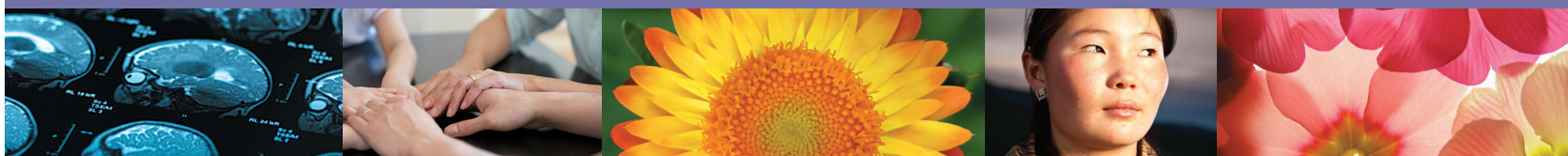


Тархины хорт хавдартай өвчтөний асаргаанд гарах өөрчлөлтүүд: Хөнгөвчлөх Эмчилгээ



ЗОХИОГЧИД:

Майкл Кон, (Michael Cohn) PhD

Брүүк Калтон, (Brook Calton), MD

Сюзан Чанг (Susan Chang), MD

Маргарета Пэйж (Margaretta Page), RN, MS

Мэдрэлийн Хавдар Судлалын Гордон Муррэй-ийн Асаргааны Хөтөлбөр
КАЛИФОРНИЙН ИХ СУРГУУЛЬ, САН ФРАНЦИСКО

Neuro-Oncology Gordon Murray Caregiver Program
UNIVERSITY OF CALIFORNIA, SAN FRANCISCO

Паламдоржийн Энхтуяа



Бидний ээж П.Энхтуяа нь 1960 онд УБ хотод төрсөн, нийгмийн хурц сэхээтэн хүн байлаа.

Эдийн засагч, Эдийн засгийн ухааны магистр, 1980-1992 онуудад Ноосны үйлдвэрийн нэгдэлд ахлах нягтлан бодогч, 1992 онд Монгол Улсад татварын алба үүссэн цагаас эхлэн гавьяаны амралтдаа гарах хүртлээ улсын байцаагчаас алба, хэлтсийн дарга хүртэлх удирдах албан тушаалыг олон жил хашиж ирсэн билээ. Тэрээр МУ-ын эрдэнэсийн сан хөмрөгийг арвижуулах их үйлсэд өөрийн мэдлэг чадвар, залуу нас, сэтгэл зүрхээ дайчлан улсдаа 35 жил тасралтгүй ажилласан билээ.

Энэхүү хугацаанд Япон, Турк, БНСУ-уудад мэргэжил дээшлүүлэх олон улсын сургалтад удаа дараа хамрагдаж, Монгол улсын өнцөг булан бүрээс сурахаар ирсэн олон, арван шавь нарыг бэлтгэн гаргасан юм.

Ээжийн минь ариун цагаан хөдөлмөрийг Монголын төр өндрөөр үнэлж Ардын хувьсгалын 80 жилийн ойн медаль, Санхүү банкны тэргүүний ажилтан, Хөдөлмөрийн хүндэт медаль, Төрийн дээд Алтан гадас одонгоор тус тус шагнасан.

Ээж минь 2005 онд хөхний хорт хавдар өвчинөөр оношлогдож тус өвчинтэйгөө 17 жил шантралгүй тэмцсэн баатарлаг нэгэн байлаа. Тэрээр хорт хавдар өвчтэй хүмүүст шаардлагатай бай эмчилгээг улсаас үнэгүй болгох ажилд идэвхийлэн оролцож 100% төрөөс даах боломжийг бүрдүүлсэн юм.

Ээж минь үргэлж өөртэйгөө адил хорт хавдар өвчинд шаналж буй бусдад тусалж, зөвлөгөө өгдөг байсан ариун үйлсийг нь үр хүүхэд бид санагалзаж хайрт ээжийнхээ гэгээн дурсгалд зориулж энэхүү Тархины хорт хавдар өвчтэй хүмүүст зориулсан гарын авлагыг албан ёсны эрхтэйгээр орчуулан хүргэж байгаа билээ.

Номын цагаан буян дэлгэрэх болтугай.

– Том хүү Жавхлан, Дунд хүү Сэргэлэн, Охин Батчимэг нараас нь

ГАРЧИГ

Өмнөх Үг	1
Хөнгөвчлөх Эмчилгээний Тухай	2
Онцлог Шинж Тэмдгүүд	3
Хөдөлгөөний болон мэдрэхүйн бэрхшээлүүд	3
Бодол санаа / Ааш зангийн хувирал	3
Хэл ярианы хүндрэл	4
Таталт	4
Дэмийрэл	5
Идэж, уухад тулгарах бэрхшээл	5
Толгой өвдөлт	6
Ядарч сульдах	6
Гэдэс, давсгийн үйл ажиллагаанд тулгарах асуудлууд	7
Өвчтөнийг асарч буй гэр бүлийнхэнд анхаарах нь	11
Хүүхэдтэй айлууд	8
Тэдэнд юу гэж хэлэх вэ	9
Эдгэршгүй өвчин	9
Хүүхдийн хариу үйлдэл	9
Тэдэнд хэзээ хэлэх вэ	10
Үхлийн талаар ярих зөв аргууд	10
Урьдчилсан төлөвлөгөө	11
Өвчтөн эргэцүүлбэл зохих асуултуудаас дурдвал	12
Хоспис / Хөнгөвчлөх эмчилгээний үүрэг	13
Амьдралын сүүлийн хором, мөчид ямар хүлээлттэй байх вэ?	14
Өвчтөн нас барах мөчид юу хийх вэ?	15
Гашуудал	16
Нэмэлт материалууд	17

ACKNOWLEDGEMENTS

This publication was made possible by generous funding from the DemandHope Foundation and the Neuro-Oncology Gordon Murray Caregiver Program. We also thank Idonah Molina, Program Coordinator for the UCSF Division of Neuro-Oncology, for her review of the material.

Design by Laura Myers Design

© 2023 The Regents of the University of California

ӨМНӨХ ҮГ

Энэхүү гарын авлагын гол зорилго нь давшингуй явцтай, амь насанд аюултай тархины хорт хавдар өвчний явцад өвчтөн болоод түүний гэр бүл, асран хамгаалагчид ямар хүлээлттэй, бэлтгэлтэй байх талаар ойлголт өгөхөд оршино. Ялангуяа энэхүү гарын авлагаар амьдралын сүүлийн хором мөч хүртэл хугацаанд гэрээр хэрхэн үр дүнтэй асаргаа, сувилгаа хийх талаар өгүүлнэ.

Тархины хавдрыг анхдагч буюу тархинд үүсэлтэй, хоёрдогч буюу бусад эрхтнүүдийн хорт хавдраас тархи руу үсэрхийлсэн гэж хоёр төрөлд ангилна. Орчин үед хавдрын эмчилгээний нэр төрөл олширч, төгс эмчлэгдэж байгаа боловч, нөгөөтээгүүр тархинд үсэрхийлсэн хавдрын тохиолдлын тоо өсөж байгаатай холбоотой хоёрдогч хавдрын тохиолдол ихсэж байна.

Тархины хавдар өвчний үед тулгардаг зарим шинж тэмдэг, бэрхшээлүүд бусад эрхтний хавдрын үед ч түгээмэл тулгардаг боловч тархины хавдрын үед бусдаас өвөрмөц асаргаа, сувилгаа шаардсан бэрхшээлүүд байдгаараа онцлогтой юм. Уг гарын авлагад эдгээр онцгой бэрхшээлүүдийг дурдахыг зорив.



Тархины хорт хавдартай өвчтөний асаргаанд гарах өөрчлөлтүүд: Хөнгөвчлөх Эмчилгээ

ХӨНГӨВЧЛӨХ ЭМЧИЛГЭЭНИЙ ТУХАЙ

Тархины хорт хавдрын төгсгөлийн шатуудад хийгддэг эмчилгээний чадамж сайжирч байгаа хэдий ч тархинаас үүдэлтэй буюу анхдагч тархины хавдар нь ихэнхдээ тавилан муутай байдаг. Эдгээр эмчилгээнд өвчтөнд илэрч буй шинж тэмдэг, зовуурийг багасгах, амьдралын хугацааг уртасгах зорилготой эмчилгээнүүд хийгддэг боловч харамсалтай нь тархины хавдар нь ихэвчлэн амь насаа алдахад хүргэдэг байна. Өвчтөнүүдийн хувьд давж гарахад хэцүү зүйл нь эдгээр хянах боломжгүй зовуурь, илрэх шинж тэмдгүүд, сэтгэл санааны хямралтайгаа нүүр тулах үйл явц юм. Өвчтөнүүд хавдрын эмчийн үндсэн тусламж үйлчилгээний зэрэгцээ хөнгөвчлөх тусламж үйлчилгээг авах нь тэдний эмчилгээний үр нөлөөг нэмэгдүүлж байна.

