

كبار السن المصابون بالسرطان



دليلك لأفضل رعاية لمرضى السرطان

Carers Australia هي منظمة وطنية تُقدم الدعم والمشورة والمعلومات حول الخدمات المقدمة لمقدمي الرعاية الذين يعانون بكبار السن المصابين بالسرطان. للحصول على الدعم والمشورة لمقدمي الرعاية، يُرجى الاتصال بـ Carers Australia على الرقم **1800 242 636**.

تم إعداد **أدلة لأفضل رعاية لمرضى السرطان موجهة للسكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس**. للمزيد من المعلومات للسكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس المُحتمل إصابتهم بالسرطان، يُرجى زيارة موقع Cancer Council الإلكتروني www.cancer.org.au/cancercareguides/for-aboriginal-and-torres-strait-islanders/checking-for-cancer كما يُمكّنك الاطلاع على دليل السكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس www.cancer.org.au/cancercareguides/for-aboriginal-and-torres-strait-islanders/cancer حول ما يُمكن توقعه قبل وبعد أثناء علاج السرطان.

إذا كنت بحاجة إلى مترجم شفهي، فاتصل بخدمة الترجمة التحريرية (Translating and Interpreting Service) على الرقم **13 14 50** أو تفضل بزيارة موقعهم الإلكتروني www.tisnational.gov.au

الفحوصات الأولية والإحالة

سيُجري طبيب العائلة (GP) فحصاً شاملًا لمعرفة سبب مرضك. سيسألك عن أي أعراض قد تُعاني منها، وقد يُجري بعض الفحوصات مثل الفحوصات الجسدية، وفحوصات الدم، والأشعة السينية، أو المسح الضوئي.

إذا كان لدى GP أي مخاوف، فسيتم إحالتك إلى أخصائي لإجراء المزيد من الفحوصات.

أسئلة قد ترغب في طرحها:

- هل يمكنني اختيار الذهاب إلى مستشفى حكومي أو عيادة خاصة؟
- هل يمكنني اختيار الأخصائي الذي أزوره؟
- كم سُتكلفني المواعيد؟
- كم من الوقت أتوقع الانتظار قبل تحديد موعد؟
- ماذا أفعل إذا لم أتلقّ رداً بشأن الموعد؟



معلومات عن هذا الدليل

قد يكون إخبارك بأنك مصاب بالسرطان أو باحتمالية إصابتك به أمرًا مرهقاً. فالأمر قد تغير بسرعة، وقد يكون لديك الكثير من الأسئلة.

هذا المورد مُخصص لكبار السن المصابين بالسرطان. سيساعدك أنت وعائلتك ومقدمي الرعاية وأصدقائك على تجاوز هذه التجربة.

في أستراليا، تستخدم المؤسسات الحكومية مصطلح "كبار السن" للإشارة إلى الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عاماً فأكثر. أما بالنسبة للسكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس، فيُستخدم المصطلح لمن تزيد أعمارهم عن 50 عاماً. لكن كل شخص يتقدم في العمر بشكل مختلف، وقد لا يعكس عمر الشخص بالأرقام مدى صحته أو مرضه. لذلك، من المهم أن يتعاون فريق السرطان معك لخيطي العلاج والرعاية التي تدعم احتياجاتك وتراعي ما يهمك أكثر. وهذا ما يُسمى بالرعاية المُراعية لكبار السن.

يُوفر موقع Cancer Council الإلكتروني أدلةً لأفضل رعاية لمرضى السرطان لمختلف أنواعه www.cancer.org.au/cancercareguides

المعلومات والدعم

تم تطوير مورد **OlderCan** على www.wecan.org.au/oldercan بالتعاون مع كبار السن الأستراليين المصابين بالسرطان، وهو مخصص لهم. يقدم OlderCan المشورة والدعم لمساعدتك في اتخاذ قرارات بشأن العلاج والرعاية، وللتأكد من أن GP وفريق السرطان على دراية بالمعلومات المهمة لك.

