசி: 111 (இங்கிலாந்து)
மற்றும் வேல்ஸின் சிலப் பகுதிகள்

NHS டைரெக்ட் வேல்ஸ்

வேல்ஸ் பகுதிக்கான சுகாதார ஆலோசனை மற்றும் தகவல்கள் சேவை. தொலைபேசி: 0845 4647 அல்லது 111 உங்கள் பகுதியில் கிடைக்கப் பெற்றால்

இணையதளம்: www.nhsdirect.wales.nhs.uk

NHS வடக்கு அயர்லாந்து

வடக்கு அயர்லாந்தில் உள்ள NHS சேவைகள் குறித்த தகவல். இது ஓர் ஆன்லைன் சேவை மட்டுமே.

மின்னஞ்சல்: இணையதளத் தொடர்புப் பக்கம் வாயிலாக
இணையதளம்: www.hscni.net

PINNT

தங்கள் அனுபவங்களையும், யோசனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்வதற்கு, உணவு கொடுக்கும் குழாய்களை உபயோகிக்கிறவர்களுக்கானதோர் ஆதரவு நிறுவனம்.

முகவரி: PO Box 3126, Christchurch, Dorset BH23 2XS

தொலைபேசி: 020 3004 6193

மின்னஞ்சல்: இணையதளத் தொடர்புப் பக்கம் வாயிலாக

இணையதளம்: www.pinnt.com

உசாத்துணைகள்

இந்த ஆவணத்தை ஆதரிக்க உபயோகித்த உசாத்துணைகள், வேண்டுகோளின் பேரில் பின்வரும் மின்னஞ்சல் முகவரியில் கிடைக்கின்றன:

மின்னஞ்சல்: infofeedback@mndassociation.org

அல்லது பின்வரும் முகவரிக்குக் கடிதம் எழுதி அனுப்புங்கள்:

Information feedback, MND Association, PO Box 246, Northampton NN1 2PR

நன்றிக்குரியவர்கள்

இந்தத் தகவல் தாளைத் தயார் செய்ததில் பங்களித்தமைக்காக,
பின்வருவோர்களுக்கு MND சங்கம் பெரிதும் கடன்பட்டுள்ளது:

Kay Edwards, நியூட்ரிசியா நர்ஸ், நார்த்தாம்ப்டன்ஷயர்

Kiri Elliott, கொள்கை அலுவலர், பிரிட்டிஷ் டயட்டிக் அசோசியேஷன்,
பிரிமிங்காம்

Erin Forker, சீனியர் டயட்டிசியன், பிரிமிங்காம் பல்கலைக்கழக
மருத்துவமனை NHS டிரஸ்ட், QE மருத்துவமனை

Emma Husbands, அறிகுறியைத் தணிக்கிற மருத்துவ ஆலோசகர்,
குளெளசெஸ்டெர்ஷையர் ராயல் மருத்துவமனை, NHS டிரஸ்ட் சூசன்
ரோவெல், Susan Rowell, நியூட்ரிஷன் நர்ஸ் ஸ்பெஷலிஸ்ட், கிரேட்
வெஸ்டெர்ன் மருத்துவமனை NHS டிரஸ்ட், ஸ்விண்டன்

Joanne Simms, கம்யூனிட்டி நியூட்ரிஷன் சப்போர்ட் டயட்டிஷன், கிரேட்
வெஸ்டெர்ன் மருத்துவமனை NHS டிரஸ்ட், ஸ்விண்டன்

Beth Byrne, ஹோம் எக்ஸ்டெர்னல் ஃபீடிங் டயட்டிசியன், சவுத்
வார்விக்சுஷயர் ஃபவுண்டேஷன் டிரஸ்ட், ஜியார்ஜ் எலியாட்
ஹாஸ்பிட்டல், நன்ஈட்டன்

Emma Wood, டயட்டிசியன், ஜேம்ஸ் குக் யுனிவெர்சிட்டி ஹாஸ்பிட்டல்,
மிடில்ஸ்ப்ரோ

மேலும் தகவல்கள்

இந்தத் தகவலுக்குத் தொடர்புடைய மற்ற தாள்களை நாங்கள்
வழங்குகிறோம்:

