MACMILLAN
CANCER SUPPORT
آپ کے بالکل ساتھ ساتھ

Luton اور Bedfordshire میں Macmillan Psychology Service (مکملن نفسیاتی خدمات)

اشتراک:

Bedfordshire Community Health Services

NHS East London NHS Foundation Trust

MACMILLAN CANCER SUPPORT

رابطے میں رہیں

Macmillan Psychology Service, Clinical Health Psychology Service, Mountbatten House
The Square, Dunstable
Bedfordshire, LU6 3HD

01582293222-

elft.macmillanpsychologyreferrals@nhs.net

ہم جو خدمات فراہم کرتے ہیں ان کے معیار کے متعلق جاننا چاہتے ہیں۔ اگر آپ Psychology Service کے متعلق اپنے تاثرات بتانا چاہیں، تو براہِ کرم 08000131223 پر مریض کے مشورے اور رابطے کی خدمت سے رابطہ کریں۔

جسمانی، مالی اور جذباتی معاونت فراہم کر کے، ہم کینسر کے ہر مریض کی اتنی بھرپور زندگی جینے میں مدد کرنے کے لیے حاضر ہیں جتنی وہ جی سکتا ہے۔ لہٰذا کینسر آپ کے راستے میں جو بھی رکاوٹ ڈالے، ہم بالکل آپ کے ساتھ ہیں۔

معلومات، معاونت یا محض کسی کے ساتھ گفتگو کرنے کے لیے، Macmillan Support Line کو 0808 808 00 00 پر کال کریں (ہفتے میں 7 دن، صبح 8 بجے تا رات 8 بجے) یا macmillan.org.uk پر تشریف لائیں۔

اشتراک:

Macmillan.org.uk

Bedfordshire Community Health Services

NHS East London NHS Foundation Trust

Macmillan Cancer Support, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Northern Ireland میں بھی مصروفِ عمل ہے۔(v3) North 8 , جنوری 2019۔ قابلِ برداشت مواد استعمال کرتے ہوئے چھاپا گیا۔ براہِ کرم دوبارہ قابلِ استعمال بنائیں۔

Macmillan میں Bedfordshire اور Luton Psychology Service (مکملن نفساتی خدمات)

ہم کون ہیں

ہم کینسر کے مرض میں مبتلا افراد، نیز ان کی دیکھ بھال کرنے والوں یا اہلِ خانہ کے لیے ماہرانہ نفسیاتی معاونت فراہم کرتے ہیں اور راحت بخش دیکھ بھال کی ضروریات پوری کرتے ہیں۔ ہم طبی ٹیموں کی جانب سے ان لوگوں کے لیے ریفرل موصول کرتے ہیں جن میں کینسر کی تشخیص ہوئی ہے، ان کی نگہداشت کے کسی بھی مرحلے پر، کینسر سے متعلقہ کسی بھی نفسیاتی مشکلات میں۔ خدمت رسائی کے لیے بالکل مفت ہے۔

ہم کیا کرتے ہیں

کینسر سے متاثرہ افراد کے لیے کافی زیادہ علیحدگی اور تنہائی محسوس کرنا عام بات ہے، جس میں انہیں اپنے خیالات اور جذبات کا اظہار کرنا مشکل لگتا ہے، خصوصاً اپنے قریبی عزیزوں سے۔ ہم ایک محفوظ ماحول مہیا کرتے ہیں جہاں ہم ایک مشکل عرصے میں آپ کی بات سن سکتے ہیں، سمجھ سکتے ہیں، اپنی مشکلات کو ایک تناظر میں ڈالنے اور اس سے نمٹنے کی حکمتِ عملیاں سیکھنے میں آپ کی مدد کرتے ہوئے۔ نشستیں ایک گھنٹے تک کی ہو سکتی ہیں اور ٹیلی فون پر، بذریعہ ویڈیو کال یا جہاں ممکن ہو Bedfordshire بھر میں مختلف کلینکوں کے مقامات پر منعقد ہوتی ہیں۔

ہم جن مسائل پر توجہ دے سکتے ہیں ان کی مثالیں

- خود کو ڈھالنے، تبدیلی، غیر یقینی یا محرومی سے نمٹنا
- کینسر کے علاج کے بارے میں فیصلے کرنے میں مشکلات
- کینسر کے علاجوں کا مقابلہ کرنا
- اداسی، اندیشے اور غصے کے جذبات
- آپ کیسے نظر آتے ہیں اس میں تبدیلیوں کا سامنا کرنا
- اعتماد سے محرومی یا آپ کی عزتِ نفس میں تبدیلیاں
- مستقل تکلیف، تھکاوٹ اور دیگر مضر اثرات سے نمٹنا
- سونے میں دشواری
- مستقبل کے متعلق پریشانیاں اور موت کا خوف
- خاندان، دوستوں یا ماہرینِ صحت کے ساتھ تعلقات میں مشکلات

"Macmillan Clinical Psychology Service شاندار تھی۔ انہوں نے اس اندیشے کو سنبھالنے میں میری مدد کی جس سے مجھے میری تشخیص اور میرے علاج کے بعد خوف کے دورے پڑ رہے تھے۔"

لنڈسے، چھاتی کے سرطان کی مریضہ

آگے کیا ہوتا ہے؟

آپ کے ساتھ پہلی ملاقات پر، ہم آپ کے کینسر کے تجربات کے متعلق بات چیت کریں گے، آپ کیسے سوچ رہے ہیں، محسوس کر رہے ہیں اور خود کو اس کے مطابق ڈھال رہے ہیں، اور آپ کو کن مشکلات کا سامنا ہے۔ ہم آپ سے تنہائی میں یا آپ کے ساتھ یا اہلِ خانہ کے ساتھ ملاقات کر سکتے ہیں، اور آپ سے کچھ سوالنامے مکمل کرنے کو کہیں گے۔ اس کے بعد، ہم آپ کی ضروریات کے لیے خصوصی طور پر تیار کردہ ایک علاجی منصوبہ بنانے کے لیے مل کر کام کریں گے۔

MCS_Luton&Beds_Psycology_leaflet_Sep19_aw.indd 3-4
28/10/2019 10:33