Хөнгөвчлөх эмчилгээ гэдэг нь амь насанд аюултай, ноцтой хүнд өвчнөөр өвдсөн эмчлүүлэгч нарт зориулсан эрүүл мэндийн цогц тусламж үйлчилгээ юм. Уг эмчилгээ нь өвчтөнд илэрч буй стресс, өвдөлт, шинж тэмдгүүдийг намжаах болон өвчтөн, түүний ар гэрийнхний амьдралын чанарыг дээшлүүлэх зорилготой.

Хөнгөвчлөх эмчилгээ нь эмч, сувилагч, нийгмийн ажилтан болон бусад эрүүл мэндийн мэргэжилтнүүдийн багаас бүрдэх ба тэд хамтдаа өвчтөнд нэмэлт дэмжлэг үзүүлэхээр ажиллана. Хамгийн гол нь хөнгөвчлөх эмчилгээ нь өвчний бүх үе шатанд, аль ч насны хүнд үндсэн эмчилгээний хажуугаар нэмэлтээр хийгдэж болдгоороо давуу талтай юм. Хөнгөвчлөх эмчилгээ нь сэтгэл гутрал,

нойрны хямрал, хоолны дуршил буурах, дотор муухайрах, өтгөн хатах, ядрах, амьсгал давхцах, өвдөлт зэрэг шинж тэмдгүүдийг бууруулж, засахад чиглэдэг. Эдгээр шинж тэмдгүүдийг хянаснаар өвчтөн өдөр тутмын амьдралдаа илүү идэвхтэй оролцох боломжийг олгож, эмийн эмчилгээний үйлчлэлийг нэмэгдүүлснээр өвчтөн эмчилгээндээ итгэл үнэмшилтэй болж хэдийгээр олон төрлийн эмийн бодис хэрэглэж байгаа боловч түүнийгээ өөрөө ойлгож хянах, ухамсарлах, хүлээн зөвшөөрөх чадварт суралцдаг.

Хөнгөвчлөх эмчилгээний багууд нь улсын болон хувийн эмнэлгүүдэд байдаг. Сүүлийн жилүүдэд хэвтүүлэн эмчлэх бус таны гэрт ойр амбулаторийн хөнгөвчлөх тусламж, үйлчилгээ авах боломжтой байгууллагыг өөрийн хавдрын эмчээс асуугаарай.

Хоспис болон хөнгөвчлөх тусламж үйлчилгээ хоёрыг ялгаж ойлгох хэрэгтэй гэдгийг энд онцлох нь зүйтэй. Хоспис гэдэг нь хөнгөвчлөх эмчилгээний онцгой төрөл ба 6 сар ба түүнээс доош хугацаанд амьдрах тавилантай өвчтөнд эрчимт эмчилгээ сонгон явуулахыг хэлнэ. Хоспис асаргаа нь гэрийн нөхцөл, эмнэлэг сувиллын нөхцөлд байж болдог. Хоспис асаргаанд байгаа өвчтөнүүд арга хэмжээ авагдах боломжгүй байхаас бусад нөхцөлд эрчимт эмчилгээнд ордоггүй. Хоспис эмчилгээ нь өвчтөний ар гэрийнхэнд ч гашуудал тайлах эмчилгээ, дэмжлэг үзүүлдэг.

Хөнгөвчлөх болон хоспис эмчилгээний аль аль нь өвчтөн болон түүний гэрийнхэнд амьдрал богиносгож буй өвчтэй нүүр тулахад сэтгэл зүйн туслалцаа өгдөг. Үүнд гэр бүл болон нийгэмлэгүүдийг оролцуулах эсвэл өвчтөнд салах ёс гүйцэтгэх, гэрээслэл үлдээхэд нь туслалцаа үзүүлдэг. Зарим өвчтөн гэрийнхэндээ гэрээслэл, видео эсвэл аудио бичлэг үлдээдэг.

ОНЦЛОГ ШИНЖ ТЭМДГҮҮД

Энэ хэсэгт бид тархины хавдар өвчнөөр өвдсөн өвчтөнд гарч болох шинж тэмдгүүдийг авч үзнэ. Зонхилон тохиолддог шинж тэмдгүүдэд нь: Алхаж, гишгэхэд хүндрэлтэй байх, танин мэдэхүй болон зан араншны өөрчлөлт, биеийн зарим хэсгийн хөдөлгөөн хязгаарлагдах, таталт өгөх, дэмийрэл (сэтгэн бодож чадахгүй байх эсвэл бодол төөрөгдөх) зэрэг болно. Зарим өвчтөнд эдгээр шинж тэмдгүүдээс хэд хэд нь илэрдэг бол заримд нь аль нь ч илэрдэггүй. Энэ нь тархины дотоод хаван, хавдрын явц, байрлал, хэмжээ зэрэг хүчин зүйлүүдээс хамаараад өөр өөр байдаг.

Хөдөлгөөний болон мэдрэхүйн бэрхшээлүүд

Тархины хавдар нь тархины аль хэсэгт нөлөөлж байгаагаас хамаарч хөдөлгөөнөө хянах болон биеийн мэдрэхүйд нөлөөлнө. Мөн хавдрын байрлал, ургалт зэргээс хамаарна. Илэрч болох боломжит бэрхшээлүүд:

- Тэнцвэр, хэл яриа, залгих рефлекс
- Гар, хөлийн мэдрэл булчингийн сульдал
- Хөдөлгөөнөө хянах (идэх, бичих зэрэг)
- Гар, хөлийн хэвийн бус хөдөлгөөн
- Мэдээ алдах, чичрэх
- Унах
- Нүүрний илрэл ижил бус болох
- Биеийн аль нэг талын булчин сулрах

Эдгээр шинж тэмдгүүд өвчтөн бүрд харилцан адилгүй байдаг ба заримд нь шинж тэмдэг бага илэрч өдөр тутмын амьдралд нь төдийлөн нөлөөлдөггүй бол зарим өвчтөнд шинж тэмдэг хүндээр илэрч бусдын асаргаа, тусламж шаардлагатай болдог. Шинж тэмдэг нь цаашлаад алхаж, бие дааж хооллож чадахгүй болох, гэдэсний хэвийн үйл ажиллагаа муудах зэргээр давшингуйгаар хүндэрдэг байна.

Хөдөлгөөн муудахын хэрээр бусдаас туслалцаа их шаардах тул өвчтөн болон тэдний асран хамгаалагчид байнгын сэтгэлийн зовууртай болдог. Иймээс энэ үед

ямар эмчилгээ хийх болон нэмэлт туслах төхөөрөмж ашиглаж болох тухай эмчээсээ лавлахыг зөвлөж байна. Илэрч буй онцгой шинж тэмдэг дээр тулгуурлаад эмч тань алхаа, тэнцвэр, эсвэл хүч сайжруулах зорилгоор Сэргээн Засах Эмчилгээ зөвлөж магадгүй. Мөн алхуулагч, тэргэнцэр зэрэг хөдөлгөөний аюулгүй байдлыг хангах төхөөрөмж зөвлөж болно. Алхах чадвар их хэмжээнд алдагдаж ариун цэврийн өрөө ч орж чадахгүй болох нь байдлыг улам дордуулж болзошгүй тул хэвтрийн хөтөвч шаардлагатай болно.

Бодол санаа / Ааш зангийн хувирал

Тархи маш олон тасалгаатай мэт бүтэцтэй. Тасалгаа бүр нь тодорхой оюуны болон зан чанарыг удирддаг. Хавдрын хэмжээ томорч тархины эд эс дарагдаж гэмтсэнээс үүдэн ихэнх өвчтөний бодох чадвар, зан ааш нь өөрчлөгддөг.