تُقدم خدمة معلومات ودعم مرضي السرطان التابعة لـ الدعم العملي والمالي والعاطفي للمصابين بالسرطان. كما تساعدك في الوصول إلى خدمات الرعاية الداعمة وكيفية الوصول إليها. اتصل بـ Cancer Council على الرقم **13 11 20** للتحدث مع أخصائي رعاية صحية، أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني www.cancer.org.au للحصول على المساعدة أو النصيحة. لمزيد من المعلومات، ابحث عن كتيب عن نوع السرطان الذي تعاني منه ضمن سلسلة Cancer Council "Understanding Cancer" على موقعه الإلكتروني.

التشخيص وتحديد المرحلة

بغض النظر عن عمرك، يحق لك معرفة جميع خيارات العلاج المتاحة لك. سيساعدك هذا على اتخاذ أفضل القرارات مع عائلتك أو مقدم الرعاية وفريقك المعالج للسرطان. لا يتم تزويد بعض كبار السن بهذه المعلومات. في بعض الأحيان يكون هذا تفضيلاً للشخص، ولكن في بعض الأحيان لا يكون كذلك.

يحدث التمييز غير المنصف على أساس السن عندما يعامل كبار السن بشكل غير عادل بسبب سنهم أو لأنهم يُعتبرون "كبار السن" أو "مسنون" جدًا بحيث لا يمكن إعطاؤهم معلومات أو لا يمكنهم اتخاذ قرارات بشأن رعايتم. أخبر فريقك المعالج بكلمة المعلومات التي تريدها وبمدى رغبتك في المشاركة في القرارات المتعلقة برعايتك. قد تقرر بأن تلتقي العلاج، أو عدم تلقي علاج فعال، أو تلقي بعض العلاج فقط لتخفيف الألم وعدم الراحة. قد ترغب في أن تأتي عائلتك أو غيرهم من الأشخاص الداعمين معك وأن يشاركون في التحدث عن خيارات العلاج مع أطبائك. قد ترغب في مناقشة قرارك مع أعضاء آخرين في فريق رعايتك الصحية ومع GP، وعائلتك، ومقدم الرعاية. إذا غيرت رأيك بعد اتخاذ القرار بشأن العلاج، فأخبر طبيبك. سيسعدكم مناقشة أي مخاوف أو أسئلة لديك، والتحدث عن خيارات علاجية أخرى قد تكون أفضل لك.

الإطار الزمني

يعتمد الإطار الزمني لبدء علاجك على ما هو موصى به لنوع السرطان الذي تعاني منه. قم بزيارة موقع Cancer Council الإلكتروني لمزيد من المعلومات حول الإطار الزمني لنوع السرطان الذي تعاني منه www.cancer.org.au/cancercareguides

يوجد المزيد من المعلومات حول خيارات علاج السرطان في الجزء "خيارات علاج السرطان" (Cancer treatment choices) على موقع www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/cancer-treatment-choices

التجارب السريرية

قد يعرض عليك المشارك في تجربة سريرية، أو قد ترغب في سؤال طبيبك المختص بما إذا كانت هناك تجربة سريرية مناسبة لك. تُستخدم التجارب السريرية لاختبار ما إذا كانت العلاجات الجديدة آمنة وفعالة أكثر من العلاجات الحالية. يعيش العديد من مرضى السرطان الآن حياة أطول وأفضل، بفضل التجارب السريرية.

مزيد من المعلومات قم بزيارة موقع Australian Cancer Trials www.australiancancertrials.gov.au

بالنسبة لبعض كبار السن، تُصعب التغيرات المرتبطة بالعمر في وظائف القلب أو الرئة، أو الحركة، أو الذاكرة، تشخيص السرطان. ويزداد هذا الأمر صعوبةً خاصةً إذا كانت أعراض أمراض أخرى مشابهة، أو تفاقمت، بسبب السرطان.

