|  |  |
| --- | --- |
| **Palliative care services**  | **የማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎቶች** |
| Palliative care helps improve the quality of life for someone living with a life limiting illness. | በአንድ ሰው እስከ ህይወት መጨረሻ ካለ ህመም ጋር የህይወት ጥራት እንዲሻሻል የማስታገሻ እንክብካቤ/Palliative care ይረዳል። |
| Illness may limit what a patient can do, but there are many ways we can help.  | አንድ በሽተኛ ማድረግ ከሚችለው በህመም ሳቢያ ሊታገት ይችላል፤ ነገር ግን መርዳት የምንችለው ብዙ መንገዶች አሉ። |
| Victoria offers a range of services, from inpatient to homeland community-based care.   | ቪክቶሪያ የተለያዩ አገልግሎቶችን ሲያቀርብ፤ ይህም ከሆስፒታል ውስጥ ሆኖ እስከ ቤት ታካሚ እንዲሁም በማህበረሰብ-የተመሰረተ እንክብካቤ አቅርቦት። |
| Australia has one of the best developed and advanced palliative care services in the world for community hospital and inpatient palliative care services.  But increasingly people are focusing on management of illness as it progresses, chronic disease, non-malignant disease, diseases that need supporting, not only in the hospital sector, but also in the community sector. | በዓለም ውስጥ አውስትራሊያ ለማህበረሰብ ሆስፒታል እና በሆስፒታል ውስጥ ታካሚ ለሆኑ የማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎቶች በጣም የተሻሻለና ዘመናዊ የሆነ የማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎቶች ያሏት አገር ናት። ነገር ግን ይህ እየተሻሻለ በመሄዱ ሰዎች ህመምን ወደ መቆጣጠሩ ትኩረት እንደጨመረ እንደሆነ፤ ይህም ለማይድን በሽታ፣ በጣም አደገኛ ላልሆነ በሽታ፣ ድጋፍ ለሚፈልግ በሽታ፣ በሆስፒታል ብቻ ሳይሆን እንዲሁም በማህበረሰብ ቦታ ላይ ይቀርባል። |
| You couldn't wish for better services from anywhere, and the doctors and the nurses at the hospital have been exceptional. | የተሻለ ህክምና አገልግሎት የትም ማግኘት አይችሉም፤ እናም በሆስፒታል ውስጥ ያሉ ሀኪሞችና ነርሶች ልዩነት እንዳላቸው ነው። |
| Services such as Eastern Palliative Care focus on people staying at home as long as possible.  It's our job to provide comprehensive suite of palliative care services to people that have specialist palliative care needs. | እንደ የምስራቃዊ ማስታገሻ እንክብካቤ ያሉ አገልግሎቶች ትኩረታቸው ሰዎች በተቻለ ለረጅም ጊዜ በቤት ውስጥ እንዲቆዩ ነው። ለስዎች አጠቃላይ ክፍሎችያሉት የማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎቶች ማቅረብ የእኛ ስራ ነው፤ ይህም ለማስታገሻ እንክብካቤ ፍላጎት ልዩ ሙያተኛ እንዳለው ነው። |
| Palliative care services include at home care, specialist inpatient palliative care, counselling, equipment and aids, volunteer support and hospital care. | በማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎቶች ውስጥ የሚካተት፤ ለቤት ውስጥ እንክብካቤ፤ ለማስታገሻ እንክብካቤ ልዩ ባለሙያ በሆስፒታል ውስጥ ታካሚ ለሆነ፤ ለመማክርት፤ ለመሳሪያ እቃ እና እርዳታ፤ ለፈቃደኛ ድጋፍ እና ለሆስፒታል እንክብካቤ ይሆናል። |
| The fact is that people who have their symptoms well managed by a specialist palliative care team in the community do live longer than those who don't have that same kind of care and that’s been proven in research. | እውነታው፤ ሰዎች ያለባቸውን ችግሮች በማህበረሰብ ውስጥ በሚካሄድ ማስታገሻ እንክብካቤ ቡድን ልዩ ባለሙያ በኩል በደንብ መከታተል፤ ታዲያ በጥናት የተረጋገጠ ተመሳሳይ እንክብካቤ ከማያገኙ ሰዎች በተሻለ ለረጅም ጊዜ ይኖራሉ። |
| As well as support from health professionals, for many, the primary carer is a family member.  | እንዲሁም ለብዙዎች ከጤና ባለሙያተኞች እርዳታ ማግኘት፤ የመጀመሪያ ተንከባካቢ የቤተሰብ አባል ነው። |
| And when Dad got sick I’d noticed quite a while beforehand that his health was not quite right.  And that's how I've sort of became Dad's carer. | እንዲሁም አባቴ ሲታመም፤ ጤንነቱ ደህና እንዳልነበር ቀደም ብዮ ማወቅ እችላለሁ። ታዲያ የአባቴ ተንከባካቢ በመሆኔ ይህን እንዴት መለየት የቻልኩት። |
| A range of aids is available to help with moving around and other activities of daily living.  | ለኑሮ በየቀኑ ለሚካሄዱ ሌላ ስራዎችና በአካባቢ ለመንቀሳቀስ የሚረዱ የተለያዩ እርዳታዎች ይቀርባል። |
