|  |  |
| --- | --- |
| **Palliative care services**  | **Υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας** |
| Palliative care helps improve the quality of life for someone living with a life limiting illness. | Η ανακουφιστική φροντίδα βοηθάει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής για κάποιον που έχει μια ανίατη ασθένεια. |
| Illness may limit what a patient can do, but there are many ways we can help.  | Η ασθένεια μπορεί να περιορίζει αυτά που μπορεί να κάνει ο ασθενής, αλλά υπάρχουν πολλοί τρόποι που μπορούμε να βοηθήσουμε. |
| Victoria offers a range of services, from inpatient to homeland community-based care.   | Η Βικτώρια προσφέρει διάφορες υπηρεσίες, από φροντίδα σε ίδρυμα έως κοινοτική φροντίδα στο σπίτι. |
| "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." | Η Αυστραλία έχει ένα από τα καλύτερα αναπτυγμένα και σύγχρονα συστήματα υπηρεσιών ανακουφιστικής φροντίδας στον κόσμο για κοινοτικά νοσοκομεία και υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας για εσωτερικούς ασθενείς. Αλλά όλο και περισσότερο οι άνθρωποι επικεντρώνονται στη διαχείριση της ασθένειας καθώς εξελίσσεται, χρόνια πάθηση, καλοήθης ασθένεια, ασθένειες που απαιτούν υποστήριξη, όχι μόνο στο νοσοκομειακό κλάδο, αλλά επίσης και στον κοινοτικό κλάδο. |
| "You couldn't wish for better services from anywhere, and the doctors and the nurses at the hospital have been exceptional." | Δεν θα μπορούσες να βρεις καλύτερες υπηρεσίες πουθενά και οι γιατροί και οι νοσηλευτές στο νοσοκομείο ήταν εξαιρετικοί. |
| "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." | Υπηρεσίες όπως η Ανατολική Ανακουφιστική Φροντίδα εστιάζεται στα άτομα να παραμείνουν σπίτι τους όσο το δυνατόν περισσότερο. Δουλειά μας είναι να παρέχουμε ένα περιεκτικό σύνολο υπηρεσιών ανακουφιστικής φροντίδας σε άτομα που έχουν ειδικές ανάγκες ανακουφιστικής φροντίδας.  |
| Palliative care services include at home care, specialist inpatient palliative care, counselling, equipment and aids, volunteer support and hospital care. | Στις υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας περιλαμβάνονται φροντίδα στο σπίτι, ειδικευμένη ανακουφιστική φροντίδα για εσωτερικούς ασθενείς, συμβουλές, εξοπλισμός και βοηθήματα, υποστήριξη από εθελοντές και νοσοκομειακή φροντίδα. |
| "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." | Η αλήθεια είναι ότι τα άτομα που έχουν καλή αντιμετώπιση των συμπτωμάτων τους από μια εξειδικευμένη ομάδα ανακουφιστικής φροντίδας στην κοινότητα, ζουν περισσότερο απ' ότι αυτοί που δεν έχουν το ίδιο είδος φροντίδας κι αυτό έχει αποδειχθεί από έρευνες. |
| As well as support from health professionals, for many, the primary carer is a family member.  | Εκτός από την υποστήριξη από επαγγελματίες υγείας, για πολλούς, πρωτοβάθμιος φροντιστής είναι μέλος της οικογένειας. |
| "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." | Και όταν ο πατέρας αρρώστησε παρατήρησα αρκετό καιρό πριν ότι η υγεία του δεν ήταν τόσο καλή. Κι έτσι κάπως έγινα φροντιστής του πατέρα μου. |
| A range of aids is available to help with moving around and other activities of daily living.  | Διατίθενται διάφορα βοηθήματα που βοηθούν με την μετακίνηση και άλλες δραστηριότητες της καθημερινής ζωής. |