يركز جزء "تشخيصك" (Your diagnosis) على موقع www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis مشاركة المعلومات مع فريق السرطان المختص. فمشاركة المعلومات تُساعد في ضمان حصولك على العلاج والرعاية المناسبة لك.

أسئلة قد ترغب بطرحها

- ما هي الفحوصات الأخرى التي أحتاج إلى إجرائها؟
- ما نوع السرطان الذي أعاني منه؟
- هل يمكن الشفاء من السرطان؟ إذا لم يكن كذلك، فما هي خطة رعايتي؟
- كم من الوقت يتوقع أن أعيش؟



العلاج

عند تشخيص إصابة شخص مُسن بالسرطان، من المهم أن يتعرف فريق السرطان على أكبر قدر ممكן من المعلومات حول صحتك، وأحوالك اليومية، والأمور المهمة بالنسبة لك.

يمكن بعد ذلك استخدام هذه المعلومات لتوجيه خيارات العلاج الفردية.

قد يتغير الوصول إلى الخدمات الصحية وشبكات الدعم مع تقدم الشخص في السن. قد تحتاج إلى مساعدة إضافية لإدارة علاجك وآثاره الجانبية. غالباً ما توفر خدمات رعاية المسنين المتخصصة هذا الدعم الإضافي لك ولمقدمي الرعاية إلى جانب فريق رعاية مرضى السرطان. قد ترغب في طلب إحالة.

يُعتبر مورد OlderCan www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me إحدى الطرق التي يمكنك من خلالها مشاركة معلومات مهمة حول صحتك، وكيف أحوالك، وما يهمك أكثر من فريق رعاية مرضى السرطان.

قد يكون جزء "علاجك" (Your Treatment) على موقع www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment أيضًا. يُركز هذا الدليل على خيارات العلاج وأنواعه، وما يجب مراعاته عند اتخاذ القرارات مع فريق علاج السرطان بشأن العلاج الأنسب لك.

يمكنك العثور على معلومات حول تشخيص وعلاج أنواع السرطان المختلفة في أفضل أدلة رعاية مرضى السرطان على الرابط www.cancer.org.au/cancercareguides

العلاجات التكميلية والأدوية الأخرى

تحدث إلى فريق رعايتك الصحية عن أي مكملات غذائية أو فيتامينات أو علاجات عشبية أو أدوية أخرى تستخدمها أو ترغب في استخدامها، بما في ذلك الأدوية الموصوفة والأدوية المتاحة دون وصفة طبية (مثل الباراسيتامول أو الإيبوبروفين). قد لا تتناسب بعض الأدوية والعلاجات التكميلية والفيتامينات مع علاجك.

أسئلة قد ترغب بطرحها:

- ما هو هدف علاجي ورعايتي؟
- ما العلاج الذي توصي به لي؟
- لماذا تعتقد أن هذا هو العلاج الأمثل لي؟
- كم تتوقع مدة استمرار علاجي؟
- ما هي التثار الجانبية التي قد أعاني منها نتيجة العلاج؟
- كيف سيؤثر العلاج على حياتي اليومية؟
- هل سأتمكن من مواصلة العمل؟
- بمن أحصل إذا شعرت بتواعدك أو كانت لدى أي أسئلة عندما أكون بعيداً عن المستشفى؟
- ما المساعدة التي يمكنني الحصول عليها إذا وجدت صعوبة في إدارة أعمال المنزلية أثناء تلقي العلاج؟
- أين وكم مرة سأذهب إلى المستشفى لتلقي العلاج؟
- هل يمكنني الحصول على وسيلة مواصلات لمواعيد العلاج؟
- ما هي تكلفة العلاج، وكم سأدفع من تكلفته بنفسي؟
- هل يمكنني الاستمرار في رعاية زوجي/زوجتي/أحفادي؟
- هل يمكنني الاستمرار في ممارسة الأشياء التي أستمتع بها أو التي تُهمي؟
- كيف سيؤثر هذا على عائلتي أو من يرعوني أو يدعمونني؟ أين يمكنهم الحصول على المساعدة أو الدعم؟
- هل يمكنك توجيهي إلى المعلومات أو الخدمات التي يمكنني استخدامها لمساعدتي في الاعتناء بنفسي؟