Хавдрын байршил, хэмжээ, явцаас хамаараад дараах өөрчлөлтүүд гарна:

- Сэтгэл хөдлөл, зан чанарын өөрчлөлт: сэтгэл гутрал, түгших, хэт албадах шаардах зан чанар, сэтгэл хөдлөлөө удирдахад бэрх болох, уурлах, зан ааш огцом солигдох болон бусад нийгэмд хүлээн зөвшөөрөгдөхгүй зан авир гаргах
- Анхаарал ба төвлөрөл: төөрөгдөх, анхаарал амархан сарних, хэд хэдэн зүйлийг нэг дор хийж, төлөвлөж чадахгүй байх

- Сурах ба ой санамж: Мэдээллийг боловсруулах, хадгалах, сэргээхэд хүндрэлтэй байх, богино хугацааны ой санамж алдалт
- Зохион байгуулалт: зохион байгуулах, учирлан ойлгуулах, шүүмжлэх чадвар муудах

Зарим өвчтөн оюун бодол, зан аашны хувирал гарч байгаагаа ухамсарладаг бол зарим нь ухамсарладаггүй. Заримдаа зан чанарын хүчтэй өөрчлөлтөөс болоод эргэн тойрныхноос нь илүү өвчтөнд өөрт нь хэцүү байдаг. Оюун бодол, ааш зан чанарын өөрчлөлт нь асран хамгаалагчдынх нь хувьд тухайн хүн нь огт мэддэггүй өөр хүн болж хувирсан мэт буюу аль хэдийн хайртай хүнээ алдсан мэт мэдрэмж төрүүлдэг. Ийм өөрчлөлтүүд гарах нь хэвийн ба энэ үед харин ч ойр тойрны хүмүүсийн туслалцаа хэрэгтэй болдог. Энэхүү хайртай хүнээ алдаж буй мэдрэмж хэцүү бөгөөд энэ мэдрэмжээсээ хүмүүс ихээхэн гэмшдэг. Нэмж хэлэхэд энэхүү шинэ зан чанарыг ойлгож, уялдахад хэцүү байдаг ба зан чанарын өөрчлөлтөөс болоод асарч буй хүмүүс бухимдах тохиолдол ч бий. Таталт, халдвар болон эрүүл мэндийн бусад асуудал эдгээр шинж тэмдгийг улам ихэсгэж, нэрмээс болж болно. Энэ үед бусдын тус дэмийг хүлээн авч, үргэлжлүүлэн өвчтөнөө асарсан хэвээр байх хэрэгтэй.

Зарим шинж тэмдгийн үед оюуны сэргээн засах эмчилгээ, сэтгэл заслын эмчилгээ, асуудал шийдвэрлэх чадварын эмчилгээ зэргийг хийж болдог. Харамсалтай нь хавдрын явц нэмэгдэх тусам эдгээр шинж тэмдгүүд нь улам нэмэгдэж, удирдах юм уу эсвэл шийдвэрлэхэд улам хэцүү болдог. Иймд цаг хугацаа өнгөрөх тусам асуудал илүү төвөгтэй болох тул одоо илүү сайн өвчтөнөө хайрлаарай.

Хэл ярианы хүндрэл

Тархины хорт хавдар нь хэл, харилцаанд нөлөөлдөг. Хорт хавдрын байршлаас шалтгаалаад өвчтөнүүд зөв үгээ сонгох, логик дарааллын дагуу ярих, унших, бичихэд бэрхшээл тулгардаг. Мөн өвчтөнүүд бусдын яриаг ойлгоход хүндрэлтэй болдог. Үүнд таарч нийцэхэд өвчтөн болон ар гэрийнхэнд нь ч мөн хэцүү байдаг. Өвчтөн болон асран хамгаалагчид аль алинд нь бухимдах, гэмших, уцаарлах, тусалж чадахгүй байх мэдрэмжүүд төрдөг. Энэ үед хэл ярианы сэргээх засах эмчилгээ эсвэл оюуны сэргээн засах эмчилгээ тус болох магадлалтай. Нэмж хэлэхэд өвчтөн болон асран хамгаалагчид дараах стратегийн дагуу энэхүү өөрчлөлтөд дасан зохицох боломжтой:

- Ярихад нь хангалттай цаг өгөх, удаан ярьж, амар үг хэлж, тайван ярих.
- Хэлэх гэж буй үгийг нь сануулах зүйлсийг харуулах
- Өвчтөн ярьж чадахгүй байгаагаас болоод бухимдал төрвөл хүлээн зөвшөөрөх
- Бусад өвчтөнүүдийн ар гэртэй ярилцаж, дээрх асуудлуудыг хэрхэн даван туулж байгаа талаар ярилцаж, мэдээлэл солилцох

Таталт

Тархины цахилгаан үйл ажиллагааны хэвийн бус хэлбэлзлээс болж гэнэт цочирч, татвагнан таталт өгдөг. Таталт нь тархины хавдартай өвчтөнүүдийн нийтлэг санааг зовоосон асуудал байдаг ба тархины эдийн хаван эсвэл үрэвсэл, хавдрын даралтаас шалтгаалж таталт үүсдэг. Тархины хавдартай өвчтөнүүдийн 60 орчим хувьд таталт тохиолддог.

Таталтын хэд хэдэн төрөл байх ба миоклоник таталт гэдэг нь нэг эсвэл хэд хэдэн булчин татах, татвалзах, саажих шинж илэрнэ. Тоник-клоник таталт (их уналт) нь гэнэт ухаан алдах ба ингэхдээ бие татах, хэлээ хазах,

амьсгал тасалдах, хөхрөх зэрэг шинж тэмдгүүд дагалддаг. Үүний дараагаар их унтах, толгой өвдөх, төөрөгдөх, хэсэг хугацаанд бие сулрах, мэдээ алдах зэрэг нөлөөнүүд гардаг.

Өвчтөнд таталт үүсэх нь аюултай шинж тэмдэг юм. Ийм учраас таталтын үед өвчтөн аюулгүй байгаа эсэхэд анхаарах хэрэгтэй.

- Ухаан алдаж буй газарт хурц иртэй эсвэл аюултай эд зүйл байршуулахгүй байх
- Толгой хүчтэй цохигдохоос хамгаалах
- Аманд юу ч хийхгүй байх
- Гэмтэж болзошгүй учраас мөчдөөс барихгүй байх
- Таталтын дараагаар амьсгалын замыг чөлөөтэй байлгахуйц өвчтөнийг хэвтүүлэх
- Өөрийн нэрийг хэлж, хаана, юу болсон, яаж ухаан алдсан талаар нь хэлж өгөх
- Ухаан орж, орчноо мэдрэх хүртэл хүлээх, амраах

Таталтын дараагаар хавдрын мэдрэлийн эмч эсвэл хөнгөвчлөх эмчилгээний эмчтэй холбогдож дээрхээс өөрөөр ямар арга хэмжээ авах талаар асууна. Эмчийн зүгээс магадгүй түргэн дуудаж өвчтөнийг үзүүлэх зөвлөмж өгч магадгүй ба эсвэл таталтын эсрэг эмийнх нь тунг өөрчлөх, шинэ эм нэмж өгөх зөвлөмж өгч магадгүй.

Давтан таталт сэргийлэхийн тулд Анти-эпилептик эм буюу уналт таталтын эсрэг эм ихэнхдээ бичиж өгдөг. Заримдаа анх таталт өгсөн үеэс нь эхэлж энэ төрлийн эмийг хэрэглүүлэх ба заримдаа таталт өгч байгаагүй боловч таталт өгөх эрсдэл өндөр байна гэж үзвэл хэрэглэнэ. Дааврын эмийг (ихэвчлэн дексаметазон) шинж тэмдэг багасгах, тархины хаван багасгах зорилгоор бичиж өгдөг.

Тархины хорт хавдрын явц давшингуй нэмэгдэхийн хэрээр өвчтөн залгих болон идэх чадвараа алддаг. Хэдийгээр өвчтөний тавилан муудаж, амьдралынх нь сүүлийн мөч ч байсан уналт, таталтаас сэргийлэх хэрэгтэй. Яагаад гэвэл энэ үйл явдал нь өвчтөнд тухгүй мэдрэмжийг төрүүлдэг юм. Хэрвээ уналт

таталтын эсрэг эмийг өвчтөн залгиж чадахгүй тохиолдолд эмнэлгийн нөхцөлд судсаар тариа хийх эсвэл хэл доор уусгаж хэрэглэх, шулуун гэдэсний лаа зэргийг сонгон авч хэрэглэж болно.

Хэрэв таталтын давтамж ихсэж, уналт таталтын эсрэг ямар ч эмд мэдрэг биш байвал хөнгөвчлөх зорилгоор тайвшруулах эмчилгээг хийх эсэхийг бодож үзэх хэрэгтэй. Энэ нь өвчтөнийг өвчин зовууриас ангижруулах зорилготтой. Тус эмчилгээнд ерөнхийдөө лоразепам (Ативан), фенобарбитал эсвэл мидазолам (Версед) зэрэг эмүүдийг хэрэглэдэг.

Дэмийрэл

Дэмийрэл нь сэтгэн бодох чадвар алдах, төөрөгдөх, ухамсарлах түвшин (унтаарах эсвэл дошгирох) өөрчлөгдөх шинж тэмдгийг дагуулдаг сэтгэцийн байдлын хурц өөрчлөлт юм. Дэмийрэл нь эмийн бодисоос шалтгаалсан эрдсийн алдагдал эсвэл тархины хавдар, халдвар зэргээс шалтгаалж үүсдэг.

Хэрэв халдвар бусад эрүүл мэндийг дордуулж буй асуудлуудыг оношилж, эмчилж чадвал дэмийрлийг шийдвэрлэхэд тусална.

Ийм тохиолдолд аль болох өвчтөнийг хэвийн унтах хуваарьт оруулснаар эсрэг арга хэмжээ авах боломжтой. Энэ нь шөнөдөө унтаж, өдөртөө сэрүүн байх хуваарь юм. Өдөрт аль болох 1 цагаас илүү унтуулахгүй байхын тулд гэр бүлийнхэн нь өдөр сайн харилцах хэрэгтэй. Харин шөнө нь нам гүн, сэрээхгүй унтуулах хэрэгтэй.

