

7B નળી વડે આહાર આપવું

મોટર ન્યુરોન ડિઝીઝ (MND) ધરાવતા અથવા તેનાથી પીડીત લોકો માટે માહિતી

MND ને કારણે, તમારા ગળા અથવા મોંના સ્નાયુઓ નબળા પડી શકે છે. આ તમારી ગળવાની ક્ષમતાને અસર કરી શકે છે, જેનાથી ખાવા કે પીવામાં મુશ્કેલી પડે છે. આ સમસ્યા કેનેડીઝ ડિસીઝ ધરાવતી કેટલીક વ્યક્તિઓને પણ થઈ શકે છે આ માહિતી પત્રક સમજાવે છે કે આહાર આપવાની નળી (ફીડિંગ ટ્યુબ) કેવી રીતે મદદરૂપ થઈ શકે છે અને તમને યોગ્ય નિર્ણય લેવામાં સહાય કરે છે. આ વિષયવસ્તુમાં નીચે મુજબની બાબતોનો સમાવેશ થાય છે:

1. નળી વડે આહાર આપવું શું છે?
2. શું મારા માટે નળી વડે આહાર લેવું યોગ્ય છે?
3. આહાર આપવાની નળી મારા જીવન પર કેવી અસર કરશે?
4. નળી કેવી રીતે ફિટ કરવામાં આવે છે?
5. હું મારી આહાર આપવાની નળીની સંભાળ કેવી રીતે રાખી શકું?
6. હું વધારે જાણકારી કેવી રીતે મેળવી શકું?

આ મૂળ માહિતીનું ભાષાંતરિત સંસ્કરણ છે. MND સંગઠન ખ્યાતનામ ભાષાંતર સેવાઓનો ઉપયોગ કરે છે, પરંતુ ભાષાંતરમાં કોઈ ભૂલોની જવાબદારી લઈ શકતું નથી.

જ્યારે સારવાર અને કાળજી વિશે નિર્ણયો લઈ રહ્યા હોવ, ત્યારે હંમેશા આપની સ્વાસ્થ્ય અને સામાજિક કાળજી ટીમની સલાહ લો. તેઓ અપોઇન્ટમેન્ટમાં મદદ કરવા માટે અનુવાદકની વ્યવસ્થા કરી શકશે.

વધુ માહિતીનું ભાષાંતર શક્ય હોઈ શકે છે, પરંતુ આ એક મર્યાદિત સેવા છે. વિગતો માટે અમારી ડેલ્વલાઇન MND Connectનો સંપર્ક કરો:

ટેલિફોન:

0808 802 6262

ઈમેલ: mndconnect@mndassociation.org



આ ચિહ્ન MND અથવા કેનેડીઝ ડિસીઝ સાથે જીવતા અથવા તેનાથી પ્રભાવિત થયેલા લોકોના ઉદ્દરણોને દર્શાવે છે.



આ ચિહ્ન આપને વધુ માહિતી મેળવવામાં મદદરૂપ બનતા અમારા માહિતીના સ્ત્રોતો દર્શાવે છે. વિભાગ 6 હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું? માં પ્રિન્ટેડ નકલો ડાઉનલોડ કરવાની અથવા મંગાવવાની માહિતી જાણો.

1. નળી વડે આહાર આપવું શું છે?

નળી વડે આહાર આપવું એ પ્રવાહી અને ખાસ તૈયાર કરેલ પ્રવાહી ખોરાકને તમારા પેટની નળી દ્વારા સીધા તમારા પેટમાં પહોંચાડવાનો એક માર્ગ છે.

નળી ફ્લેક્સિબલ છે અને કપડાની નીચે છુપાવી શકાય છે. તેનું આકાર નાના સાંકડા સ્ટ્રોનું જેટલું છે.

આહાર આપવાની નળીના વિવિધ બ્રાન્ડ્સ અને પ્રકારો સહેજ અલગ દેખાઈ શકે છે, પરંતુ તે બધી ડિઝાઇનમાં સમાન છે. દરેક નળી નાની સર્જિકલ પ્રક્રિયા દ્વારા ફિટ કરવામાં આવે છે.

નીચેનો ફોટો આહાર આપવાની નળી ફિટ કર્યા પછી કેવી દેખાય છે તેનું ઉદાહરણ બતાવે છે:





જુઓ વિભાગ 4: **નળી કેવી રીતે બેસાડવામાં આવે છે?** પ્રક્રિયા વિશે વધુ જાણવા માટે.

આહાર આપવાની નળી વડે, તમે હજુ પણ મોં દ્વારા ખાઈ-પી શકો છો, જો તમને એવું કરવાનું સલામત લાગે અને તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ દ્વારા સલાહ આપવામાં આવી હોય.

શરૂઆતમાં, કદાચ તમે તમારો ખોરાક લેવા અને પાણી પીવા માટે માત્ર તમારી નળીનો ઉપયોગ કરશો. જેમ જેમ તમારા લક્ષણો વધે છે, તેમ તમે નળીનો વધુ ઉપયોગ કરી શકો છો.

જો જરૂરી હોય તો તમે નળી દ્વારા તમને જરૂરી તમામ પોષક તત્ત્વો અને પ્રવાહી મેળવી શકો છો. આ હાંસલ કરવા માટે તમારે ખાસ તૈયાર કરેલ લિક્વિડ ફીડ અને પ્રવાહીના પ્રકાર અને માત્રા વિશે ડાયેટિશિયન ચર્ચા કરી શકે છે.

જો તમે આહાર આપવાની નળી વિશે ચર્ચા કરવા માંગતા હોવ, તો તમારા ફેમિલી ડોક્ટરને (GP) ડાયેટિશિયન, વાણી અને ભાષાના નિષ્ણાત અથવા આહાર આપવાની નળીના નિષ્ણાત નર્સ કે ડોક્ટર પાસે ભલામણ કરવા માટે જણાવો.



"મને લાગે છે કે આ નિર્ણય વિશે શક્ય તેટલી વહેલી તકે જણાવવું ખાસ કરીને મહત્વપૂર્ણ છે કારણ કે જાગૃતિથી અનુકૂળન આવે છે અને અનુકૂળન નિર્ણય લેવાની પ્રક્રિયામાં મદદ કરે છે."

2. શું મારા માટે નળી વડે આહાર લેવું યોગ્ય છે?

અન્ય કોઈપણ સર્જરીની જેમ, આહાર આપવાની નળી ફિટ કરવી કે નહિ તે સંપૂર્ણપણે તમારી પસંદગી છે.

તેનાથી ફાયદા થઈ શકે છે, પરંતુ તે દરેક વ્યક્તિ માટે યોગ્ય ન પણ હોય. તમે ગમે તે નિર્ણય લો, સમય જતાં તમે તમારો વિચાર બદલી શકો છો અને નીચે મુજબ ઈચ્છી શકો છો:

- પછીની તારીખે નળી બેસાડવી (જેમ-જેમ લક્ષણો વધતા જાય તેમ આહાર આપવાની નળી દાખલ કરવી વધુ મુશ્કેલ બની શકે છે, તેથી તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમની સલાહ લો)
- એકવાર નળી બેસાડ્યા પછી તેનો ઉપયોગ કરવાનું બંધ કરવું.



આ વિભાગમાં આગળનું શીર્ષક જુઓ: **જો હું નળી બેસાડ્યા પછી મારો વિચાર બદલી નાખું તો શું થાય?**

તમારો નિર્ણય લેતી વખતે, ખોરાક લેવાની દરેક પદ્ધતિના ફાયદા અને ગેરફાયદા વિશે સચોટ માહિતી મેળવો. તમને જાણકાર નિર્ણય લેવામાં મદદ મળે તે માટે તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ પાસેથી માર્ગદર્શન મેળવો.