التخطيط المسبق للرعاية

التخطيط المسبق للرعاية هو عملية تفكير فيما هو الأكثر أهمية بالنسبة لك عندما يتعلق الأمر برعايتك الصحية المستقبلية. إذا أصبحت مريضاً جدًا وغير قادر على إخبار الآخرين بالرعاية أو العلاج الذي تريده، ففكر في الشخص الذي ترغب في أن يتحدث نيابةً عنك، وماذا تريده منه أن يقول. إن إجراء هذه المحادثات أثناء تلقيك بصفة يضمن لك تخصيص وقت للتفكير في الأمور المهمة بالنسبة لك فيما يتعلق بالعلاج الطبيعي والرعاية الصحية وجودة الحياة.

يساعد التخطيط المسبق للرعاية الآخرين على فهم الرعاية أو العلاج الذي قد تحتاجه، والذي يتواافق مع قيمك ورغباتك وتفضيلاتك. يمكنك تقديم نصائح حول أمور مثل الموافقة، ورفض العلاج وسحبه مستقبلاً، وأتعين بديل لأخذ القرارات. يمكنك أيضاً تحديد رغباتك وتفضيلاتك العامة بشأن رعايتك الصحية المستقبلية، مثل الأشخاص الذين ترغب بوجودهم حولك، والموسيقى التي تفضلها، أو المكان الذي تفضل تلقي الرعاية فيه. تختلف إجراءات ووثائق التخطيط المسبق للرعاية الصحية باختلاف الولاية والإقليم. تعرّف على المزيد حول التخطيط المسبق للرعاية الصحية عبر الإنترنت www.advancecareplanning.org.au أو بالتواصل مع الخدمة الاستشارية الوطنية للتخطيط المسبق للرعاية الصحية (National Advance Care Planning Advisory Service) على الرقم 1300 208 582.

التوجيه المسبق للرعاية

التوجيه المسبق للرعاية هو وثيقة ملزمة قانوناً تُعدّها لإعلام عائلتك وفريق الرعاية الصحية بالعلاج والرعاية التي قد ترغب أو لا ترغب في تلقيها في حال تفاقم وضعك الصحي بحيث لا تتمكن من اتخاذ هذه القرارات بنفسك. في بعض الولايات والأقاليم، قد تُستخدم هذه الوثيقة لتعيين بديل رسمي عنك لاتخاذ القرار.

فريق رعايتك الصحية

قد يراجع الشخص المصاب بالسرطان طبياً واحداً أو عدة أطباء ومتخصصين صحيين مختلفين، وذلك حسب نوع السرطان وخيارات العلاج واحتياجات الرعاية. قد يقترح طبيبك أو ممرضتك استشارة متخصص صحي يمكنه مساعدتك في الحصول على معلومات حول:

- الأكل والتغذية
- التنفس
- إدارة الأدوية
- العمل في المنزل أو الحصول على الدعم
- الرعاية والدعم العاطفي
- دعم الأقران.

يقدم مقدمو الرعاية دعماً رائعاً، كالدعم العاطفي والرفقة والتفهم، كما يقدمون مساعدة عملية، كالمساعدة في الوصول إلى مواعيد متعددة أو تناول الأدوية أو إدارتها.