Тархины хавдартай өвчтөнүүд нас барахаас хэдэн өдөр эсвэл цагийн өмнө илүү их дэмийрдэг. Их стресс, уцаартай бол энэ нь эмээсээ болж байх магадлалтай. Энэ үед нь аюулгүй орчинд байлгаж, дэмжиж өгөх хэрэгтэй. Өвчтөнийг 24 цагийн турш асарч, аюулгүй байлгах хэрэгтэй.

Идэж, уухад тулгарах бэрхшээл

Хоол унд идэж уух нь хүний энгийн хэрэгцээ ба тэжээлээ авдаг гол арга юм. Тийм ч учраас өвчтөн идэж ууж чадахгүй байх нь ар гэр, эмнэлгийн ажилтнуудад их хэцүү байдаг.

Хоол идэхэд саад учруулж буй гол шалтгаан нь дотор муухайрах, бөөлжис хүрэх байдаг. Үүний шалтгаан нь тархины дотоод даралт ихсэх үед толгойн өвдөлт илэрдэг. Энэ үед бөөлжилтийн эсрэг эмчилгээ хийх нь үр дүнтэй байдаг. Өвчтөн хэвийн хэмжээнд шингэн ууж чадахгүй байгаагаас шалтгаалаад шингэний дутагдалд орж болзошгүй. Энэ үед бөөлжилтийн эсрэг эм тариа, эсвэл дааврын эмчилгээг хийнэ.

Тархины хавдрын явцаас хамаараад идэх, зажлах, залгих хүндрэлтэй болж эхэлдэг. Энэ нь хахаж цацах шинж тэмдгээр илрэх ба хоол эсвэл шингэн зүйл амьсгалын зам руу орсноос үүдэлтэй. Иймд бага багаар, зутан эсвэл шингэвтэр хоолыг асран хамгаалагчдын дэмжлэгтэйгээр идэх хэрэгтэй. Хэл яриа, залгих эмчилгээг сэргээн засахын эмчтэй ярилцах ба аль болох аюулгүй, амар хялбар идэх, уух зөвлөгөө өгнө. Харамсалтай нь цаг хугацаа явах тусам тархин дахь хавдраасаа болоод улам идэж, уух нь мууддаг.

Өвчтөний идэж, уух чадвар муудахын зэрэгцээ бусад шинж тэмдэг (ярьж чадахгүй байх, ухамсарлах түвшин муудах, таталт өгөх гэх мэт) гарвал энэ нь амьдралын сүүлийн хором дөхөж байна гэсэн үг.

Заримдаа өвчтөний ар гэрийнхэн гуурсаар (хамар эсвэл ходоодоор дамжуулан) эсвэл судсаар шингэн тэжээл хийх талаар судалдаг. Судсаар хийх тэжээл, шингэн нь хавдрыг эмчлэх, тэр бүү хэл амьдралын чанарыг огт дээшлүүлдэггүй болохыг судалгаагаар олж мэдсэн. Цаашилбал, амьдралын сүүлийн хоромд судсаар тэжээл, шингэн хийх нь харин ч дотоод шүүрлийн үйл ажиллагааг дордуулж, хавагнах цаашлаад амьсгалахад хүндрэлтэй болох зэрэг ноцтой аюул учруулж болзошгүй. Хорвоогийн мөнх бусыг үзэж буй өвчтөн огт

өлсөж, цангадаггүй. Цангах гэдэг нь ам хатах байдлаар илрэх тул чийгтэй алчуур, мөс зэргээр чийглэж өгөхөд хангалттай.

Толгой өвдөлт

Тархины хорт хавдраар өвчлөгсдийн бараг тал хувь нь өвчнийхөө аль нэг шатанд толгой нь өвддөг. Өвчтөнүүдийн толгойн өвдөлт давтамж, хүч, чанарын хувьд харилцан адилгүй байдаг. Ихэвчлэн хавдар гавлын дотоод талаас даралт үүсгэж байгаа өвдөлт бөгөөд тус өвдөлт нь өглөөдөө (эсвэл оройдоо) эсвэл тонгойж, ханиалгахад илүү нэмэгдэнэ. Тархины дотоод даралт нэмэгдсэнтэй холбоотой үүсэж буй өвдөлт нь ихэвчлэн дүлий буюу хурц биш байдаг. Дааврын эмчилгээ нь эмчилгээний гол тулгуур бөгөөд эмийн тунг өвдөлтийг хүчтэй намдаах, гаж нөлөөг багасгах зорилгоор тааруулах хэрэгтэй.

Ихэнх өвдөлтөд Ацетаминофен (Тиленол) эсвэл дааврын бус үрэвслийн эсрэг эмийг (ибупрофен, адвил гэх мэт) тогтмол цагийн хуваариар уулгана. Толгойн өвдөлт цаг хугацаа өнгөрөх тусам ихсэх ба энэ үед опойд буюу хар тамхины хольцтой эмийг хэрэглэнэ. Зарим толгойн өвдөлт нь мэдрэлийн өөрчлөлттэй холбоотой буюу хүч тамир, сэрэл, ярих чадвар өөрчлөгдсөнтэй холбоотой. Хэрэв өвчтөнд хүзүү хөших, халуурах, даарах зэрэг шинж тэмдэг илэрвэл халдвар авч байгаа шинж тэмдэг байж магадгүй тул эмчтэйгээ холбогдож, яаралтай түргэн тусламж аваарай.

Ядарч сульдах

Тархины хорт хавдрын нөлөөнөөс эсвэл хавдраас болоод өвчтөн ихээхэн ядарч сульдана. Ядарч сульдах гэдэг нь анхаарал сулрах, уцаарлах, унтаарах, идэвхгүй болох зэрэг шинж тэмдгээр илэрнэ. Хамгийн чухал нь өвчтөн өөрийн биеийг чагнаж, ядрахаасаа өмнө амрах хэрэгтэй. Унтах / зүүрмэглэх хугацаа нь тогтмол байж, өвчтөнийг эрч хүчээ сэлбээд идэвхтэй байхад тусална. Хэрэв

өвчтөн чадахаар байвал бага зэрэг дасгал хөдөлгөөн хийж болно. Хавдрын явц ахих тусам цаанаасаа өвчтөний эрч хүч буурч, унтаарч эхэлнэ. Зарим өвчтөнд өдөөх эмчилгээ (метилфенидат) хийвэл эрч хүч, сэтгэл санаа нь сэргэдэг. Амьдралын сүүлийн өдрүүдэд нь өөрийнх нь эрч хүч, сэргэг үед нь тохируулан ар гэрийнхэн нь харилцах хэрэгтэй.

Гэдэс, давсгийн үйл ажиллагаанд тулгарах асуудлууд

Хэрэв өвчтөн нурууны доод хэсэгт, эсвэл тархины урд хэсэг буюу духны хэсэгт байршилтай хавдартай бол гэдэс, давсгийн үйл ажиллагаа нь мэдээгүй, хяналтгүй болох магадлалтай. Хэрэв өвчтөн амьдралын сүүлийн мөчдөө дээрх чадвараа удирдах чадваргүй болбол орноосоо босож ариун цэврийн өрөө орох боломжгүй болно. Мөн тэд

шээх болон хүндээр бие засахаа удирдахад хүндрэлтэй болно. Энэ нь асран хамгаалагчдад хэцүү байх асуудал гардаг.

Давсагт шээс их хэмжээгээр цугларснаас шээс хаагддаг. Энэ нь өвчтөнд өөрт нь маш тухгүй байдаг. Тархины хавдартай өвчтөн шээс хүрэх мэдрэмжээ алддагаас болоод шээс хаагддаг. Мөн зарим эм, эмчилгээнүүд нь шээс хаагдуулах гаж нөлөөтэй байдаг. Энэ тохиолдолд эмчтэйгээ холбогдох хэрэгтэй. Зарим тохиолдолд өвчтөнд шээлгүүр байрлуулснаар илүү тухтай байдал үүсгэдэг. Мөн ослоос болж гэдэсний гүрвэлзэх хөдөлгөөн, давсгийн үйл ажиллагаа нь алдагдсан бол өгсөх замын халдвар байгаа эсэхийг эмнэлэгт хянуулах хэрэгтэй.

Өвчтөнийг хэвтэж байхад нь бие засуулах хэвтрийн хөтөвч ашиглах нь энэ асуудлыг шийдвэрлэхэд дөхөм байх болно. Мөн арьсыг нь сайн арчлах хэрэгтэй ба аливаа шархлаа үүсвэл халдвар авах эрсдэлтэй байдаг.

Өвчтөнийг асарч буй гэр бүлийнхэнд анхаарах нь

Хүндээр өвдсөн хайртаа хүнээ асрах нь их хэцүү мөч ба бие, сэтгэлийн хувьд их стресст оруулдаг. Өвчтөн тархины хавдраасаа болоод хэл яриа, оюун бодол, зан аашны өөрчлөлттэй болдог нь гэр бүлийнхэнд бүр хүнд тусдаг.