નિર્ણય લેવાની પ્રક્રિયા દરમિયાન તમારી આરોગ્ય ટીમ એવી વ્યક્તિ સાથે તમારી મુલાકાત કરાવી શકે છે જે અગાઉથી જ આહાર આપવાની નળીનો ઉપયોગ કરી રહી હોય.



જુઓ વિભાગ 5: આહાર આપવાની નળી સાથેના રોજિંદા જીવન વિશે વધુ જાણવા માટે હું મારી આહાર આપવાની નળીની સંભાળ કેવી રીતે રાખું?

હોસ્પિટલો અને સામુદાયિક સેવાઓ પાસે સામાન્ય રીતે નળી દ્વારા આહાર આપવા અંગેની માર્ગદર્શિકા હોય છે.

તમારા વિકલ્પો વિશે જાણતી વખતે આ જોવાની વિનંતી કરો.

મારે શા માટે નળી વડે આહાર આપવા પર વિચાર કરવાની જરૂર છે?

જો તમારા મોં અને ગળાના સ્નાયુઓ MNDથી પ્રભાવિત હોય, તો આ લક્ષણો આગળ વધે છે. આ તમારી ખાવા-પીવાની ક્ષમતા પર અસર કરી શકે છે.

તમે નીચે મુજબનો અનુભવ કરી શકો છો:

- તમારા ખોરાકને ચાવવામાં અને ગળવામાં મુશ્કેલીઓ
- હાથ અને હાથના નિયંત્રણમાં ઘટાડો તમારા મોંમાં ખોરાક મેળવવાનું મુશ્કેલ બનાવે છે
- ઓછું ખાવાથી વજન ઘટે છે અને સ્નાયુ બગાડે છે
- ઓછું પીવાથી ડિહાઇડ્રેશન અને કબજિયાત
- સ્વાદની ક્ષમતામાં ફેરફાર
- ભૂખમાં ઘટાડો
- ખૂબ ઓછી કેલરી ખાવાથી ઊર્જાનો અભાવ
- ખોરાક અને પ્રવાહી ફેફસામાં જાય છે, જેનાથી ઉધરસ અથવા ગૂંગળામણ થાય છે (એસ્પિરેશન તરીકે ઓળખાય છે, જે છાતીમાં ચેપનું કારણ બની શકે છે).

કેનેડીઝ ડિસીઝ ધરાવતી કેટલીક વ્યક્તિઓને પણ આ સમસ્યાઓ થઈ શકે છે.

ફાયદા શું છે?

નળી દ્વારા આહાર લેવાથી તમે જરૂરી પોષણ મેળવી શકો છો અને તેનાથી:

- તમારી શક્તિના સ્તરમાં વધારો થઈ શકે છે
- તમારું વજન ફરી વધારવામાં અથવા જાળવી રાખવામાં મદદ મળી શકે છે
- જો ચાવવું અને ગળવું મુશ્કેલ બની જાય તો તમને ઓછો તણાવ આપે છે
- ખાંસી અને ગૂંગળામણનું જોખમ ઘટી શકે છે
- ફેફસામાં વારંવાર થતા ચેપથી બચવામાં મદદ મળી શકે છે
- પ્રવાહીનું સેવન વધારવું, નિર્જલીકરણ અને કબજિયાતને રોકવામાં મદદ કરે છે
- ચોક્કસ દવાઓ લેવાની એક ઉપયોગી રીત છે

– તમારી સુખાકારીની ભાવનામાં સુધારો કરે છે.



“ઘણી બધી ચિંતાઓ દૂર કરીને મારી આ મદદરૂપ PEG એ મારા અને મારા પ્રિયજનોના જીવનની ગુણવત્તામાં ઘણો સુધારો કર્યો છે. હારની કબૂલાતથી દૂર તે મને MND સામે લડવામાં મદદ કરી રહ્યું છે.”

ઉપરોક્ત તમામ જીવન અથવા આરામની ગુણવત્તામાં સુધારો કરી શકે છે. જો કે, આહાર આપવાની નળીનો ઉપયોગ MND ની પ્રગતિમાં વિલંબ અથવા રોકશે નહિ.

જોખમો શું છે?

આહાર આપવાની નળી ફિટ કરવી એ એક સામાન્ય અને એકદમ સલામત પ્રક્રિયા છે. મુખ્ય સમસ્યાઓ દુર્લભ છે અને મોટા ભાગની સમસ્યાઓ સરળતાથી ઉકેલી શકાય છે.

કોઈપણ સારવારની જેમ, તમારે કેટલાક સંભવિત જોખમો વિશે જાણવું જોઈએ, જેમ કે:

- શસ્ત્રક્રિયા પછી ચેપ
- ધામાંથી રક્તસ્રાવ અથવા લિક્વિડ
- જ્યાં આહાર આપવાની નળી દાખલ કરવામાં આવી છે તે વિસ્તારની આસપાસ અગવડતા અથવા દુખાવો
- તમારા પેટમાં રહેલી થોડી હવાને કારણે આહાર આપવાની નળી દાખલ કર્યા પછી થોડું પેટનું ફૂલવું
- નળી ફિટ થયા પછી તમારા શ્વાસ થોડા સમય માટે ટૂંકા થઈ શકે છે.

તમારા માટેના જોખમો તમારા સ્વાસ્થ્ય પર આધારિત રહેશે. અગાઉથી તમારા ડાયટિશિયન અથવા સંબંધિત ડોક્ટરની સલાહ લો

નળી હોવાથી મારા પરિવાર અને સંભાળ રાખનારાઓ પર કેવી અસર પડશે?

તમને કદાચ ચિંતા થઈ શકે છે કે નળીથી આહાર લેવાનું સંચાલન કરવું તમારા કુટુંબ અથવા સંભાળ રાખનારાઓ માટે તણાવપૂર્ણ બની શકે છે. જો કે, તેઓ એ જાણીને શાંતિ માંડી શકો છો કે તમને જરૂરી પ્રવાહી અને પોષણ મળી રહ્યું છે.

પ્રક્રિયા સરળ છે અને તમારી સંભાળમાં શામેલ દરેક વ્યક્તિને નળી વેલ આહાર આપવા સાથે તમને ટેકો આપવા માટે તાલીમ આપવામાં આવશે.



જુઓ વિભાગ 5: હું મારી આહાર આપવાની નળીની સંભાળ કેવી રીતે રાખી શકું?

તમે આહાર આપવાની નળી બેસાડવી કે નહીં તે નક્કી કરી લો, તે પછી એવું બની શકે કે તમારા પરિવારના સભ્યો અથવા તમારી સંભાળ રાખનારાઓ તમારી પસંદગી સાથે અસંમત હોય.

તમારી ચિંતાઓ વિશે ચર્ચા કરવાથી, તમે બધા એક સમાન સમજણ સુધી પહોંચી શકો છો.