يتوفر موقع OlderCan المزيد من المعلومات حول مقدمي الرعاية والدعم المتاح على الرابط www.wecan.org.au/oldercan/older-carers

القرارات الخاصة بالتكلاليف



قد تضطر لدفع تكاليف بعض المواعيد، والفحوصات، والأدوية، والإقامة، والتنقل، وموافق السيارات. يطلب من مقدمي الرعاية الصحية تزويدك بمعلومات حول تكلفة أي علاج يوصون به قبل بدء العلاج. يُسمى هذا بالموافقة المالية المدروسة.

تحتاج مع GP، أو الأخصائي، أو المستشار المالي، أو شركة التأمين الصحي الخاصة (إن كان لديك تأميناً) لفهم ما يغطيه التأمين وما قد تتحمله شخصياً من تكاليف إضافية. إذا كانت لديك مخاوف بشأن التكاليف، فتحتاج إلى فريق رعايتك الصحية أو عامل اجتماعي حول:

- نفقة النظام الحكومي
- المساعدة في توفير الإقامة أثناء العلاج
- التأثير المالي المحتمل لعلاجك ومعلومات حول المزايا أو الاستحقاقات للمساعدة في تكاليف العلاج.

يمكنك الاتصال بـ Cancer Council على الرقم 13 11 20 للتحدث مع أخصائي صحي بشأن الدعم المالي. يحتوي الموقع الإلكتروني أيضًا على معلومات حول:

الممساعدة العملية والمالية

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance

دفع تكاليف العلاج

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment

الموافقة المالية المدروسة

www.cancer.org.au/health-professionals/resources/informed-financial-consent

تشمل الرعاية الداعمة جميع هذه الجوانب من رعايتك، وهي جزء مهم من علاجك وسلامتك. لذا، إذا شعرت بالحاجة إلى مساعدة في أي شيء، فأخبر طبيبك أو ممرضتك. يمكنك طلب المساعدة أو إحالتك إلى خدمات الرعاية الداعمة في أي مرحلة من مراحل مرضك. جميع هؤلاء المختصين جزء من فريق رعايتك الصحية.

قد ترغب في التحدث إلى انفراد مع أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية حول الشعور بالأمان في منزلك، أو قد تكون لديك مخاوف بشأن السيطرة على أموالك. يمكنك أن تطلب من طبيبك أو ممرضتك تحديد موعد لك مع عامل اجتماعي يستمع إلى مخاوفك ويقدم لك النصائح. لن يفعل أي شيء، أو يتحدث إلى أي شخص دون إذنك.

يتوفر موقع OlderCan معلومات حول التواصل مع فريق رعايتك الصحية على الموقع التالي:

www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/communicating-with-your-team

يمكنك استخدام مورد

www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me

لإبلاغ الفريق بأن لديك مخاوف بشأن التواجد في المنزل

طبيبك العام

يعتبر GP عضواً أساسياً في فريق الرعاية الصحية، حيث سيقدم لك الرعاية اللازمة أثناء وبعد علاج السرطان. إذا كانت لديك علاقة جيدة مع GP قبل تشخيص إصابتك بالسرطان، أو إذا وجدت GP جديداً بعد تشخيص السرطان، فمن المهم المواطبة على زيارته بانتظام.

يمكنك استخدام مورد

www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me

لمشاركة معلومات مهمة مع GP وفريق علاج السرطان.

يتوفر موقع OlderCan المزيد من المعلومات حول صحتك و

www.wecan.org.au/oldercan/your-gp/your-health-and-your-gp

يمكنك أيضًا طلب إحالة من GP إلى أخصائي آخر للحصول على رأي ثان.



مقدمو الرعاية الكبار في السن

بالنسبة للكثيرين، يعتبر وجود شريك عاطفي أو فرد من العائلة أو صديق أو مقدم رعاية يدعمهم طوال فترة علاجهم من السرطان أمرًا بالغ الأهمية. يمكن لهذا الشخص (أو الفريق) أن يحدث فرقاً كبيراً في رحلة الشخص مع السرطان.