Асран хамгаалагчид стресст орсноор нойр хулжих, хэт ядрах, анхаарал төвлөрөл багасах, ханиад, томуу зэрэг амьсгалын замын өвчлөлд амархан өртдөг.

Иймд өвчтөний ар гэрийнхэн өөрсдийн эрүүл мэнд, стресс багатай байхад туслах төлөвлөгөө хэрэгжүүлэх хэрэгтэй. Манай төвөөс эрхлэн гаргасан Сан Францискогийн Калифорнийн Их Сургуулийн Асран Хамгаалагчдад Зориулсан Гарын Авлагыг үзэхийг зөвлөж байна.

Find it online at: www.osher.ucsf.edu/patient-care/self-care-resources/caregivers (or <http://tiny.ucsf.edu/caregivers>)

Хүүхэдтэй айлууд

Хавдар дахисан эсвэл өвчний эцсийн шатанд байгаа эцэг эхчүүд.

Хавдар дахисан үед хүүхдэдээ юу гэж хэлэх вэ гэдэг эцэг эхчүүдэд маш хэцүү байдаг. Эцэг эхчүүд хүүхдээ зовоохыг хүсдэггүй боловч өөр арга байдаггүй. Харин та хүүхдэдээ амжилтад хүрэх аргыг нь зааж, амьдралын хүнд хэцүү үеийг даваад гарах суурийг нь тавьж өгч чадна. Таныг юу хүлээж байгааг тэдэнд хэлж, ирж буй таагүй үйл явдалд бэлтгэж, хэрхэн тухайн хүнд хэцүү цаг мөчийг давах тухай ярилцах хэрэгтэй.

Хүүхдэдээ таагүй мэдээ дуулгахыг хүсэхгүй байх нь хэвийн асуудал. Гэхдээ та ярилцахгүй бол тэд харин ч дараах мэдрэмжүүдийг авна:

- Юу болоод байгааг мэдэхгүй тул айх
- Ярих хүнгүй тул санаа зовж, ганцаардах
- Тэдний хийсэн болчимгүй үйлдэл, эсвэл бодлоос болоод хавдар дахичихлаа гэж санаа нь зовох
- Бодит байдлаас илүү муу зүйлийг төсөөлөх
- Хорт хавдар бол ярихаас ч аймшигтай зүйл гэж бодох
- Нөхцөл байдлыг буруугаар ойлгох

Үүнээс гадна хэрвээ таны хүүхэд таны өвчний талаар гэр бүлийн гишүүдээсээ бус гаднын хүнээс сонсвол танд итгэх итгэл нь алдрах магадлалтай. Мөн хэрэв тэд цахим ертөнцөөс мэдээлэл авбал нь энэ нь бодит байдлаас тэс өөр байж магадгүй. Иймд өвчнийхөө талаар болон төлөвлөгөөндөө хүүхдүүдээ оролцуулан ярилцах хэрэгтэй.

Бага болон өсвөр насны хүүхдээ оролцуулан ярилцахын сайн тал нь:

- Илүү итгэл төрүүлж, санааг нь арай бага зовооно
- Тэдэнд ярилцах, асуулт асуух боломж олгоно
- Байнга тэдэнд юу хийхийг нь зааж шаарддаг бус итгэдэг гэдгээ харуулах



Тархины хорт хавдартай өвчтөний асаргаанд гарах өөрчлөлтүүд: Хөнгөвчлөх Эмчилгээ

- Харилцааг илүү ойртуулах буюу та тэднийг, тэд таныг дэмжих
- Амьдрал үргэлж төлөвлөгөөний дагуу байдаггүй тул хэрхэн дасан зохицох ёстой гэдгийг ойлгуулна

Шударга байх хэрэгтэй. Хүүхдүүд тань эмчилгээ эсвэл өвчин тэдний амьдралд хэрхэн нөлөөлөхийг мэдэх хэрэгтэй. Мөн ямар шинж тэмдэг илэрч, ямар өөрчлөлт гарах, тэрхүү өөрчлөлтөд гэр бүлээрээ хэрхэн зохицох, буцаад хэзээ ердийн амьдралдаа орох вэ (хэрэв боломжтой бол) гэдгийг мэдэх хэрэгтэй.

Судалгаанаас үзэхэд гэрийнх нь хэн нэгэн хавдраар өвчилсөн гэр бүлийн хүүхэд бусад гэр бүлийн асуудалтай хүмүүст илүү эмзэг ханддаг. Мөн амьдралын хатуу хүтүүг зах зухаас нь мэдсэнээр илүү хэрсүү болдог. Та тэдэнд итгэж, амьдралын аз жаргалтай болон хүнд хэцүү мөч бүхэнд тэднийг бие даалгадаг гэдгийг ойлгоно.

Тэдэнд юу гэж хэлэх вэ?

Хүүхэд тань юу ойлгож байна вэ, одоо юу болж байгааг хэрхэн ойлгож байна вэ гэдгийг мэдэхийн тулд та асуултууд асуух хэрэгтэй. Ингээд хариулт дээр нь үндэслээд буруу ойлголттой байвал түүнд нь зөв ойлголтыг өгөх хэрэгтэй. Жишээлбэл “хавдар дахиад сэдэрчихлээ. Тэгэхээр дахиад эмчилгээ хийлгэх шаардлагатай болсон. Эмч нар чадах бүхнээ хийж байгаа” гэж хэлж болох юм. Үнэнчээр ярилцах мөртөө найдлагыг нь тасалж болохгүй.

Эдгэршгүй өвчин

Таны хийлгэж буй эмчилгээ үр дүн багатай байгаа ба цаашид өөр эмчилгээ хийх шаардлагагүй гэдгийг хүүхдэдээ ойлгуулах нь чухал. Харин эргээд тэдний асуултад хэрхэн хариулах вэ гэдэгтээ бэлдээрэй. Магадгүй тэд “Би яах бол?”, “Би ч бас үхэх үү?”, “Миний

хайртай бусад хүмүүс үхэх үү?”, “Энэ нь миний буруугаас болоод байна уу?” зэрэг асуултуудыг асууж болзошгүй.

Эмчилгээ үйлчлэхгүй байна гэдгийг тайлбарлаж өгөөрэй. Эмч нар чадах бүхнээ хийсэн боловч хавдар алга болсонгүй. Бүх хүмүүсийн найдаж байсан үр дүн гарсангүй. Хавдар байсаар байгаа, өссөөр байна, тархсаар байх тул амьдрах хугацаа ч тийм урт байхгүй.

Хүүхдийн хариу үйлдэл

Хүүхэд тань таны төсөөлөөгүй зан авирыг гаргах байдлаар таны өвчинд хариу үйлдэл үзүүлж магадгүй. Зарим хүүхдэд хоол, нойрны асуудал үүсэх, орондоо шээх, эсвэл сургууль дээрээ асуудал гаргах зэрэг асуудлууд гардаг. Мөн гунигтай, идэвхгүй болох тохиолдол ч байх ба зарим тохиолдолд хоолны дуршилгүй болох, толгой өвдөх, ходоод өвдөх гэх мэт шинж тэмдгүүд гардаг. Зан аашны хувирал нь энгийн хариу үйлдэл боловч хэрэв энэ нь тэдний үйл ажиллагаанд оролцох чадварт нь нөлөөлж байвал түүнд тус дэмжлэг хэрэгтэй байна гэсэн үг. Таны хүүхдэд тус болж чадах олон хүн байгаа. Та эмчээсээ тусламж асууж болно. Эсвэл сургууль дээр нь очиж багш, сургуулийн хамт олонтой нь ярилцах эсвэл Хавдрын эмнэлгийнхээ харьяа сэтгэл зүйчдэд хандаж болно.

3 наснаас дооших хүүхэд ямар нэгэн зүйл болоод байна гэж мэддэг боловч харин үхлийн талаар мэддэггүй.

3-5 насны хүүхдүүд үхлийн талаар сонсож байсан боловч нарийн мэддэггүй. Энэ насны хүүхдүүд үхэл гэдгийг тухайн хүн аль нэг өөр газар амьдраад байгаа гэж ойлгодог ба тухайн хүнийг, түүний талаарх дурсамжуудыг сануулах хэрэгтэй.

6-12 насны хүүхдүүд үхлийн талаар ойлгож байгаа боловч хүчтэй мэдрэмжүүд байдаггүй. 9 наснаас эхлэн насанд хүрэгсэд шиг ойлгож эхэлдэг. Тэд үхлийг аймар эсвэл өвддөг гэж ойлгодог.