અમારી માર્ગદર્શિકા અને તેની સાથેની વેબ એપ્લિકેશન જુઓ: **Eating and drinking with MND** (MND સાથે ખાવું અને પીવું) જેથી મોં વાટે લઈ શકાય તેવા ખોરાક અને પીણાં તૈયાર કરવામાં મદદ મળે. આ ઉપરાંત આ માહિતી પત્રક પણ જુઓ: **7A ગળવામાં મુશ્કેલીઓ**

શું હું નળી વડે આહાર આપવા વિશે કોઈ વિડિઓ સામગ્રી જોઈ શકું છું?

myTube (માયટ્યુબ) નામની વપરાશકર્તાઓના વિડિઓ ધરાવતી વેબસાઇટ SITraN દ્વારા વિકસાવવામાં આવી છે અને તેને MND એસોસિએશન દ્વારા આંશિક આર્થિક સહાય મળી છે. તે મોટર ન્યુરોન ડિસીઝ ધરાવતી વ્યક્તિઓ સાથે આહાર આપવાની નળીના ઉપયોગ અને તે અંગે નિર્ણય લેવાની પ્રક્રિયાની સમજ આપે છે.

જો તમે આહાર આપવાની નળી બેસાડવી કે નહીં તેનો નિર્ણય લઈ રહ્યા હોવ, તો myTube(માય-ટ્યુબ) પર તેમના અનુભવો અને વ્યક્તિગત વાર્તાઓ સાંભળવાથી તમને મદદ મળી શકે છે.



myTube (માયટ્યુબ) અહીં જુઓ: **mytube.mymnd.org.uk** અને વધુ માર્ગદર્શન માટે જુઓ: **mndassociation.org/eating**.

નળી સાથે જીવન કેવું હોઈ શકે તે બતાવવામાં વિડિઓ મદદ કરે છે. વિડિઓને ટેકસ્ટ દ્વારા પરિચય અને વિશ્વસનીય સંસ્થાઓના કાળજીપૂર્વક પસંદ કરેલા સ્ત્રોતોની યાદી દ્વારા સમર્થિત છે, જેમાં અમારી પોતાની સંબંધિત માહિતી પત્રિકાઓ અને માર્ગદર્શિકાઓનો પણ સમાવેશ થાય છે.

જો હું આહાર આપવાની નળીનો ઉપયોગ ન કરવાનો નિર્ણય લઈશ તો શું થશે?

તમારી પાસે આહાર આપવાની નળી હોય કે ન હોય, તમારા સ્નાયુઓ સતત નબળા પડવાનું ચાલુ જ રહેશે. જોકે, આહાર આપવાની નળી વગર, ખાવા-પીવાનું વધુ મુશ્કેલ બનતા તમારું વજન ઘટવાની શક્યતા છે અને શરીરમાં પાણીની ઉણપ થઈ શકે છે.

તમને કદાચ ચિંતા થઈ શકે છે કે આ કેવું લાગશે, પરંતુ જેમ જેમ તમારો MND આગળ વધે છે તેમ તેમ સામાન્ય રીતે તરસ અને ભૂખની તીવ્રતા ઓછી થતી જાય છે. ઉપશામક સંભાળના નિષ્ણાત સાથે આ અંગે ચર્ચા કરવાથી તમને આશ્વાસન મળી શકે છે. રેફરલ માટે તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમને પૂછો.

એકવાર તમે વિકલ્પોને ધ્યાનમાં લીધા પછી, તમે સાચું નિર્ણય લઈ શકો છો. જો તમે નક્કી કરો કે આહાર આપવાની નળી તમારા માટે યોગ્ય નથી, તો તમારી ન્યુટ્રિશન નર્સ, ડાયેટિશિયન અને સ્પીચ એન્ડ લેંગ્વેજ થેરાપિસ્ટ હજુ પણ તમને સપોર્ટ કરશે. તેઓ તમારી જરૂરિયાતોને અનુરૂપ ખોરાક, પીણા અને સૂચિત પૂરવણીઓ વિશે સલાહ આપશે.

તમારી ઉપશામક સંભાળ ટીમ પણ તમને મદદ કરશે, અને જરૂરિયાત મુજબ ભૂખ અથવા તરસને દૂર કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી કોઈપણ દવાઓ વિશે સલાહ આપશે.

આ સલાહમાં શક્ય તેટલા લાંબા સમય સુધી ખાવા-પીવાનું ચાલુ રાખવામાં તમારી મદદ કરવા માટે ખોરાકની રચના અને પ્રવાહી સુસંગતતાને અનુકૂલિત કરવાનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

જો તમે એ સુનિશ્ચિત કરવા ઇચ્છો છો કે તમને કટોકટીની સ્થિતિમાં પણ નળી ફિટ ન કરવામાં આવે, તો

તમે સારવારનો ઇનકાર કરવાનો અધતન નિર્ણય (ADRT)માં આ જણાવી શકો છો.



ADRT વિશે વધુ માહિતી માટે આગળનું શીર્ષક જુઓ: **જો હું નળી બેસાડ્યા પછી મારો વિચાર બદલી નાખું તો શું થાય?**

જો હું નળી બેસાડ્યા પછી મારો વિચાર બદલી નાખું તો શું થાય?

ભવિષ્યમાં અમુક ચોક્કસ પરિસ્થિતિઓમાં તમે તમારી નળીનો ઉપયોગ કરવાનું બંધ કરવા ઇચ્છી શકો છો. જો તમે કોઈપણ કારણસર નિર્ણય લેવા અથવા વાતચીત કરવા માટે અસમર્થ બનો, તો Advance Decision to Refuse Treatment (ADRT - સારવાર ન લેવા માટેનો અગાઉથી નિર્ણય) તમારી પસંદગીઓને ટેકો આપી શકે છે. તે તમારી સંભાળ રાખનારાઓને જણાવે છે કે ભવિષ્યમાં તમે કઈ સારવાર લેવાની ના પાડો છો અથવા કઈ સારવાર બંધ કરવા માંગો છો.

તમે શું નકારવા માંગો છો અને આવું ક્યારે થવું જોઈએ, તે બાબતે તમારે સ્પષ્ટ રહેવું પડશે. ઉદાહરણ તરીકે, ભવિષ્યમાં એવા કયા સંજોગો હોય જેમાં તમે તમારી આહાર આપવાની નળી દૂર કરવા માંગતા હોવ, તે વિશે સ્પષ્ટ વિગત આપવી.

જો સંપૂર્ણપણે સાચું અને માન્ય હોય, તો Mental Capacity Act 2005 (માનસિક ક્ષમતા કાયદો 2005) હેઠળ ઇંગ્લેન્ડ અને વેલ્સમાં ADRT કાયદેસર રીતે બંધનકર્તા છે.

Common law (સામાન્ય કાયદા) હેઠળ ઉત્તરી આયર્લેન્ડમાં પણ ADRT કાયદેસર રીતે માન્ય છે.

સ્કોટલેન્ડમાં કાયદેસર રીતે બંધનકર્તા ન હોવા છતાં, ADRT નો ઉપયોગ ત્યાંના આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળના નિષ્ણાતોને માર્ગદર્શન આપવા માટે કરી શકાય છે.

તમારી સંભાળમાં સામેલ તમામ લોકોને તમારા ADRT તેમજ સંભાળ સંબંધિત અન્ય કોઈપણ દસ્તાવેજો વિશે જાણ કરો. આમાં તમારા GP અને કોઈપણ નિષ્ણાતોનો સમાવેશ થાય છે. તમારા મેડિકલ રેકોર્ડ્સ માટે તમારા GP ને તમારા ADRT ની નકલ આપો અને પૂછો કે સ્થાનિક સિસ્ટમો કેવી રીતે કાર્ય કરે છે.