| He's got mobility aids to help him and before I just tried to help him the best I can.  And now he's got his new scooter, that’s made things a lot easier for him and me, I suppose. | እርሱን ለመርዳት የእንቅስቃሴ እርዳታዎች እንዳለ፤ እና በተቻለን ጥሩ እሱን ለመርዳት ሞክሬአለሁ። አሁን አዲስ ትንሽ ዶቅዶቄ/ ስኩተር እንዳለውና፤ ይህም ለእሱም ሆነ ለእኔ ነገሮች በቀላሉ እንደሚካሄድ እገምታለሁ። |
| If you're going up a hill it’s got a little button on it to give you a bit more power into the back end of the motor, so that's been very good. | ወደ ጋራ የሚሄዱ ከሆነ የበለጠ ትንሽ ሃይል እንዲሰጥ በስተኋላ ባለው ሞተር የሚጫን ትንሽ ቁልፍ ስላለው፤ ስለዚህ ይህ በጣም ጥሩ ነው። |
| For carers, I think at some point, as a carer you do need some sort of respite for people you're helping out. | ለተንከባካቢዎች፤ እኔ እንደማስበው ከሚረዷቸው ሰዎች በሆነ ጊዜ ትንሽ የእረፍት ዓይነት ፋታ ያስፈልጋቸዋል። |
| Talk with your palliative care service about support and respite care options. | ስለ ድጋፍና ለእረፍት ፋታ ማስገኛ እንክብካቤ ምርጫዎች በተመለከተ ከርስዎ የማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎት ጋር መነጋገር። |
| Palliative care can be involved early in the illness, and at the same time as treatment, such as chemotherapy. | ህመም ሲጀምር ቀደም ብሎ የማስታገሻ እንክብካቤ መሳተፍ እንደሚችልና እንደ ከሞተራፕይ/ chemotherapy ህክምና ሲጀመር በተመሳሳይ ጊዜ ይሆናል። |
| Increasingly, advance care plans are used, where the patient makes it clear in writing the way they want to be treated.  | በሽተኛው መታከም በፈለጉበት መንገድ ለመታከም በጽሁፍ ግልጽ ለማድረግ፤ ተሻሽሎ የወጣ እንክብካቤ እቅድ በቀጣይነት መጠቀም ይሆናል። |
| I think it's really important that families talk to each other about what their wishes are at the end of life, so if we don't know where someone wants to die or where they want their care to be delivered or who they want involved, there’s a lot of guessing that goes on for families and that adds to the stress. | ቤተሰቦች በህይወታቸው ማለቂያ ላይ ምን ስለሚፈልጉ እርስ በርስ መነጋገሩ ጠቃሚ ይመስለኛል፤ ስለዚህ እነዚህን በግልጽ መወያየቱ ሰዎችን ወደ የተሻለ እንክብካቤ እቅድ ለማውጣት እንዲችሉ ብዙጊዜ ስለሚመራ፤ በርግጥም ውይይት ማካሄዱ ጠቃሚ ነው።ስለዚህ አንድ ሰው ለመሞት የፈለገበትን ቦታ ካላወቅን ወይም ሊሰጣቸው የፈለጉት እንክብካቤ የት እንደሚቀርብ ወይም ማን መሳተፍ እንደፈለጉ ካላወቅን፤ በቤተሰቦች ላይ የሚካሄድ ብዙ ግምቶች በህይወታቸው ማለቂያ ላይ ምን ስለሚፈልጉ ስለሚኖር ይህ የጭንቀት መንፈስን ይጨምራል። |
| So having those open discussions which can often lead to the development of an advance care plan for people, are really useful discussions to have. | እነዚህን በግልጽ መወያየቱ ሰዎችን ወደ የተሻለ እንክብካቤ እቅድ ለማውጣት እንዲችሉ ብዙጊዜ ስለሚመራ፤ በርግጥም ውይይት ማካሄዱ ጠቃሚ ነው። |
| Palliative care services are free or subsidised through Medicare. | የማስታገሻ እንክብካቤ አገልግሎቶች ያለክፍያ በነጻ ወይም በመዲኬር ተመላሽ በሚሆን ድጎማ እንደሆነ ነው። |
| However, there may be costs involved for some specialist equipment, medications, and treatments. | ይሁን እንጂ ለአንዳንድ የልዩ ሙያተኛ መሳሪያ፤ መድሃኒት፤ እና ህክምና ዋጋ ክፍያዎች ሊኖር ይችላል። |
| If you do choose private palliative care services, you will need to pay. | የግል ማስታገሻ እንክብካቤን ከመረጡ መክፈል ይኖርብዎታል። |
| It's best to ask about costs before you make a decision. | ውሳኔ ከማድረግዎ በፊት ስለ ዋጋ ክፍያ መጠየቁ ጥሩ ነው። |
| Victoria offers home-based and specialist inpatient care where clients receive medical, nursing, social, and emotional support.  | ደንበኞች ህክምና፣ የነርስ፤ የማሕበራዊ እና የስሜታዊ ድጋፍ በሚያገኙበት ቦታ፤ በቤት ውስጥ እና በልዩ ሙያተኛ ሆስፒታል ውስጥ ታካሚ እንክብካቤ በቪክቶሪያ ይቀርባል። |
| My best advice is to engage early, advocate, push to your healthcare professionals to engage palliative care.  We need to be part of the team early rather than late.  To find out more, make sure you log on to BETTERHEALTH.vic.gov.au/palliative | የእኔ ጥሩ ምክር የምለው፤ ቀደም ብሎ ከተወካይ አማካሪ ጋር መገናኘትና ከማስታገሻ እንክብካቤ ጋር እንዲያገናኝዎ የርስዎን ጤና እንክብካቤ ባለሙያተኞች መገፋፋት ነው። በቡድኑ ውስጥ ለመሳተፍ ከመዘግየት ፋንታ ቀደም ብለን ለመሳተፍ እንፈልጋለን። የበለጠ መረጃ ለማግኘት፤ በድረገጽ ላይ መጫንዎን ማረጋገጥ፡ betterhealth.vic.gov.au/palliative |