

## Where can I get more information?

For more information, you can talk to:

- Your doctor
- Your local palliative care service

You can also call Palliative Care Victoria to find out more information or help you find your local service.

**Freecall**  
1800 660 055 or  
03 9662 9644  
(9am – 5pm Monday to Friday)

A telephone interpreter can be arranged – please tell us what language you need.



## Gdzie można uzyskać więcej informacji?

Więcej informacji można uzyskać rozmawiając ze:

- Swoim lekarzem
- Lokalnymi służbami opieki paliatywnej

Możesz również zadzwonić do Palliative Care Victoria (Wiktoriańskiej Opieki Paliatywnej), aby uzyskać pomoc w znalezieniu lokalnych usługodawców lub więcej informacji.

**Telefon bezpłatny**  
1800 660 055 lub  
03 9662 9644  
(9.00 – 17.00 w dni robocze)

Dostępny jest tłumacz telefoniczny – powiedz, jakim językiem władasz.



POLISH

## Palliative Care

Helping people with life-limiting illness, their families and carers to live well

## Opieka paliatywna

pomoc osobom nieuleczanie chorym oraz ich rodzinom w prowadzeniu pełnowartościowego życia

### What is palliative care?

Palliative care helps people with a life-limiting illness to have the best possible quality of life. It is available for everyone – of any age, race, culture, background or religion, and most services are free.

Depending on your needs, palliative care may include:

- Medicine and other therapies to relieve your pain and manage symptoms
- Support for your family members
- Help to meet your spiritual, religious or cultural needs
- Regular visits from health workers and other care providers

If you choose to have palliative care, you can talk about your individual needs, ask any questions and make requests so you have the best care possible.

When using palliative care, the person with the illness and their family are always in control of decisions about their health, medical treatment and wellbeing.

### Na czym polega opieka paliatywna?

Zadaniem służb opieki paliatywnej jest wspieranie osób nieuleczanie chorych w zachowaniu jak najlepszej jakości życia. Opieka paliatywna jest dostępna dla wszystkich – niezależnie od wieku, rasy, kultury, pochodzenia czy religii, a większość z usług jest bezpłatna.

Zależnie od potrzeb, w ramach opieki paliatywnej stosuje się:

- Leki oraz inne sposoby leczenia pomagające w uśmierzeniu bólu i radzeniu sobie z objawami choroby
- Wspieranie członków rodziny
- Wspieranie potrzeb duchowych, religijnych i kulturowych
- Regularne wizyty pracowników służby zdrowia oraz innych usługodawców

Jeśli zdecydujesz się na opiekę paliatywną, porozmawiaj z nami na temat swoich indywidualnych potrzeb, aby otrzymać jak najlepszą pomoc.

Korzystając z opieki paliatywnej, osoba chora, jak również jej rodzina, zawsze mają decydujące zdanie na temat swojego zdrowia, sposobu leczenia oraz dobrostanu.



**Palliative Care**  
V I C T O R I A  
Specialist health care and practical support



We thank the Victorian Government and the Lord Mayor's Charitable Foundation for their support.  
Dziękujemy rządowi wiktoriańskiemu oraz Lord Mayor's Charitable Foundation za wsparcie.

This handout was produced by Palliative Care Victoria in partnership with the Ethnic Communities Council of Victoria and the Multicultural Centre for Women's Health.

Niniejszy arkusz informacyjny wydany został przez Palliative Care Victoria oraz jej partnerów Ethnic Communities Council of Victoria i Multicultural Centre for Women's Health.

Photos used in this brochure are for illustrative purposes only.  
Zdjęcia w niniejszej broszurce wykorzystywane są jedynie w celach ilustracyjnych.

## Palliative care does not mean the end

Palliative care can be used at any time in your illness, not just for people who are near the end of life. Using palliative care does not mean there is no hope, you have 'given up' or your families don't care. You can continue treatment at the same time as receiving palliative care.

You may be able to use complementary therapies or traditional medicine.

## Opieka paliatywna nie oznacza końca

Z opieki paliatywnej korzystać można na każdym etapie choroby, gdyż stosowana jest ona nie tylko w końcowym stadium życia. Korzystanie z opieki paliatywnej nie oznacza utraty nadziei, "poddania się", czy okazania braku troski. Leczenie może być kontynuowane w trakcie otrzymywania opieki paliatywnej.

Można także stosować terapie alternatywne lub tradycyjne formy leczenia.

## Who provides palliative care?

Palliative care can be provided by your own doctor, specialist doctors and nurses, physiotherapists, religious or spiritual advisors and others.

## Kto świadczy usługi opieki paliatywnej?

Opieka paliatywna może być świadczona przez własnego lekarza, pielęgniarki lub lekarzy specjalistycznych, fizykoterapeutów, doradców duchowych i religijnych, oraz inne osoby.

## Where can I receive care?

Depending on your needs and other factors, you may receive care at home, a hospital or hospice, or other care facility. Care in a hospital or a hospice is usually for a short time to treat your symptoms and pain so that you can return home if possible.

## Gdzie możesz otrzymać opiekę?

Zależnie od twoich potrzeb oraz pozostałych czynników, opieka może być świadczona w domu, w szpitalu, hospicjum lub innym ośrodku opieki. Szpitale i hospicja świadczą usługi opieki paliatywnej zwykle krótkoterminowo, koncentrując się na uśmierzaniu objawów choroby i bólu, co pozwala na powrót do domu, jeśli jest to możliwe.

## Will I have to pay?

Most services are free but there may be some costs for equipment or medicines. Ask your local service to make sure you know if there are costs.

## Czy za opiekę trzeba płacić?

Większość usług jest bezpłatna, ale niektóre leki i korzystanie ze sprzętu podlega opłatom. Informacje na temat ewentualnych kosztów dostępne są w lokalnych służbach.

## What if I need to speak another language?

If you feel better speaking in your own language, let your palliative care service know. Most of them can organise an interpreter for free.

## A jeśli chciałbym porozmawiać w innym języku?

Poproś zespół opieki paliatywnej o bezpłatne usługi tłumacza, jeśli wolisz porozmawiać w swoim ojczystym języku.



## How can palliative care help my family?

Palliative care also helps your family as they care for you. This may include:

- Help with doctors' and other appointments
- Help to make sure you have the right medicine and care
- Support to meet their needs
- A break from care
- Help to organise financial and legal support
- Support and advice after business hours

## Jaka pomoc ze strony zespołu opieki paliatywnej dostępna jest mojej rodzinie?

Służba opieki paliatywnej zapewni wsparcie również rodzinie, która się tobą zajmuje. Rodzaje pomocy:

- Wizyty lekarskie i umawianie spotkań
- W ustaleniu odpowiednich leków i opieki
- Wsparcie biorące pod uwagę potrzeby rodziny
- Przerwy w obowiązkach opiekuńczych
- Organizowanie wsparcia finansowego i prawnego
- Wsparcie i porady po godzinach urzędowania