

# How palliative care can help

If you have an incurable or terminal illness, your local palliative care service can provide you and your family with support such as:

1. Help to understand your options for treatment in Australia and helping you to choose what is best for you.
2. Help to talk to doctors and other health providers.
3. Help to understand all about your medications - what it is, what it does and when it should be taken.
4. A nurse calling you or visiting your home to see how you are going.
5. Help to manage any physical problems such as pain, so you are more comfortable.
6. Help to meet spiritual care needs and manage grief.
7. Arrange for you to have equipment to help you in your home, including a hospital bed, shower chair, wheelchairs etc (a small cost may apply).
8. Arrange respite in the home for family and carers, so they have a chance to rest.
9. Help to understand how some things might change – things such as taste, how much food you want to eat, your energy levels.
10. Talking to your family members if they are tired or distressed.
11. Help to understand where financial help can be available, and how to access it.
12. Help to find other services you may need.

# Jak może Ci pomóc opieka paliatywna

Jeżeli cierpisz na nieuleczalną chorobę, usługodawca opieki paliatywnej może zapewnić tobie i twojej rodzinie wsparcie, takie jak:

1. Pomoc w zrozumieniu jakie masz opcje leczenia w Australii i pomoc w wybraniu która opcja jest najlepsza dla ciebie;
2. Pomoc w komunikacji z lekarzami i innymi specjalistami;
3. Pomoc ze zrozumieniem swoich lekarstw – co to jest, na co i kiedy brać
4. Pielęgniarka, która dzwoni lub przychodzi do domu, żeby się dowiedzieć, jak się czujesz;
5. Pomoc z problemami fizycznymi na przykład bólem, abyś się mógł czuć bardziej komfortowo;
6. Pomoc w zaspokojeniu potrzeb duchowych i radzeniu sobie ze smutkiem;
7. Zorganizowanie sprzętu do domu – np. łóżko szpitalne, krzesło pod prysznic, wózek inwalidzki itd. (mogą obowiązywać koszty)
8. Odpoczynek dla opiekuna;
9. Pomoc w zrozumieniu zmian związanych z chorobą n.p zmiany w smaku, apetycie, ilości energii;
10. Rozmowy z członkami rodziny, jeśli są zmęczeni lub zmartwieni;
11. Pomoc w znalezieniu/otrzymaniu pomocy finansowej;
12. Pomoc w znalezieniu innych usług.