ઉદાહરણ તરીકે, કેટલીક એમ્બ્યુલન્સ સેવાઓ ADRT ની નકલો અથવા MND જેવા જીવન ટૂંકાવી દેનારા રોગો ધરાવતા લોકો માટે સંભાળ માર્ગદર્શન ધરાવે છે. જ્યાં પણ શક્ય હોય ત્યાં, પેરામેડિક્સ અને અન્ય કટોકટી પ્રતિસાદકર્તાઓ તબીબી ઇતિહાસને ધ્યાનમાં લે છે, પરંતુ તેઓ કટોકટીની સ્થિતિમાં તમારા રેકોર્ડ્સને એક્સેસ કરવામાં સક્ષમ ન હોઈ શકે. માન્ય ADRT ફોર્મ જોયા વિના, તેઓ જે સારવાર આપે છે તેના વિશે તેઓએ ઝડપી ક્લિનિકલ નિર્ણય લેવો પડશે.



આ માહિતી પત્રક જુઓ: **14A સારવાર મનાઇના આગોતરા નિર્ણય (ADRT) અને કાળજીનાં અગોતરા આયોજન**

૩. આહાર આપવાની નળી મારા જીવન પર કેવી અસર કરશે?

હું હજુ પણ ક્યાં સુધી મોં દ્વારા ખોરાકનો આનંદ માણી શકું?

તમારે નળી ફ્રિટ કર્યા પછી તરત જ તેનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર નથી. કેટલીક વ્યક્તિઓ તેને અગાઉથી જ બેસાડી લે છે, જેથી જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે તેઓ તેનો ઉપયોગ કરી શકે અને ધીમે-ધીમે તેનો વપરાશ વધારી શકે.

આહાર આપવાની નળી બેસાડેલી હોય તો પણ, જ્યાં સુધી તમે સુરક્ષિત અનુભવો ત્યાં સુધી તમે મોં દ્વારા ખાવાનું અને પીવાનું ચાલુ રાખી શકો છો. તમારા માટે શું સલામત છે તે શોધવા માટે તમારા વાણી અને ભાષાના નિષ્ણાત અને ડાયેટિશિયનની સલાહ લો. જો કે નળી વડે આહાર લેવું ખાવા-પીવા જેટલો આનંદ આપતું નથી, તે ભૂખ અને તરસની લાગણીઓને દૂર કરી શકે છે.

જો તમે ઓછી માત્રામાં ખાવાનું ચાલુ રાખવાનું નક્કી કરો છો, તો તેના જોખમો વિશે વિચારો અને સલાહ મેળવો. તમારા વાણી અને ભાષાના નિષ્ણાત તેમજ ડાયેટિશિયન તમને ખોરાક અને પીણાની એવી ઘનતા અને પ્રકારો વિશે માર્ગદર્શન આપી શકે છે જે તમારા માટે અજમાવવા વધુ સુરક્ષિત હોય.

શું આહાર આપવાની નળી મને વજન વધારવામાં મદદ કરશે?

જો તમારું વજન ઘણું ઘટી ગયું હોય, તો તેને ફરીથી વધારવામાં મદદ કરવા માટે તમને વધુ કેલરી ધરાવતો પ્રવાહી આહાર લેવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે છે. આ પછી, સંમત સ્તરે વજન જાળવવામાં મદદ કરવા માટે ખોરાકનો પ્રકાર અને પ્રમાણ નક્કી કરવામાં આવશે.

સ્નાન અથવા સ્વિમિંગ વિશે શું?

જ્યાં સુધી નળી બેસાડવાની જગ્યા પૂરેપૂરી રુઝાઈ ન જાય ત્યાં સુધી નળીને પાણીમાં પલાળવી જોઈએ નહીં અને તેના માટે તમારે કેટલો સમય રાહ જોવી તે અંગે તમને સલાહ આપવામાં આવશે. એકવાર સુરક્ષિત જણાય પછી, સ્નાન કરતી વખતે, શાવર લેતી વખતે કે તરતી વખતે તમારી નળી બંધ હોવાની ખાતરી કરો. ત્યારબાદ નળી અને તે જ્યાંથી બહાર નીકળે છે તે જગ્યાને સાવચેતીપૂર્વક કોરી કરો.

આહાર આપવાની નળી સાથે સ્નાન કરવા, શાવર લેવા અને તરવા વિશેની સલાહ અલગ-અલગ વિસ્તારોમાં ભિન્ન હોઈ શકે છે, કારણ કે નળીના પ્રકારો અને તે બેસાડવાની રીતો અલગ-અલગ હોય છે. તમારી સ્વાસ્થ્ય અને સામાજિક કાળજી ટીમને માર્ગદર્શન માટે પૂછો.

શું આ મારા શરીરના દેખાવને અસર કરશે?

તમે કદાચ ચિંતિત હશો કે નળી કેવી દેખાશે અને આ તમારા આત્મવિશ્વાસને અસર કરી શકે છે. કપડાં પેહર્યા વખતે તે દેખાશે નહિ અને સામાન્ય દૈનિક પ્રવૃત્તિઓમાં સમસ્યા ઊભી થવી જોઈએ નહિ.

તમને નળી સાથે સમાયોજિત કરવા માટે સમયની જરૂર પડી શકે છે અને મિત્રો, કુટુંબીજનો અથવા તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમના સભ્યો સાથે તમારી લાગણીઓ વિશે વાત કરવામાં

મદદરૂપ થઈ શકે છે. તેઓ તમારા શરીરમાં થતા ફેરફારોને સ્વીકારવામાં તમારી મદદ કરવા માટે સમર્થન આપી શકે છે.

જો તમે કપડાં ઉતાર્યા હો ત્યારે દેખાવ વિશે ચિંતિત હોવ, તો આહાર આપવાની નળીને ઢાંકી શકાય છે. કેટલાક કિસ્સાઓમાં, તેને નાની લંબાઈમાં સુવ્યવસ્થિત કરી શકાય છે, અથવા ફ્લેટ ફિટિંગવાળી નળીનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. માર્ગદર્શન માટે તમારા ડાયેટિશિયન અથવા ન્યુટ્રિશન નર્સને પૂછો.

શું નળી વડે આહાર લેવામાં અસ્વસ્થતાનો અનુભવ થાય છે?

ખોરાક લીધા પછી તમે થોડું પેટનું ફૂલવું અથવા રિફ્લક્સ અનુભવી શકો છો. તેને તમારા પેટમાં સ્થાયી થવામાં અને વધુ આરામદાયક લાગે તે માટે, જ્યારે તમે ખવડાવતા હોવ ત્યારે અને તેના પછી એક કલાક માટે સીધા બેસો અથવા ઘણા ગાદલા પર ટેક કરો. જો આ સમસ્યા યથાવત રહે, તો મદદ કરી શકે તેવી દવાઓની સમીક્ષા માટે તમારા GP ને કહો કે તેઓ ઉપશામક સંભાળ રાખનાર ટીમનો સંપર્ક કરાવે.

જો મારી પાસે આહાર લેવાની નળી હોય તો શું મારે હજી પણ મારા મોંની સંભાળ રાખવાની જરૂર છે?

જો તમે ખાતા ન હોવ તો પણ તમારા મોંની સંભાળ રાખવી જોઈએ. પ્લાક ખૂબ જ ઝડપથી બની શકે છે તેથી દિવસમાં ઓછામાં ઓછા બે વાર તમારા દાંત સાફ કરવા મહત્વપૂર્ણ છે.



વધુ માહિતી માટે અમારી પુસ્તિકા: **વ્યક્તિગત સંભાળ** જુઓ જેથી તમને મોંની સંભાળ વિશે વધુ માહિતી મળે.