Харин өсвөр насныханд дасан зохицоход хүнд байдаг. Учир нь энэ үед тэд эцэг эхээсээ тусгаар, бие дааж эхэлдэг хэвийн хөгжлийн үе юм. Тэд хүнээ алдах, цаашид гарах өөрчлөлтүүд зэргийг маш сайн ойлгож байгаа. Зарим өсвөр насныхан хөндийрч эхэлдэг бол зарим нь маш ойр дотно болдог. Аль мэдрэмж нь зөв эсвэл буруу гэсэн зүйл байхгүйг бүгд ойлгох хэрэгтэй. Өсвөр насныхан танд уурлаж эсвэл найзуудтайгаа илүү ойр болж магадгүй ч мөн үүндээ дотроо гэмшиж байдаг. Энэ үед өсвөр насны онцлогоосоо болоод тэртээ тэргүй сэтгэл хөдлөл нь маш их дээш доош болж тогтворгүй байдаг. Тийм ч учраас гэр бүлийнх нь хэн нэг нь хавдартай, тавилан муутай гэдгийг мэдэх нь тэдэнд улам хүнд байдаг. Тэд найз нөхөд эсвэл томчуудтай ярилцаж, тус дэм асууж магадгүй. Ийм үед нь хавдрын нийгэмлэг гэх юм уу гэр бүлийнхний гишүүн гэхээс илүүтэй гаднын томчуудтай ярилцуулах хэрэгтэй.

Тэдэнд хэзээ хэлэх вэ?

Хавдраасаа болоод нас барна гэдэг мэдээгээ хэзээ хүүхдэдээ хэлэх вэ гэдэг дээр олон хүчин зүйл хамаарна. Хамгийн эхэнд тэд одоо ямар ойлголттой байгаа гэдгээс хамаарна. Ярилцахад зөв үеийг сонгох хэрэгтэй. Магадгүй цаашилбал хэн тэднийг харж хандах вэ гэх мэтийн асуулт асууж магадгүй. Иймд танд төлөвлөгөө бий гэдгийг хүүхдэдээ тайлбарлаарай. “Юмыг яаж мэдэх вэ гэсэн төлөвлөгөө” эсвэл “нөөц төлөвлөгөө” байгаа гэдгийг ойлгуулж тэр төлөвлөгөөг хүүхэдтэйгээ хамт үзэж, танилцаж, түүний саналыг оруулна гэдгийг тайлбарлаарай. Хүүхдийг хагацалтай нүүр тулахад нь бэлдэхгүй бол тэд таны хувьд чухал хүн биш гэж ойлгох эсвэл үхэл гэж дасан зохицох боломжгүй аймшигтай зүйл гэж ойлгох эсвэл тэдний буруугаас болж байна гэх мэтээр ойлгодог.

Adapted from information previously published by:
Macmillan.Cancer Support – macmillan.org.uk
American Cancer Society – cancer.org

Тэгэхээр хүүхдэд бага багаар юу болох вэ, дараа нь юу болох вэ гэдгийг тайлбарлах хэрэгтэй. Том хүүхдүүд ихэвчлэн өшөө илүү мэдээлэл авахыг хүсдэг. Хүүхдийн хувьд цаг хугацаа гэдэг ойлголт нь насанд хүрэгчидтэй харьцуулахад өөр байдаг тул маш урт оршил ярьж аав/ээжийнхээ бие нь бүр муудах эсвэл нас барах хүртэл нь хүлээлгэхэд нийцэж чаддаггүй. Мэдээллүүдээ бага багаар өгч, ойрын хэдэн өдөр эсвэл хэдэн долоо хоногт юу тохиолдох тэд дээр итгэлтэй байгаа үедээ мэдээллээ өгч эхлээрэй.

Үхлийн талаар ярих зөв аргууд:

- Шударга бай, шууд, ойлгомжтой үг хэрэглэ
- Алдах, өнгөрөх, унтах гэх мэт үг ашиглахгүйгээр үхэх, үхэл зэрэг үгсийг ашигла
- Тэд үүнд ямар ч хамааралгүй, тэднээс болоогүй гэдгийг ойлгуул
- Гаднын хүмүүсийн тусламжийг авахаас бүү цааргал

Хэрэв та сэтгэл хөдлөлөө цэгцлэхэд хүндрэл тулгарч байвал ижил асуудалтай бусад гэр бүлүүдтэй ажилладаг мэргэжлийн эмч сэтгэл зүйч нартай холбогдоорой.

Хэдийгээр та зарим асуудлаа өөрөө шийдвэрлэхээр оролдож байж болох ч үнэт цагаа алдах вий. Эмнэлгийн эмч, сувилагч, нийгмийн ажилтнууд, сэтгэл зүйчид таны нөхцөл байдалд тулгуурлан гэр бүлийнхэнд тань зөвлөж, тайлбарлаж, ойлгуулж ажиллах туршлагатай байдаг. Иймд энэхүү хэцүү өвчнөөс үүдэж буй асуудлуудтай хэдийн нүүр тулгарсан эдгээр мэргэжлийн хүмүүстэй хамтран ажиллаарай.

Урьдчилсан ТӨЛӨВЛӨГӨӨ

Энэ шатанд өвчтөний цаашдын эмчилгээний төлөвлөгөө, сүүлийн мөчдөө эрхэмлэж буй зүйлс, шийдвэр гаргалт болон бусад бичиг баримтаа цэгцлэх асуудлууд багтдаг. Ингэснээр өвчтөн хэдий өөрөө өөрийгөө илэрхийлж чадахгүй байсан ч гэсэн юу хүсэж байгаа вэ гэдгийг бусдад ойлгуулах чухал ач холбогдолтой. Энэ үед сэхээн амьдруулах эмчилгээ хийлгэхийг илүүд үзэж байгаа эсэх, гэрээслэл бичих эсвэл өмгөөлөгч хөлслөх эсэх, бусад антибиотик, судас тэжээл хэрэглэх эсэх, тав тухтай асаргаа хийх зэрэг сэдвүүдийг хөндөнө.

Урьдчилсан төлөвлөгөөг ул суурьтай гаргаснаар өвчтөний өөрийн хувийн үнэт зүйл, хүсэл дээр үндэслэсэн эмчилгээг хийдэг. Өвчтөний биеийн байдал муу болох тусам эмчилгээг үргэлжлүүлэх / эс үргэлжлүүлснээр сүүлчийн замд нь арай амар тайван хүрэхэд тус болно.

Урьдчилсан төлөвлөгөөг өвчтөний биеийн байдал дордохоос өмнө ЭРТ гаргаж, төлөвлөгөөнд өвчтөнийг бүрэн оролцуулах нь зүйтэй байдаг. Мөн өвчтөний өвчний үе шатаас хамаараад эрхэмлэн хүсэж буй зүйлүүд нь өөрчлөгдөх ч тохиолдол бий. Иймд тухай бүрд Урьдчилсан төлөвлөгөөг засаж боловсруулах шаардлагатай. Урьдчилсан төлөвлөгөөг боловсруулахдаа эмчийн үзлэгийн үед эмч, өвчтөнтэй зэрэг ярилцаж, цаашлаад өвчтөний ар гэр, найз нөхөдтэй ярилцаж боловсруулна. Өвчтөн болон асран хамгаалагчид өөрсдийн итгэж буй эмчтэйгээ энэ чухал сэдвийг хөндөж ярилцах нь зүйтэй.



Тархины хорт хавдартай өвчтөний асаргаанд гарах өөрчлөлтүүд: Хөнгөвчлөх Эмчилгээ

Өвчтөн эргэцүүлбэл зохих асуултуудаас дурдвал:

- Миний биеийн байдал улам дордвол эмчилгээний шийдвэрийг миний нэрийн өмнөөс хэн гаргах вэ?
- Амьдралын сүүлийн мөчдөө ямар эмчилгээг хүсэх / хүсэхгүй вэ?
- Амьдралын сүүлийн мөчид чухал зүйлс нь юу вэ? (гэртээ байх, огт өвдөлтгүй байх гэх мэт)

Дээрх чухал асуултуудын хариултуудыг албан ёсны хуулийн бичиг баримтаар баталгаажуулах хэрэгтэй. Үүний хамгийн түгээмэл арга нь Итгэмжлэгдсэн төлөөлөгч томилох ба ингэснээр өвчтөний хүсэж буй эмчилгээ, асаргааны шийдвэрүүдийг өвчтөнийг төлөөлж гаргана.

Үүний тулд өвчтөн өөрийн Итгэмжлэгдсэн төлөөлөгчийг сонгох ба тэрхүү төлөөлөгч нь өвчтөн шийдвэр гаргалтад оролцох боломжгүй үед (биеийн байдал дордсон, ухаан саруул бус гэх мэт) эмчилгээнийх нь талаарх шийдвэрийг гаргана. Итгэмжлэгдсэн төлөөлөгч нь ихэвчлэн өвчтөний хүслийг маш сайн мэддэг, өвчтөний үзэл бодолд нийцүүлэн өмнөөс нь шийдвэр гаргахуйц дотнын хүн нь байна. Төлөөлөгч нь ихэвчлэн өвчтөний эхнэр/ нөхөр, хамаатан садан байдаг ба 18 нас хүрээгүй хүүхдийг төлөөлөгчөөр томилдоггүй. Мөн итгэмжлэгдсэн төлөөлөгчөөс төлөөлөхийг хүсэж байгаа эсэхийг нь асууж байж сонгоно.