7A - விழுங்குவதில் சிரமங்கள்

11B – வாய் பராமரிப்பு

8A to 8D – சுவாசித்தல் மற்றும் செயற்கை சுவாசம் குறித்த பல்வேறு
விதமான தகவல்கள்

13A – MND நோயோடு வாழ்கிறவர்களுக்கான உடலுறவு மற்றும்
உறவுகள்

13B – MND நோயோடு வாழ்கிறவர்களின் துணைவர்களுக்கான
உடலுறவு மற்றும் உறவுகள்

14A – சிகிச்சையை மறுப்பதற்காக முன்னமே எடுக்கும் முடிவு (Advanced
Decision to Refuse Treatment) மற்றும் மேம்பட்டக் கவனிப்புத் திட்டம்

பின்வரும் பிரசுரங்களையும் நாங்கள் தயாரிக்கிறோம்:

MND நோயிருக்கையில் சாப்பிடுதல் மற்றும் அருந்துதல்

*ஆயுள் முடிவு – மோட்டார் நியூரான் டிசீஸ்
நோயுள்ளவர்களுக்கானதோர் வழிகாட்டி*

நீங்கள் எங்களது பெரும்பாலான பிரசுரங்களை எங்களது இணைய முகவரியில் இருந்து பதிவிறக்கம் செய்து கொள்ளலாம், அம்முகவரி:

www.mndassociation.org/publications அல்லது அவற்றை அச்சு வடிவத்தில், எங்களது MND கனெக்ட் தொலைபேசி உதவி மையத்தில் இருந்து ஆர்டர் செய்து பெறுங்கள்.

தொலைபேசி உதவி மையக் குழுவினர், இந்தத் தகவல்கள் குறித்த கேள்விகளுக்குப் பதிலளித்து, எங்களது சேவைகள் மற்றும் இதர ஆதரவின் பால் உங்களைத் திசை திருப்பி விட முடியும்.

MND Connect

MND Association, PO Box 246, Northampton NN1 2PR
தொலைபேசி: 0808 802 6262
மின்னஞ்சல்: mndconnect@mndassociation.org

MND Association website and online forum

இணையதளம்: www.mndassociation.org
ஆன்லைன் மன்றம்: <http://forum.mndassociation.org/> அல்லது
இணையதளம் வாயிலாக

உங்களது கருத்துக்களை நாங்கள் வரவேற்கிறோம்

உங்களது பின்னூட்டக் கருத்து, MND நோயோடு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறவர்கள் மற்றும் அவர்களைக் கவனித்துக் கொள்பவர்களின் நலனுக்கான எங்களது தகவல்களை மேம்படுத்திக் கொள்வதற்கு எங்களுக்கு உதவுவதால், உண்மையிலேயே அது எங்களுக்கு முக்கியமானதாகும்.

எங்களது தகவல் தாட்கள் எது குறித்தும் நீங்கள் பின்னூட்டக் கருத்தினை வழங்க விரும்புகிறீர்கள் என்றால், நீங்கள் இப்பின்வரும் இணைய முகவரியில் ஆன்லைன் படிவத்தை அணுகிப் பெறலாம்:

www.surveymonkey.com/s/infosheets_1-25

இந்தப் படிவத்தின் காகித நகலையும் நீங்கள் வேண்டிப் பெறலாம்
அல்லது மின்னஞ்சல் மூலமாக நேரடியாக பின்னூட்டக் கருத்தினைப்
பெறலாம்: infofeedback@mndassociation.org

அல்லது பின்வரும் முகவரிக்குக் கடிதம் எழுதி அனுப்புங்கள்:
Information feedback, MND Association, PO Box 246, Northampton NN1 2PR

கடைசியாகத் திருத்தியது:
03/19
அடுத்த மறுஆய்வு: 03/22
பதிப்பு: 1

பதிவு செய்யப்பட்ட அறக்கட்டளை எண். 294354
உத்தரவாதத்தின் மூலம் வரம்புபடுத்தப்பட்ட நிறுவ
எண். 2007023
MND சங்கம் 2012