શું હું હજી પણ આત્મીય સંબંધ રાખી શકું છું અને સેક્સ કરી શકું છું?

તમારા વૈજ્ઞિક કાર્યને આહાર લેવાની નળી દ્વારા અસર થશે નહિ, પરંતુ તે તમારા શરીર વિશે તમે જે રીતે વિચારો છો અને અનુભવો છો તે બદલી શકે છે. તેનાથી તમારો આત્મવિશ્વાસ ઘટી શકે છે.

જો તમે તમારી આહાર લેવાની નળી તમારા સેક્સ લાઇફને અસર કરી રહી છે તે વિશે ચિંતિત છો, તો તે તમારા જીવનસાથી સાથે આ વિશે વાત કરવામાં અને તમારી લાગણીઓ સાથે મળીને અન્વેષણ કરવામાં મદદ કરી શકે છે.



વધુ માહિતી માટે અમારી પુસ્તિકા: **સેક્સ અને સંબંધો** જુઓ, જેથી તમને તબીબી ઉપકરણોની આત્મીયતા પર થતી અસર વિશે વધુ જાણ મળે.

શું મારા આંતરડાને અસર થશે?

આહારમાં કોઈપણ ફેરફાર તમારા આંતરડા અને શૌચાલયની દિનચર્યાઓને અસર કરી શકે છે. જો કે આંતરડાના કાર્યને સામાન્ય રીતે MND દ્વારા સીધી અસર થતી નથી, તેમ છતાં રોગ ધરાવતા ઘણા લોકોને તેમના આંતરડામાં તકલીફ થતી હોય છે. આના ઘણા કારણો હોઈ શકે છે:

- પેલ્વિક ફ્લોર સ્નાયુઓમાં નબળાઈ
- ઓછું સક્રિય થવું

- ગળવામાં મુશ્કેલીઓને કારણે ખૂબ ઓછા ફાઇબર અને પાણી
- અમુક દવાઓનો ઉપયોગ.

આહાર લેવાની નળી ફિટ કર્યા પછી તમને કબજિયાત અથવા ઝાડા થઈ શકે છે. આંતરડાને સામાન્ય પેટર્નમાં પાછા આવવામાં થોડો સમય લાગી શકે છે. જો ઝાડા અથવા કબજિયાત સમસ્યા બની જાય તો તમારા ફીડમાં ફાઇબરને સમાયોજિત કરી શકાય છે.

તે મહત્વનું છે કે તમે આહાર લેવાની નળી સાથે રહેવા માટે સારી રીતે સંતુલિત થાઓ, તેથી જો તમને કોઈ ચિંતા હોય તો તમારા આહાર નિષ્ણાત, ડિસ્ટ્રિક્ટ નર્સ અથવા ન્યુટ્રિશન નર્સની સલાહ લો.

હું મારી દવા કેવી રીતે લઈશ?

જો તમે તમારી દવા ગળી ન શકતા હોવ તો શક્ય હોય ત્યાં તેને પ્રવાહી અથવા દ્રાવ્ય સ્વરૂપમાં લેવાનું સૂચવવામાં આવશે. જો કોઈ દવા પ્રવાહી સ્વરૂપમાં ઉપલબ્ધ ન હોય, તો સલાહ માટે પ્રિસ્ક્રાઇબ કરનાર આરોગ્ય વ્યાવસાયિકને પૂછો. તમારા ડોક્ટર, ડિસ્ટ્રિક્ટ નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટ પણ સલાહ આપી શકે છે કે કઈ દવાઓ નળી દ્વારા લઈ શકાય.

જો મને ખોરાકની એલર્જી હોય તો શું હું નળીથી આહાર લઈ શકું?

હા. તમારા ડાયેટિશિયન જાણશે કે તમારી જરૂરિયાતો માટે કઈ ફીડ્સ યોગ્ય છે. પ્રમાણભૂ ખોરાક અખરોટ મુક્ત, ગ્લુટેન મુક્ત અને લેક્ટોઝ મુક્ત છે. જો તમે વીગન હોવ, તો તમારા વાણી અને ભાષાના નિષ્ણાત તેમજ ડાયેટિશિયન તમને સલાહ આપી શકે છે.

4. નળી કેવી રીતે ફિટ કરવામાં આવે છે?

આ વિભાગ નળીની ફિટિંગની પ્રક્રિયા અને ફિટિંગ પહેલાં અને પછી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ વ્યાવસાયિકો સાથે ચર્ચા કરવા માટેની બાબતોની ચર્ચા કરશે.

પ્રક્રિયા દરમિયાન શું થાય છે?

નળી ફિટ કરવા માટે તમારે સર્જીકલ ઓપરેશનની જરૂર પડશે. આ પ્રક્રિયા ગેસ્ટ્રોસ્ટોમી તરીકે ઓળખાય છે. તેના ત્રણ પ્રકારો છે:

- PEG (પેક્યુટેનીયસ એન્ડોસ્કોપિક ગેસ્ટ્રોસ્ટોમી)
- RIG (રેડિયોલોજિકલ ઇન્સર્ટેડ ગેસ્ટ્રોસ્ટોમી)
- PIG (પર-ઓરલ ઇમેજ-ગાઇડેડ ગેસ્ટ્રોસ્ટોમી) અમુક વિસ્તારોમાં, PIG ને POG તરીકે પણ

ઓળખવામાં આવે છે.

વિવિધ પ્રકારની નળી વચ્ચેનો મુખ્ય તફાવત એ છે કે તે કેવી રીતે ફિટ કરવામાં આવે છે અને કઈ જગ્યાએ ફિટ કરવામાં આવે છે. આ તમને ન્યુટ્રિશન નર્સ, ડાયેટિશિયન અથવા સંબંધિત ડોક્ટર દ્વારા સમજાવવામાં આવશે. વિકલ્પોની વહેલી તકે તપાસ કરો જેથી તમે સમજી-વિચારીને નિર્ણય લઈ શકો.

RIG માટે સંભાળ પછી વધુ સમય લાગી શકે છે અને વધુ અગવડતા હોઈ શકે છે. જો કે, જો MND ને કારણે તમારો શ્વાસ નબળો પડી ગયો હોય, તો તમને PEG ને બદલે RIG ઓફર કરવામાં આવી શકે છે.

આપેલા વિકલ્પો તમે ક્યાં રહો છો તેના પર નિર્ભર રહેશે, કારણ કે પ્રાદેશિક માર્ગદર્શિકા ઉપલબ્ધ નળી વડે આહાર લેવાના પ્રકાર વિશે અને દરેક પ્રકારનો ઉપયોગ ક્યારે કરવામાં આવે છે તે વિશે બદલાઈ શકે છે.

આહાર લેવાની નળી ફિટ કર્યા પહેલા ગંભીર વજન ઘટાડવું ઓપરેશન દરમિયાન અને પછી જોખમો વધારી શકે છે. તમે નોંધપાત્ર પ્રમાણમાં વજન ગુમાવો તે પહેલાં તમારા વિકલ્પોને ધ્યાનમાં લેવું શ્રેષ્ઠ છે.

તમારી પ્રક્રિયા માટે તમને હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવશે. તમારે સામાન્ય રીતે પછીથી ટૂંકા સમય માટે હોસ્પિટલમાં રહેવાની જરૂર પડશે, પરંતુ આ તમારી પોતાની જરૂરિયાતો પર નિર્ભર રહેશે.

સમગ્ર ઓપરેશનમાં સામાન્ય રીતે અડધા કલાકથી ઓછો સમય લાગે છે અને તે હળવા ઘેનની દવા હેઠળ કરવામાં આવે છે.