Өвчтөний эмчилгээний баримт бичигт хэрэв өвчтөний зүрх зогссон тохиолдолд зүрхний иллэг хийх эсэх, хэрэв амьсгалын үйл ажиллагаа зогсвол цагаан мөгөөрсөн хоолойд гуурс суулгах эсэх (интубацийн гуурс), хиймэл амьсгалын аппарат суурилуулах эсэх, эсвэл дээрх бүх аргыг хэрэглэхгүйгээр байгалийн жам ёсоороо сүүлчийн замаа угтах уу гэдгийг тусгана. Эдгээр эмчилгээний сонголтыг өвчтөн ар гэрийнхэнтэйгээ зөвлөлдөн, өөрийн юу хүсэж байгаадаа тулгуурлан шийдэх эрхтэй.

Урьдчилсан төлөвлөгөө бүрэн боловсорсны дараа огноогоо тавьж, гарын үсэг зурж баталгаажуулж өвчтөний гэрт болон өвчтөний картад хавсарган хадгална. Гарын үсэг зурж баталгаажуулснаар урьдчилсан төлөвлөгөө нь албан ёсны бичиг баримт болж байгаа хэдий ч өвчтөний хүсэлд өөрчлөлт орвол бичиг баримтад мөн адил өөрчлөлт оруулна.

Урьдчилсан төлөвлөгөө нь таны амьдарч буй улсаас (муж) хамааран өөр өөр байж болох ба өөрийн харьяа эмч, хуулийн байгууллагаас загварыг нь авах боломжтой. Мөн энэхүү гарын авлагын Нэмэлт материал хэсгээс харах боломжтой.

Хоспис / Хөнгөвчлөх эмчилгээний үүрэг

Хоспис / хөнгөвчлөх эмчилгээ нь цаашдын тавилан тодорхой, наслалт хязгаарлагдсан өвчтөнд амьдралын чанарыг дээшлүүлэх, тав тух олгоход чиглэсэн орчин үеийн эмчилгээ, сувилгаа, асаргааны цогц үйл явц юм. Хоспис нь шинж тэмдгийн эмчилгээг өндөр түвшинд зохицуулалт хийж өвчтөнийг тав тухтай, хайртай хүмүүстэйгээ амьдралын сүүлийн хормыг туулахад дэмжлэг үзүүлдэг юм. Эмчийн зүгээс өвчтөнд 6 сарын амьдрал байна гэж үзвэл хоспис эмчилгээнд шилжих боловч хоспис эмчилгээ нь зөвхөн өвчтөнийг сүүлийн 6 сар асрах бус сүүлчийн амьсгал хураах мөч хүртэл нь үйлчилнэ. Мөн өвчтөн биеийн байдал нь дээрдвэл эсвэл хоспис эмчилгээнд орохыг хүсэхгүй тохиолдолд хамрагдахгүй байж болно.

Хоспис эмчилгээ нь өвчтөн, өвчтөний ар гэрийнхэнд чиглэсэн багийн ажил байдаг. Хоспис багт эмч, сувилагч, нийгмийн ажилтан, сургалтад хамрагдсан сайн дурын ажилчид зэрэг багтдаг. Тус багийнхан өвчтөн, тэдний гэр бүлийнхэн бие болоод сэтгэл санааны хэрэгцээнд нь нийцсэн үйлчилгээг үзүүлдэг. Хоспис эмчилгээний зорилго нь үхлийг хурдасгах бус өвчтөнийг аль болох урт хугацаанд шинж тэмдэг, өвдөлтгүй байлгахад оршино. Хоспис эмчилгээгээр шинж тэмдгийг багасгах үр дүнтэй эмчилгээ хийлгэснээр амьдралын хугацаа нь уртассан өвчтөнүүд ч байдаг. Энэ үе шатанд өвчтөнд цаашид шаардлагагүй эмчилгээнүүдийг зогсоож, илэрч буй шинж тэмдгүүдэд нь чиглэсэн эмчилгээг үргэлжлүүлдэг.

Хэрвээ өвчтөн хүсвэл хоспис эмчилгээг гэрээрээ ч авч болох ба ингэснээр хосписийн багийнхнаас гэрээр нь очиж эмчилгээг үргэлжлүүлнэ. Мөн өвчтөний болон ар гэрийнхний хүсэлтээр эмнэлэгт хэвтэн хоспис эмчилгээ хийлгэх боломжтой.

Хосписийн эмчилгээнд багтсан эмчилгээнүүд:

- Өвдөлт болон бусад шинж тэмдгийн эмчилгээ
- Сүүлийн замд нь үдэхэд сэтгэл санааны тусламж үзүүлэх
- Эм, эмчилгээний тоног төхөөрөмжөөр хангах
- Ар гэрийнхэнд асаргаа сувилгааны талаар зааварчилгаа өгөх
- Зарим тухайлсан хөдөлгөөн засал, хэл яриа засал зэрэг эмчилгээ хийх
- Өвчтөн, өвчтөний ар гэрийнхэнд зөвлөгөө өгөх, ярилцах
- 24 цагаар ажиллах
- Богино хугацаанд эмнэлэгт хэвтүүлэн эмчлэх, түргэн тусламж үзүүлэх
- Гашуудлын үед сэтгэл зүйн зөвлөгөө өгөх

Ихэнх даатгалын компани гэрээр хийгдэх хоспис эмчилгээнд нөхөн төлбөр олгодог байдаг тул өөрийн даатгалын компаниасаа энэ талаар лавлаарай. Хэрэв нөхөн төлбөр байдаггүй бол хосписийн багийнхан улсаас / сангаас зардлыг гаргахад тусалж чадах эсэхийг лавлаарай. Өдрөөр хэвтэн эмчлүүлдэг, эсвэл ор хоногийн төлбөргүй хоспис эмнэлгүүд мөн байдаг.

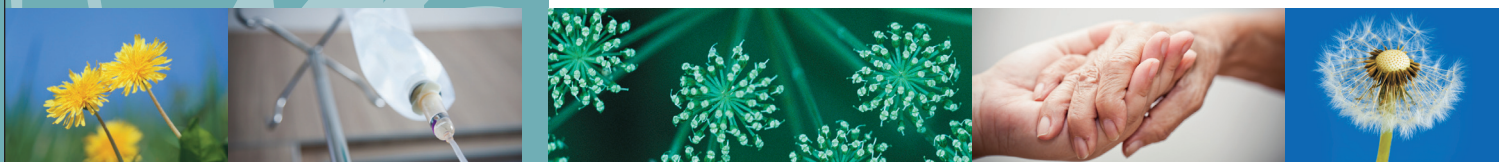
Хосписийн талаарх дэлгэрэнгүй мэдээллийг өөрийн эмч, эмнэлгээсээ асуугаарай. Мөн нийгмийн ажилтнуудаас ч хосписийн талаарх хэрэгцээт бүх мэдээллийг авах боломжтой.

Амьдралын сүүлийн хором, мөчид ямар хүлээлттэй байх вэ?

Үхэх үйл явцад маш олон бие физиологийн шинж болох сульдах, ядрах, хоолны дуршилгүй болох, шингэн уухаа болих, цусны эргэлт багасах, мэдрэлийн үйл ажиллагааны саатал, өвдөлт, нүдээ аньж чадахгүй байх гэх мэт өөрчлөлтүүд гардаг. Зарим хүн их унтаж, улмаар кома-д орсноор нас бардаг. Зарим хүн амарч чадахгүй, зан ааш, ухаан бодол тогтворгүй болдог. Амьсгал нь шуугиантай болох тохиолдол их байдаг. Үүнээс гадна өвдөх, амьсгал давчдах, шээс тасалдах, амарч чадахгүй байх, дотор муухайрах зэрэг олон шинж тэмдэг илэрч болзошгүй.

Шуугиантай амьсгалж байгаагийн шалтгаан нь өвчтөн ханиалгаж эсвэл залгиж чадахгүй байгаагаас үүдэн шүлс цугларч байгаагаас болдог. Энэ нь өвчтөн гэхээсээ илүү гэрийнхэнд нь маш хүнд байдаг. Шүлсийг нь сорууллаа гээд энэ байдал дээрддэггүй. Харин өвчтөнийг өөр байрлалаар хэвтүүлснээр шүлс шавхагдахад дөхөм болно. Зарим тохиолдолд шүлс ялгаралтыг багасгах эмчилгээ хийж бодог.

Амьсгал авах явц мөн өөрчлөгдөх ба хэвийн бус тасалдах, амьсгал хоорондын зай 1 минутаас илүү хугацаанд завсарлах зэрэг өөрчлөлт гардаг.