عند الإصابة بالسرطان في مرحلة متقدمة من العمر، قد يكون مقدم الرعاية الرئيسي، سواءً كان شريكاً عاطفياً أو صديقاً، قد يكون أيضًا شخصاً مسناً ويعاني من مشاكل صدية خاصة به.

في حال عودة السرطان

في بعض الأحيان، قد يعود السرطان بعد العلاج. قد يعود في نفس المكان أو يظهر في جزء آخر من الجسم.

في حال عودة السرطان، قد تتم إحالتك إلى الطبيب المختص أو المستشفى الذي تلقيت فيه العلاج لأول مرة، أو إلى طبيب مختص آخر.

يعتمد نوع العلاج الذي قد تلقاه على مدى انتشار السرطان، وسرعة نموه، والأعراض التي تعاني منها، والأمور الأكثر أهمية بالنسبة لك.

تفضل زيارة موقع Cancer Council الإلكتروني لمزيد من المعلومات حول السرطان المتقدم

www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment

أسئلة قد ترغب بطرحها:



- أين يوجد السرطان، وهل انتشر؟
- ما هي خيارات العلاج المتاحة لي؟
- ما هي فرص نجاح العلاج هذه المرة؟
- ما الذي يمكنك فعله للمساعدة في إدارة أعراضي؟
- هل هناك ما يمكنني فعله للمساعدة في إدارة أعراضي؟
- ما هو الدعم الإضافي الذي يمكنني الحصول عليه إذا كنت بمفردي في المنزل؟
- ما هو الدعم الإضافي الذي يمكنني الحصول عليه إذا كانت عائلتي وأصدقائي يعانون بي في المنزل؟
- ما هو الدعم المتاح لعائلتي أو مقدم الرعاية؟

يمكن أن يسبب علاج السرطان تغيرات جسدية ونفسية.

خطتك لمتابعة الرعاية

سيعمل فريق الرعاية الصحية معك لوضع خطة لرعايتك المستمرة. يجب تسليمك أنت وGP نسخة عن الخطة. إذا لم تحصل على خطة متابعة، فاسأل طبيبك أو ممرضتك إن كانت متوفرة. ستوضح هذه الخطة ما يلي:

- من هو الشخص الرئيسي الذي يمكنك الاتصال به بعد العلاج
- عدد مرات إجراء الفحوصات والاختبارات التي ستشملها
- كيفية التعامل مع أي آثار جانبية للعلاج
- كيفية الحصول على المساعدة بسرعة إذا كنت تعتقد أن السرطان قد عاد أو تفاقم.

قد يفقد بعض الأشخاص لياقتهم البدنية وقوتهم أثناء علاج السرطان، أو يعانون من صعوبة أكبر في الذاكرة أو التفكير. قد يُصعب هذا عليهم إدارة المهام اليومية. يخشى الكثيرون من عودة السرطان. سيتحدث معك أخصائيك وفريق الرعاية الصحية حول احتياجاتك، ويمكنهم إحالتك إلى أخصائيين صحيين آخرين وخدمات دعم مجتمعية. يُحدث النشاط البدني فرماً كبيراً في تعافيك البدني والنفسي. يمكن أن تبدأ بـ 10 دقائق فقط من المشي في الهواء الطلق يومياً.

معلومات أخرى قد تحصل عليها:

- العلامات والأعراض التي يجب الانتباه لها في حال عودة السرطان
- الآثار المتأخرة للعلاج والأخصائيين الذين قد تحتاج لزيارتهم
- كيفية اتباع نمط حياة صحي يمنحك أفضل فرصة للتعافي والحفاظ على صحتك.