તમે હળવાશ અનુભવશો, પરંતુ શું થઈ રહ્યું છે તે સમજો. તે પછી, તમે એક કે બે કલાક સૂઈ શકો છો અને પછી જે બન્યું તેની થોડી યાદ સાથે જાગી શકો છો.



“મને આખી પ્રક્રિયાની સરળતાથી આશ્ચર્ય થયું. ઘેનમાંથી જાગ્યા પછી, નળી કોઈ પણ દુખાવા વગર તેની જગ્યાએ હતી અને તે અજુગતી લાગવાને બદલે એકદમ કુદરતી લાગતી હતી. નળી દ્વારા પ્રવાહી ખોરાક આપવો, પાણીથી તેને સાફ કરવી અને તેની સ્વચ્છતા રાખવી એ ખૂબ જ ઝડપથી રોજના કામનો એક ભાગ બની ગયું.”

ક્યારેક નાકની નળી દ્વારા આહાર આપવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે છે, જેમાં એક પાતળી નળી નાક વાટે પસાર કરી, ગળાના પાછળના ભાગથી જઠર સુધી પહોંચાડવામાં આવે છે. આ ટૂંકા ગાળાના ઉપયોગ માટે રચાયેલ છે, સામાન્ય રીતે ચાર અઠવાડિયાથી ઓછા સમય માટે. સામાન્ય રીતે જ્યાં સુધી નળી લગાડવી હોય ત્યાં સુધી તમારે હોસ્પિટલમાં રહેવું પડે છે, કારણ કે તેનાથી નાકમાં અસ્વસ્થતા અનુભવાઈ શકે છે અને તેને વારંવાર બદલવાની જરૂર પડે છે. તમારી જરૂરિયાતો લાંબા સમય સુધી ચાલનારી હોવાથી, MNDમાં PEG, RIG અથવા PIG વધુ પસંદગીપાત્ર વિકલ્પો છે.

નળી વડે આહાર લેવા દરમિયાન અને પછી મારે શું જાણવાની જરૂર છે?

હોસ્પિટલમાં હોવ ત્યારે, ત્યાંથી રજા મળતા પહેલા નીચેની બાબતો વિશે પૂછવું મદદરૂપ થઈ શકે છે:

- સર્જરી પછી ચેપથી કેવી રીતે બચવું
- જો ઘામાંથી લોહી નીકળે અથવા કોઈ પ્રવાહી બહાર આવે તો શું કરવું
- જ્યાં આહારની નળી બેસાડવામાં આવી હોય ત્યાં થતી અસ્વસ્થતા અથવા દુખાવાને કેવી રીતે નિયંત્રિત કરવો
- પેટ ફૂલી જવા જેવી સમસ્યાનું સંચાલન કેવી રીતે કરવું (નળી બેસાડ્યા પછી પેટમાં થોડી હવા રહી જવાને કારણે અથવા જ્યારે તમે નળી દ્વારા પ્રવાહી આહાર લેવાનું શરૂ કરો ત્યારે આવું

થઈ શકે છે)

– જો નળી બેસાડ્યા પછી તમારા શ્વાસ ટૂંકા કે છીછરા જણાતા હોય તો શું કરવું.

હોસ્પિટલમાંથી રજા મળ્યા પછી કયા નિષ્ણાતો તમને સહાય પૂરી પાડશે તે વિશે પણ પૂછો:

- નળી દ્વારા આહાર લેતી વખતે મારા સ્વાસ્થ્યની દેખરેખ રાખવા અને મારા પ્રશ્નોના જવાબ આપવા માટે કોણ જવાબદાર રહેશે?
- નળીની જાળવણી માટે મારે કોનો સંપર્ક કરવો?
- જો મારી નળી બ્લોક થઈ જાય અથવા કોઈ કારણસર બહાર નીકળી જાય, તો કોણ મદદ કરી શકે?

સર્જરી પછી હું ધાની સંભાળ કેવી રીતે કરી શકું?

આફ્ટરકેર બ્રાન્ડ અથવા આહાર લેવાની નળીના પ્રકારના આધારે બદલાઈ શકે છે, તેથી હોસ્પિટલ છોડતા પહેલા સ્ટાફની સલાહ લો.

નળી બેસાડવાની જગ્યાને રુઝાતા ચાર અઠવાડિયા જેટલો સમય લાગી શકે છે, જે દરમિયાન ત્યાં મધ્યમ દુખાવો થવો અને તે જગ્યાએથી થોડું પ્રવાહી નીકળવું સામાન્ય છે. જો તમને કોઈ પણ પ્રશ્ન હોય, તો તમારા નર્સ અથવા ડોક્ટરને પૂછો.

5. હું મારી આહાર આપવાની નળીની સંભાળ કેવી રીતે રાખી શકું?

જો તમારી પાસે આહાર આપવાની નળી બેસાડેલી હોય, તો તેને બ્લોક થતી અથવા નુકસાન થતું અટકાવવા માટે તમારે, તમારી સંભાળ રાખનાર વ્યક્તિ અથવા સેવા કર્મચારીએ દરરોજ તેની કાળજી લેવી પડશે.

એક નિષ્ણાત નર્સ અથવા ડાયેટિશિયન સર્જરી પછી તમને અને તમારા સંભાળ રાખનારાઓને નળી અને આસપાસની ત્વચાને કેવી રીતે સાફ કરવી અને કાળજી લેવી તે બતાવવા માટે હોસ્પિટલ માં તમારી મુલાકાત લેશે. તમને નળી દ્વારા ખોરાક, પાણી અને દવાઓ કેવી રીતે પસાર કરવી તે અંગેની તાલીમ પણ પ્રાપ્ત થશે.

જો તમે માત્ર થોડા સમય માટે હોસ્પિટલ માં હોવ, તો આ ઘરે થઈ શકે છે. જ્યારે તમને રજા આપવામાં આવે ત્યારે તમને મદદ કરવા માટે મોટાભાગની હોસ્પિટલો તમને ઉપયોગી લેખિત માર્ગદર્શિકા આપશે.

જો તમને નીચે મુજબના અનુભવો થાય, તો તમારે નળી દ્વારા આહાર આપવાના નિષ્ણાતની સલાહ લેવી જોઈએ:

- નળીની અંદર અવરોધો
- નળી સાઇટની આસપાસ લિકેજ
- પેટમાં લાંબા સમય સુધી અથવા તીવ્ર દુખાવો
- નળી દ્વારા આહાર, દવાઓ અથવા પાણી લેતી વખતે દુખાવો થવો, અથવા નળીની

આસપાસની ત્વચા પર લાલાશ કે સોજો આવવો

– નળી ઢીલી થઈ જાય છે અથવા બહાર પડી જાય છે (આ અસંભવિત છે).



નળીની સંભાળ, આહાર અને તેની જાળવણી સહિતના વપરાશકર્તાઓના અનુભવો જાણવા માટે વિડિયો વેબસાઇટ mytube.mymnd.org.uk જુઓ. વિભાગ 2 માં myTube (માયટ્યુબ) વિશે વધુ વિગતો જુઓ: **શું હું નળી વડે આહાર આપવા વિશે કોઈ વિડિઓ સામગ્રી જોઈ શકું છું?**

મને કેવી રીતે ખવડાવવામાં આવશે?