Тархины хорт хавдартай өвчтөний асаргаанд гарах өөрчлөлтүүд: Хөнгөвчлөх Эмчилгээ

Оюун санааны өөрчлөлт, дэмийрэл мөн үхэх үйл явцад үүсдэг хэвийн зүйл юм. Ихэнхдээ зочлох, аялах, дуусгаагүй ажил байна гэх, эсвэл айх зэрэг үйл явдал болж буй мэтээр төсөөлөн боддог. Энэ үед асаргааг нэмэгдүүлэх хэрэгтэй. Мөн их стресстэй байвал зарим тайвшруулах эмчилгээг хийдэг.

Өвчтөнтэй ярилцахаас гадна хамтдаа хажуугаар нь хэвтэх гэх мэтээр тав тухтай байлгаж, харилцаж болно.

Амьдралын сүүлийн мөчүүдэд гэдэсний гүрвэлзэх хөдөлгөөн, давсгийн үйл ажиллагаа муудах нь элбэг байдаг. Заримдаа шээлгүүр тавьж шээсийг гадагшлуулах шаардлагатай болдог. Мөн шээсний гарц муу байхад заавал шээлгүүр тавилгүйгээр өмсдөг болон дэвсдэг живх зэргийг ашиглаж болдог.

Ихэнх хүн нас барах үед өвдөлт маш их ихэсдэг байх гэж санаа зовдог боловч үүнийг нотолсон нотолгоо байдаггүй. Өвдөлт нь ихэвчлэн нүүрний булчин, дух, хөмсөг хооронд үүснэ. Амьсгалын давтамж ихсэж буйгаар өвдөлт их байгаа эсэхийг мэдэж болох ба өвдөлт намдаах эмчилгээ хийж болно. (Залгих шаардлагагүйгээр морфин хэлэн доор тавих

гэх мэт) Өвдөлт намдлаа гээд нас барах явц түргэсэхгүй учир өвчтөнийг аль болох өвдөлтгүй тав тухтай байлгахыг хичээх хэрэгтэй.

Өвчтөнтэй харилцах боломжгүй болох нь ар гэрийнхэнд хүнд тусдаг. Ухаангүй байгаа өвчтөн сонсож чаддаг эсэхийг бид баталж чадахгүй ч сонсож байгаа гэж бодон ярилцах хэрэгтэй. Өвчтөнийг ухаантай байхаас нь эхлээд сайн ярих хэрэгтэй. Таатай уур амьсгалыг бүрдүүлэх хэрэгтэй. Өвчтөний дуртай дуу хөгжмийг тавьж, эсвэл хайртай хүмүүс, хүүхэд, тэжээдэг амьтан зэргийг нь хажууд нь байлгах хэрэгтэй. Өдөр тутмын яриандаа өвчтөнийг оролцуулах хэрэгтэй. Хэлмээр байгаа бүхнээ хэлэх хэрэгтэй. Заримдаа өвчтөнүүд үхэх зөвшөөрлөө хүлээж буй мэт байдаг тул та өвчтөнийг өөрийнх нь хүслээр “тавьж явуулснаар” тайван нас бардаг. Тавьж явуулна гэдэгт жишээ нь дараах үгийг өвчтөн ойлгож байдаг “биеийн байдал нь улам дордож байгааг нь ойлгож байна, иймд бэлэн байгаа бол тайван яв даа”, “хайртай шүү, их санана даа. Хэзээ ч мартахгүй ээ, бэлэн үедээ хүссэн зүйлээ хийдээ” гэх мэт.

Өвчтөн нас барах мөчид юу хийх вэ?

Нас барсан даруйд ямар нэгэн зүйл хийх хэрэггүй. Гашуудах цагийг өөртөө олго. Зарим гэр бүл зүгээр л хэсэг хажууд нь байж, дурсаж ярихыг хүсдэг. Зарим нь харин ерөөг орхин гарахыг хүсдэг. Мөн энэ үед өөрийн шашны уламжлалт зан үйлийг ч дагаж болно. Мөн шарил хадгалах байр руу зөөвөрлөхөөс өмнө уулзах ёстой хүмүүсийг нь дуудаж ч болно.

Өвчтөн нас барсныг албан ёсоор мэдэгдэх хэрэгтэй. Ингэснээр нас барсны гэрчилгээ авах, даатгал, эд хөрөнгө, бичиг баримт гэх

мэт олон зүйлийг цэгцлэхэд тус болдог. Мөн оршуулгын ажил төлөвлөгдөж эхэлнэ. Хэрэв хосписийн хяналттайгаар өвчтөн гэртээ нас барсан бол хосписоос эмч эсвэл сувилагч очиж нас барсныг тэмдэглэнэ. Харин хосписийн хяналтгүйгээр гэртээ нас барсан бол түргэн тусламж дуудна. Гэр бүлийнхэн бэлэн болонгуут шарил хадгалах байрнаас ирж шарилийг зөөвөрлөн авч явдаг. Эмнэлгийн байгууллагад нас барсан бол шарил хадгалах байрны эмч, сувилагч дуудаж өгөх бол харин гэртээ нас барсан бол гэр бүлийнхэн нь дуудна.

Гашуудал

Тархины хорт хавдраар оношлогдох нь хүн бүхэнд гэнэтийн, хүнд тусдаг. Ихэвчлэн анх оношлогдсон цагаас ар гэрийнхэнд хүнд тусаж, өвчний явцад зан ааш, сэтгэн бодох чадвар нь өөрчлөгдөхийн хирээр асран хамгаалагчдад нь хүнд хэцүү байдаг. Учир нь өвчтөн өөрийн хяналтгүйгээр / хүсээгүйгээр зан ааш, сэтгэн бодох чадвар нь өөрчлөгддөг.

Өвчтөнийг амьд байх үеэс л танд гуниглах, харамсах, гашуудах, гэмших, бухимдах гэх мэт маш олон зан байдал илэрсэн байж болзошгүй бөгөөд таны мэдрэмжид зөв эсвэл буруу гэж зүйл байхгүй. Та өөрт мэдэгдэж буй сэтгэл хөдлөлөө л дагах хэрэгтэй. Таны буруу байхгүй. Өөрт төрж буй сэтгэл хөдлөлөө бусадтай хуваалцаж, бусдаас дэмжлэг хүсээрэй.

Хайртай хүн тань нас бархад хүн бүр өөр өөрөөр гашууддаг. Зарим хүн ижил бэрхшээл туулсан хүмүүстэйгээ ярилцахыг илүүд үздэг бол зарим нь шашны зан үйл үйлдэх, сэтгэл зүйчтэй ярилцах гэх мэт өөр өөр байдаг. Зарим хүн олон нийтэл санаа бодлоо хүргэж, сайн дурын ажил хийхийг хүсдэг. Хүний амьдрал байнга ижил байхгүйтэй адилаар таны гашуудал ч цаг хугацааны эрхэнд тайлагдаж эхэлнэ.

Хайртай хүн тань нас барснаас 6 сарын хугацаанд таны гашуудал огт дээрдэхгүй бол та сэтгэл зүйчтэй уулзаж, гэмтэл буюу сэтгэл зүйн цочролтой холбоотой



Нэмэлт материалууд

Хөнгөвчлөх эмчилгээний талаарх ерөнхий мэдээллүүд

- Center to Advance Palliative Care (www.getpalliativecare.org)
- American Brain Tumor Association
(<http://www.abta.org/brain-tumor-treatment/continuum-of-care/palliative-care.html>)

Тархины хорт хавдрын шинж тэмдэг

- Cancer.net (www.cancer.net/cancer-types/brain-tumor/symptoms-and-signs)
- American Brain Tumor Association (www.abta.org/brain-tumor-information/symptoms/)

Урьдчилсан төлөвлөлт

- PREPARE Website (www.prepareforyourcare.org)
Provides concrete examples on how to identify what is most important in life, communicate that with family and friends and doctors, make informed medical decisions, and choose a health care proxy.
- Caring Connections (www.caringinfo.org)
Information on Advance Directives; Download simple, state-specific Advance Directive forms.
- Go Wish (www.gowish.org)
Go Wish is a card game designed to help you find words to talk about what is important if you were to be living a life that may be shortened by serious illness. The Go Wish card game is an advance care planning tool developed by Coda Alliance to help people have conversations about end-of-life care.
- The Conversation Project (theconversationproject.org)
This website offers help in expressing and communicating your end-of-life wishes with others.
- National Brain Tumor Society
(www.braintumor.org/brain-tumor-information/#caregiver-resources)
- UCSF Osher Center for Integrative Medicine Caregivers Project
(www.osher.ucsf.edu/patient-care/self-care-resources/caregivers).
Orientation to Caregiving handbooks are available at the above website, in addition to other resources for caregivers.



UCSF

University of California
San Francisco
advancing health worldwide™

КАЛИФОРНИЙН ИХ СУРГУУЛЬ, САН ФРАНЦИСКО