تفضل زيارة موقع Cancer Council الإلكتروني للحصول على مزيد من المعلومات حول الدعم بعد العلاج

www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment

أسئلة قد ترغب بطرحها



- ما هي أهداف العلاج الحالية؟
- بمن أصل إذا شعرت بتوعك؟
- ماذا يمكنني أن أفعل للحفاظ على قوتي ولياقتني البدنية بأفضل حال أثناء العلاج؟
- كيف يمكنني استعادة قوتي ولياقتني البدنية بعد العلاج؟
- أين يمكنني الحصول على المزيد من المساعدة لإدارة حالي في المنزل؟

الرعاية التلطيفية

تساعد الرعاية التلطيفية الأشخاص على عيش حياتهم على أكمل وجه وبراحة تامة في أي مرحلة من مراحل إصابتهم بالسرطان.

يُقدمها فريق من الخبراء، إلى جانب الرعاية المعتادة للمريض. تُركّز على تخفيف الأعراض وتقديم دعم إضافي للمريض وعائلته.

لا تقتصر الرعاية التلطيفية على العلاج في نهاية الحياة فحسب. فقد يتلقى العديد من المصابين بالسرطان وأمراض خطيرة أخرى رعايةً وعلّاقاً تلطيفياً لسنوات لضمان حصولهم على أفضل جودة حياة ممكنة. قد تُقدم هذه الرعاية في المنزل، أو في المستشفى، أو في أي مكان آخر تختاره. يُقدم موقع OlderCan.org.au المزيد من المعلومات حول الرعاية التلطيفية على الموقع

[www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/
palliative-care](http://www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/palliative-care)

تحدّث إلى GP أو أخصائيك، أو قم بزيارة
موقع [Palliative Care Australia](http://PalliativeCareAustralia.org.au)
الإلكتروني www.palliativecare.org.au



المساعدة في الموت الطوعي

قد يرغب الشخص المصاب بالسرطان الذي لا يمكن شفاؤه، والذي يستوفّي شروطًا صارمة (مثل المدة المتوقعة للعيش أو قدرته على اتخاذ قراراته بنفسه)، في الاستفسار عن المساعدة في الموت الطوعي أو التفكير فيه. يجب أن يكون طوعيًّا وطلب من الشخص نفسه. لا يمكن لفريق رعايتك الصحية طرح هذا الأمر عليك.

تختلف قوانين المساعدة في الموت الطوعي باختلاف الولاية أو الإقليم، لذا من المهم معرفة القوانين واللوائح المتعلقة بهذا الخيار في الولاية أو الإقليم الذي تعيش فيه. تواصل مع إدارة الصحة في منطقتك للحصول على أحدث المعلومات في منطقتك.



Team use (hospital number)

IMPORTANT INFORMATION FOR MY CARE TEAM

MY HEALTH

- I rate my health as **good / average / poor**
 - I have **heart disease / arthritis / diabetes / breathing problems / kidney disease**
- Other health issues
-
- I take prescription medications a day
 - I take supplements (e.g. vitamins) **yes / no**
 - I have **lost / gained** weight in the last 3 months
 - My hearing is **good / average / poor**
 - My vision is **good / average / poor**
 - I feel **anxious / depressed**
 - I feel happy **often / sometimes / never**

PHYSICAL ACTIVITIES

- I can walk metres
- I use an aid (e.g. frame, stick, other) **yes / no**
 - I do some exercise **daily / weekly / never**
- I can do **all / some / none** of my housework
- I can do **all / some / none** of my shopping
- I have help with doing

.....

- I had falls in the last 3 months
- I have a My Aged Care / Home care package **yes / no**

This is Me

Name

Preferred name

Age Gender

Language spoke

Born in

I have a regular GP
yes / no

THINKING

- I can use a computer **yes / no**
- I use other devices (e.g. Smart phone) **yes / no**
- I manage my money **yes / no**
- My memory is **good / average / poor**

WHAT'S IMPORTANT

- I enjoy

.....

- My cancer team need to know that:
 - Quality of life is **more / less** important than length of life for me
 - I want to be involved in all treatment decisions **yes / no**
 - I want someone with me at my appointments **yes / no**
 - Other things that are important to me are

.....