તમારા ડાયેટિશિયન તમને માર્ગદર્શન આપશે. આ માટે મુખ્ય બે પદ્ધતિઓ છે, પરંતુ ક્યારેક તમારી જીવનશૈલી અને જરૂરિયાતો મુજબ બંનેનું મિશ્રણ પણ વાપરી શકાય છે:

- ઇન્જેક્શન (સિરીજ) દ્વારા દિવસ દરમિયાન થોડા-થોડા પ્રમાણમાં પ્રવાહી આહાર નળીમાં આપી શકાય છે (જેને બોલસ પદ્ધતિ કહેવામાં આવે છે)
- ઇલેક્ટ્રિક પંપ દ્વારા રાત્રે અથવા દિવસ દરમિયાન કેટલાક કલાકો સુધી ધીમે-ધીમે પ્રવાહી આહાર નળીમાં ઉતારી શકાય છે.

કોઈપણ નવી વસ્તુની જેમ, નળી વડે આહાર લેવું એ નિયમિત ફેરફાર છે અને તમારે આ ફેરફારોને અપનાવવામાં સમયની જરૂર પડી શકે છે. જો તમને કોઈ પણ પ્રશ્ન હોય, તો તમારા ડાયેટિશિયનને પૂછો.

મને શું ખોરાક મળશે?

તમારા ડાયેટિશિયન તમને જરૂરી તમામ પોષણ સાથે ખાસ તૈયાર કરેલ પ્રવાહી ખોરાકની ભલામણ કરશે. તમારે તમારી નળી દ્વારા વધારાના પાણીની પણ જરૂર પડી શકે છે. ડાયેટિશિયન સલાહ આપશે કે તમારે કેટલું શું ખોરાક અને પાણી લેવું જોઈએ અને કયા સમયે લેવું જોઈએ.

નળી દ્વારા બીજું કોઈપણ પ્રવાહી, જેમાં પ્રવાહી ખોરાક અથવા દહીંનો સમાવેશ થાય છે, તે આપવો જોઈએ નહિ. તેનાથી નળીને નુકસાન થઈ શકે છે અથવા તે બ્લોક થઈ શકે છે, અને નળીને વહેલી બદલવાની જરૂર પડી શકે છે.

શું મારે ખોરાકનો ઓર્ડર આપવો પડશે?

ખોરાક તમારા માટે નિર્ધારિત છે અને સીધું તમારા ઘરે પહોંચાડી શકાય છે. તમારા ડાયેટિશિયન અથવા પોષણ નિષ્ણાત તમને સતત જરૂરી પુરવઠા અને આહારના સાધનો વિશે સલાહ આપશે.

આહાર લેવાની નળીને સ્વચ્છ રાખવા અને અવરોધોને ટાળવા માટે ઉપયોગ પહેલાં અને પછી પાણીથી ફ્લશ કરવાની જરૂર છે. જો તમારી પાસે નળી ફિટ હોય તો આ કેવી રીતે કરવું તે તમને બતાવવામાં આવશે.

તમને સલાહ આપવામાં આવશે કે તમારી આહાર લેવાની નળીને કેટલી વાર બદલવાની જરૂર છે. આમાં એક નાની પ્રક્રિયાનો સમાવેશ થાય છે જે સામાન્ય રીતે હોસ્પિટલમાં બાહ્ય દર્દી

(આઉટપેશન્ટ) તરીકે કરવામાં આવે છે. દરેક હોસ્પિટલ ઉપયોગમાં લેવાતી નળીની બ્રાન્ડના આધારે અલગ-અલગ ભલામણ કરશે.

તે નોંધવું યોગ્ય છે કે બલૂન ટાઇપ ફિટિંગવાળી નળીને વધુ નિયમિત રીતે બદલવાની જરૂર છે, સામાન્ય રીતે દર ૩-૬ મહિનામાં. પ્લાસ્ટિકના બમ્પર દ્વારા ફિટ કરાયેલી નળીનું આયુષ્ય લાંબુ હોય છે અને તે ઘણા વર્ષો સુધી ટકી શકે છે. બલૂન અને બમ્પર એ અલગ-અલગ ફીડિંગ નળીના ભાગો છે જે પેટની અંદર બેસીને તેને સ્થાને રાખવામાં મદદ કરે છે.

6. હું વધારે જાણકારી કેવી રીતે મેળવી શકું?

ઉપયોગી સંસ્થાઓ

અમે સંસ્થાઓને સમર્થન આપી શકતા નથી, પરંતુ નીચે આપેલ માહિતી તમને વધુ માહિતી શોધવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. અમારી MND Connect હેલ્પલાઇન તમને સંસ્થાઓ શોધવામાં મદદ કરી શકે છે. સંપર્ક વિગતો માટે આ વિભાગમાં આગળ આ શીર્ષક હેઠળ જુઓ: અમારી સહાય.

British Dietetic Association

ડાયટિશિયનનું પ્રતિનિધિત્વ કરવું અને પોષણ ક્ષેત્રે કામ કરતા લોકોને સલાહ પૂરી પાડવી.

ટેલિફોન: 0121 2008080

ઈમેલ: info@bda.uk.com

વેબસાઇટ: www.bda.uk.com

NHS and UK healthcare

સમગ્ર યુકેમાં NHS સેવાઓ અને આરોગ્યસંભાળ વિશે માહિતી.

ટેલિફોન: 111 (ઇંગ્લેન્ડ, વેલ્સ અને સ્કોટલેન્ડ)

વ્યક્તિગત ટ્રસ્ટની વેબસાઇટના સંપર્ક પૃષ્ઠ દ્વારા ઉપલબ્ધ (ઉત્તરી આયર્લેન્ડ)

વેબસાઇટ: nhs.uk (ઇંગ્લેન્ડ)

www.wales.nhs.uk (વેલ્સ)

hscni.net (ઉત્તરી આયર્લેન્ડ)

nhs24.scot (સ્કોટલેન્ડ)

MND Scotland

સ્કોટલેન્ડમાં MND થી પ્રભાવિત લોકો માટે સંભાળ, માહિતી અને સંશોધન માટે ભંડોળ.

ટેલિફોન 0141 332 3903

ઈમેલ info@mndscotland.org.uk

વેબસાઇટ mndscotland.org.uk

myTube

MND સાથે નળી વડે આહાર લેવા માટે શીખવાનું સાધન.

વેબસાઇટ: mytube.mymnd.org.uk

PINNT

અનુભવો અને વિચારો શેર કરવા માટે આહાર લેવાની નળીનો ઉપયોગ કરતા લોકો માટે સહાયક

સંસ્થા.

ટેલિફોન:

020 3004 6193

ઈમેલ:

વેબસાઇટના સંપર્ક પાના થકી

વેબસાઇટ:

pinnt.com

સ્વીકૃતિઓ

અમારા યુઝર રિવ્યુ ગ્રુપનો તેમના અનુભવો શેર કરવા બદલ ખૂબ ખૂબ આભાર.