| "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." | Είχε βοηθήματα μετακίνησης για να τον βοηθήσουν και πριν, απλά προσπαθούσα να τον βοηθήσω όσο μπορούσα. Και τώρα πήρε το καινούργιο του ηλεκτρικό αμαξίδιο, νομίζω ότι διευκολύνει αυτόν και εμένα πάρα πολύ. |
| "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." | Αν πηγαίνει σε ανηφόρα το αμαξίδιο έχει ένα μικρό κουμπί που δίνει λίγη περισσότερη δύναμη στο πίσω μέρος του κινητήρα, όποτε αυτό ήταν πολύ καλό. |
| "For carers, I think at some point, as a carer you do need some sort of respite for people you're helping out." | Για τους φροντιστές, νομίζω ότι σε κάποιο σημείο, ως φροντιστής χρειάζεσαι κάποιο είδος ανάπαυλας για τα άτομα που βοηθάς. |
| Talk with your palliative care service about support and respite care options. | Μιλήστε με την υπηρεσία σας ανακουφιστικής φροντίδας για επιλογές υποστήριξης και ανάπαυλας.  |
| Palliative care can be involved early in the illness, and at the same time as treatment, such as chemotherapy. | Μπορεί να ζητηθεί ανακουφιστική φροντίδα στην αρχή της ασθένειας, ή ταυτόχρονα με τη θεραπεία, όπως χημειοθεραπεία. |
| Increasingly, advance care plans are used, where the patient makes it clear in writing the way they want to be treated.  | Όλο και περισσότερο χρησιμοποιούνται σχέδια έγκαιρου προγραμματισμού, όπου ο ασθενής καθιστά σαφές γραπτώς τον τρόπο που θέλει να τον αντιμετωπίσουν. |
| "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. | Νομίζω ότι είναι πραγματικά σημαντικό οι οικογένειες να μιλάνε αναμεταξύ τους για το ποιες είναι οι επιθυμίες τους για το τέλος της ζωής, ώστε αν δεν γνωρίζουμε πού θέλει να πεθάνει κάποιος ή πού θα ήθελε να τον φροντίζουν ή ποιους θέλει να συμμετέχουν στην φροντίδα, υπάρχουν πολλές εικασίες μέσα στις οικογένειες και αυτό προσθέτει άγχος.  |
| 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." | Γι' αυτό αν κάνετε αυτές τις ανοιχτές συζητήσεις οι οποίες συχνά οδηγούν στην ανάπτυξη ενός έγκαιρου προγραμματισμού φροντίδας για τα άτομα, είναι πραγματικά χρήσιμες συζητήσεις να κάνετε. |
| Palliative care services are free or subsidised through Medicare. | Οι υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας είναι δωρεάν ή επιδοτούμενες μέσω του Μεντικέαρ. |
| However, there may be costs involved for some specialist equipment, medications, and treatments. | Ωστόσο, μπορεί να υπάρχουν χρεώσεις για κάποιον ειδικό εξοπλισμό, φάρμακα και θεραπείες. |
| If you do choose private palliative care services, you will need to pay. | Αν επιλέξετε τις ιδιωτικές υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας, θα χρειαστεί να πληρώσετε. |
| It's best to ask about costs before you make a decision. | Το καλύτερο είναι να ρωτήσετε για το κόστος πριν πάρετε μια απόφαση. |
| Victoria offers home-based and specialist inpatient care where clients receive medical, nursing, social, and emotional support.  | Η Βικτώρια προσφέρει οικιακή και εξειδικευμένη εσωτερική φροντίδα όπου οι πελάτες λαβαίνουν ιατρική, νοσηλευτική, κοινωνική, και συναισθηματική υποστήριξη. |
| "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. | Η καλύτερη συμβουλή μου είναι να ασχοληθείτε νωρίς, να υπερασπιστείτε τα δικαιώματά σας, να πιέσετε τους επαγγελματίες υγείας να ζητήσουν ανακουφιστική φροντίδα. Πρέπει να συμμετάσχουμε στην ομάδα νωρίς παρά αργά. Για να μάθετε περισσότερα, βεβαιωθείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα BETTERHEALTH.vic.gov.au/palliative. |