BEING WITH OTHERS

- I live in **my own house / retirement village / aged care home** or
- I live by **myself / with my partner / family / friends**
- I am able to spend time with other people when I want **yes / not always / no**
- Even with my cancer, things are OK at home **yes / no**
- I feel lonely **never / sometimes / often**



Completed by

Date:

www.oldercan.org

The information provided in this form has not been drawn from medical record and reflects the views of the person completing the form © 2024 VI

كيفية استخدام THIS IS ME

طقر كبار السن المصابون بالسرطان This is Me لتحفيز الحوار مع أعضاء فريق رعايتهم الصحية حول ما يهتم بهم أكثر خلال تجربة السرطان. تم تطويره لمساعدة الناس على مشاركة معلومات حول صحتهم، ونوعية حياتهم، وتفضيلاتهم الشخصية عند اتخاذ القرارات المتعلقة بعلاج السرطان والرعاية. يمكن استخدامه مع فريق المستشفى، أو GP، أو أي شخص ضمن شبكة دعم الشخص.

كيفية استخدام This is Me

يمكنك استخدام This is Me مرة واحدة أو عدة مرات خلال مسار علاجك. يمكنك طباعة النموذج وطبعته بنفسك وأخذه معك إلى المستشفى أو إلى موعد مع GP أو أن تطلب من طبيبك أو الممرضة مناقشة النموذج معك.

ملء This is Me

لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة. تتعلق الأسئلة بشعورك بصحة جيدة أو سيئة بحالتك الحالية، وليس بشعورك عند مقارنتها بالآخرين. في كل جزء، يرجى وضع دائرة حول الإجابة التي تناسب حالتك الصحية بشكل أفضل.

كيف سيم استخدام هذه المعلومات؟

تساعد المعلومات الواردة في النموذج الفريق الذي يعني بك على معرفة المزيد عنك، وطرح الأسئلة عليك إذا احتاجوا إلى مزيد من المعلومات، ومعرفة ما إذا كان هناك أي شيء يحتاج إلى عناية خاصة قبل بدء العلاج. هذا يساعد في ضمان توافق القرارات المتعلقة بأي رعاية مستقبلية مع ما يهمك أكثر.

المعلومات الواردة في هذا النموذج ليست مستندة من السجل الطبي، وتعكس آراء الشخص الذي يكمل النموذج. © 2024

تفضل بزيارة www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me لمزيد من المعلومات حول برنامج OlderCan. استخدم النموذج لمشاركة المعلومات مع فريقك لعلاج السرطان.

طورت WeCan مورد OlderCan كجزء من مشروع "أكبر سنًا وأكثر حكمة (Older and Wiser)". مشروع "أكبر سنًا وأكثر حكمة (Older and Wiser)" هو مبادرة لمنحة مدعومة من Cancer Australia لدعم مرضى السرطان، بتمويل من الحكومة الأسترالية. أعيد نشر مورد هنا بإذن من جامعة ملبورن (University of Melbourne).

إخلاء المسؤولية: استشر طبيبك دائمًا بشأن أي أمور تؤثر على صحتك. هذا الدليل هو مقدمة عامة، ولا يعني عن المنشورة الطبية أو القانونية أو المالية المتخصصة. يتم تحديث المعلومات المتعلقة بالسرطان ومرافقها باستمرار من قبل الأوساط الطبية والبحثية. مع بذل كل جهد ممكن لضمان الدقة وقت النشر، يخلي Cancer Council Australia مسؤوليتهم عن أي إصابة أو خسارة أو ضرر ناتج عن استخدام المعلومات المذكورة أعلاه أو الاعتماد عليها.

نشر في نوفمبر/تشرين الثاني 2025. يسند هذا المورد إلى معلومات من دليل "مسار الرعاية الأمثل (Optimal care pathway) لكتاب السن المصابين بالسرطان" (الطبعة الأولى)، والمتوفر على الموقع www.cancer.org.au/OCP.