આ પુસ્તિકાના વિકાસ અથવા સુધારા દરમિયાન સૌજન્યપૂર્ણ સમીક્ષા માટે નીચેના લોકોને પણ આભાર:

કે એડવર્ડ્સ	ન્યુટ્રિશિયા નર્સ, નોર્થમ્પટનશાયર
કિરી ઇલિયટ	પોલિસી ઓફિસર, ધ બ્રિટિશ ડાયેટિક એસોસિએશન, બર્મિંગહામ
એરિન ફોર્કર	વરિષ્ઠ ડાયટિશિયન, યુનિવર્સિટી હોસ્પિટલ્સ બર્મિંગહામ NHS ટ્રસ્ટ, QE હોસ્પિટલ
એમ્મા હસબન્ડ્સ	ઉપશામક દવા સલાહકાર, ગ્લુસ્ટરશાયર રોયલ હોસ્પિટલ્સ NHS ટ્રસ્ટ
સુઝન રોવેલ	પોષણ નર્સ નિષ્ણાત, ગ્રેટ વેસ્ટર્ન હોસ્પિટલ્સ NHS ટ્રસ્ટ, સ્વિન્ડન
જોએન સિમ્સ	સામુદાયિક પોષણ સહાયક ડાયટિશિયન, ગ્રેટ વેસ્ટર્ન હોસ્પિટલ્સ NHS ટ્રસ્ટ, સ્વિન્ડન
બેથ બાયર્ન	હોમ એન્ટરલ ફીડિંગ (ઘરે નળી દ્વારા આહાર આપવાના) ડાયટિશિયન, સાઉથ વોરવિકશાયર ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ, જ્યોર્જ એલિયટ હોસ્પિટલ, નનિટન
એમ્મા વુડ	ડાયેટિશિયન, જેમ્સ કૂક યુનિવર્સિટી હોસ્પિટલ, મિડલ્સબ્રો

સંદર્ભ

આ દસ્તાવેજને ટેકો આપવા માટે ઉપયોગમાં લેવાયેલા સંદર્ભો વિનંતી પર ઉપલબ્ધ છે:

ઈમેલ: infofeedback@mndassociation.org

અથવા અહીં લખો:

Information feedback,
Motor Neurone Disease Association,
Francis Crick House,
6 Summerhouse Road,
Moulton Park,
Northampton, NN3 6BJ

વધુ માહિતી

અમે MND અને કેનેડીઝ ડિસીઝ વિશે વિવિધ પ્રકારની માહિતી પ્રદાન કરીએ છીએ. આ પત્રિકાને સંબંધિત નીચેના સાધનો તમને ઉપયોગી થઈ શકે છે.

માહિતી પત્રકો

7A ગળવામાં મુશ્કેલીઓ

8A થી 8D શ્વાસ અને વેન્ટિલેશન વિશેની પત્રિકાઓની શ્રેણી

14A સારવાર મનાઇના આગોતરા નિર્ણય (ADRT) અને કાળજીનાં અગોતરા આયોજન

વિગતવાર માર્ગદર્શિકાઓ

MND સાથે ખાવું અને પીવું

જીવનનો અંત: મોટર ન્યુરોન ડિઝીઝ ધરાવતા લોકો માટે એક માર્ગદર્શિકા -

પુસ્તિકાઓ

વ્યક્તિગત સંભાળ

સેક્સ અને સંબંધો

વિડિયો સામગ્રી

myTube વેબસાઇટ: mytube.mymnd.org.uk

લિંક્સ:

જરૂરિયાત મુજબ માહિતી અહીં શોધો: mndassociation.org/careinfofinder

નિષ્ણાતો માટેની માહિતી અહીં મેળવો: mndassociation.org/professionals

અમારી માહિતી અહીંથી ડાઉનલોડ કરો: mndassociation.org/publications

અન્ય ભાષાઓમાં માહિતી અહીં મેળવો: mndassociation.org/languages

અમારી MND Connect હેલ્પલાઇનમાંથી પ્રિન્ટેડ નકલો મંગાવો (આગળ અમારી સહાય જુઓ).

અમારી સહાય

અમે દરરોજ મોટર ન્યુરોન રોગથી પ્રભાવિત લોકોને સહાય કરીએ છીએ, વધુ સારી સંભાળ માટે અભિયાન ચલાવીએ છીએ અને નવીન સંશોધન માટે ભંડોળ આપીએ છીએ. કારણ કે MND સાથે, દરેક દિવસ મહત્વનો છે.

અમે કેનેડીઝ ડિસીઝથી પ્રભાવિત લોકોને પણ સહાય કરીએ છીએ.

MND Connect

અમારી હેલ્પલાઇન MND ધરાવતા લોકો, સંભાળ રાખનારાઓ, પરિવાર અને વ્યાવસાયિકોને વ્યવહારુ અને ભાવનાત્મક સહાય, માહિતી અને માર્ગદર્શન પ્રદાન કરે છે. વધુ માહિતી અને વર્તમાન સમય માટે

અહીં જુઓ: mndassociation.org/mndconnect

ટેલિફોન: 0808 802 6262

ઈમેલ: mndconnect@mndassociation.org

સહાય સેવાઓ

અમારી સહાય સેવાઓ વિશે અહીં જાણો: mndassociation.org/our-services

સ્થાનિક અને પ્રાદેશિક સહાય

અમારી શાખાઓ અને જૂથો વિશે અહીં જાણો: mndassociation.org/local-support

MND સંઘ લાભ સલાહ સેવા

લાભોના દાવાઓને ઓળખવા અને તેના માટે કેવી રીતે અરજી કરવી તેની મદદ માટે, મુલાકાત લો: mndassociation.org/benefitsadvice અથવા અમારી MND Connect હેલ્પલાઇન પર ફોન કરો.

ટેલિફોન: 0808 802 6262

MND સંગઠન વેબસાઇટ અને ઓનલાઇન મંચ

વેબસાઇટ: mndassociation.org

ઓનલાઇન મંચ: forum.mndassociation.org

અમે તમારા મંતવ્યોનું સ્વાગત કરીએ છીએ.

અમે શું સારું કરી રહ્યા છીએ અને MND અથવા કેનેડીઝ ડિસીઝથી પ્રભાવિત લોકો, તેમના પરિવારો અને સંભાળ રાખનારાઓ માટે અમારી માહિતી ક્યાં સુધારી શકીએ તે વિશે તમારો અભિપ્રાય અમને જાણવો ગમશે.

તમારી અનામી ટિપ્પણીઓનો ઉપયોગ જાગૃતિ લાવવા અને અમારા સંસાધનો, ઝુંબેશો તેમજ ફંડિંગ માટેની અરજીઓમાં પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે પણ થઈ શકે છે.

આ અથવા અમારી કોઈપણ માહિતી પત્રિકા વિશે પ્રતિસાદ આપવા માટે, અમારા ઓનલાઇન ફોર્મ અહીંથી મેળવો: smartsurvey.co.uk/s/infosheets_1-25

તમે ફોર્મની પેપર આવૃત્તિ માટે વિનંતી કરી શકો છો અથવા ઈમેલ દ્વારા સીધો પ્રતિસાદ આપી શકો છો: infofeedback@mndassociation.org

અથવા અહીં લખો:

Information feedback
Motor Neurone Disease Association
Francis Crick House,
6 Summerhouse Road,
Moulton Park Northampton
NN3 6BJ

શું આપ અમારી માહિતીની યુઝર રીવ્યુમાં મદદ કરવા માંગો છો?

જો આપ MND અથવા કેનેડીઝ ડિસીઝ સાથે જીવી રહ્યા છો, અથવા સંભાળ રાખનાર છો, તો અમને નીચેના સરનામે ઈમેલ કરો: infofeedback@mndassociation.org

© MND Association, 2026

Motor Neurone Disease Association
Francis Crick House,
6 Summerhouse Road,
Moulton Park
Northampton, NN3 6BJ

ટેલિફોન: 01604 250505
ઈમેલ: enquiries@mndassociation.org
વેબસાઇટ: mndassociation.org

નોંધાયેલ સખાવતી સંસ્થા નં. 294354

સુધારેલ: જાન્યુઆરી 2026
આગામી સમીક્ષા: સપ્ટેમ્બર 2028
આવૃત્તિ: 1

