North Central London Health and Care
Integrated Care System

NHS
North Central London
Cancer Alliance

ব্যক্তিগতকৃত ক্যান্সার পরিচর্যার জন্য আপনার নির্দেশিকা

সূচিপত্র

ভূমিকা 3

ব্যক্তিগতকৃত ক্যান্সার পরিচর্যা কি? 4

1. ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা এবং সহায়তা পরিকল্পনা 5
2. চিকিৎসা সমাপ্তির সারাংশ 6
3. স্বাস্থ্য ও সুস্থতার তথ্য এবং সহায়তা 7
4. ক্যান্সারের পরিচর্যা পর্যালোচনা 8
5. জীবনযাত্রার মান সংক্রান্ত সমীক্ষা 9

কি আশা করা যায় - টাইমলাইন 10

ফলো-আপের ব্যবস্থা 12

আমাদের হাসপাতালে ক্যান্সার সম্পর্কিত তথ্য এবং সহায়তা 13

সহায়তা এবং তথ্য 15

আপনি কিভাবে আপনার অভিজ্ঞতা ভাগ করে নিতে পারেন 16

ভূমিকা

ক্যান্সার নির্ণয় করা অপ্রতিরোধ্য এবং ভীতিকর মনে হতে পারে। আপনার জীবনের বিভিন্ন দিক, যেমন আপনার পরিবার, কাজ বা অর্থের উপর চিকিৎসা কিভাবে প্রভাব ফেলবে তা নিয়ে আপনি চিন্তিত হতে পারেন।

নর্থ সেন্ট্রাল লন্ডন ক্যান্সার অ্যালায়েন্স (North Central London Cancer Alliance NCLCA) স্থানীয় হাসপাতাল এবং অন্যান্য পরিচর্যা প্রদানকারীদের সাথে কাজ করছে যাতে আপনি আপনার জন্য উপযুক্ত পরিচর্যা এবং সহায়তা পান। একে বলা হয় ব্যক্তিগতকৃত ক্যান্সার পরিচর্যা। এর অর্থ হল আপনার ক্যান্সারের পরিচর্যা আপনার ব্যক্তিগত চাহিদা পূরণ করবে এবং আপনার কাছে গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলির উপর মনোযোগ দেবে।

এই বুকলেটটিতে আপনার ক্যান্সার দলের কাছ থেকে আপনার রোগ নির্ণয়, চিকিৎসা এবং সহায়ক যোগাযোগের বিশদ সম্পর্কে প্রাপ্ত তথ্যের পরিপূরক। এই বুকলেটটি আপনার চাহিদা পূরণের জন্য NHS এবং সহায়তা পরিষেবাগুলি থেকে আপনি কি সাহায্য আশা করতে পারেন তা ব্যাখ্যা করে এবং আপনাকে দরকারী সম্পদের দিকে পরিচালিত করে।

ব্যক্তিগতকৃত ক্যান্সার পরিচর্যা কি?

ক্যান্সার ধরা পড়ার সাথে সাথেই আপনার ব্যক্তিগত উদ্বেগ, চাহিদা এবং পরিস্থিতি বিবেচনা করে এমন পরিচর্যা এবং চিকিৎসা গ্রহণ করা উচিত এবং যা আপনাকে আপনার চিকিৎসার সময় যতটা সম্ভব ভালোভাবে বেঁচে থাকতে সহায়তা করে।

আপনার জন্য সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে এবং আপনার পরিচর্যা পরিচালনার ক্ষেত্রে আপনার জ্ঞান এবং আত্মবিশ্বাস তৈরি করতে আপনি আপনার মেডিকেল দল এবং অন্যান্য পেশাদারদের সাথে কাজ করবেন।

ব্যক্তিগতকৃত ক্যান্সার পরিচর্যার 5টি মূল দিক রয়েছে:

1. **ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা এবং সহায়তা পরিকল্পনা**
2. **চিকিৎসা সমাপ্তির সারাংশ**
3. **স্বাস্থ্য ও সুস্থতারতথ্য এবং সহায়তা**
4. **ক্যান্সারের পরিচর্যা পর্যালোচনা**
5. **জীবনযাত্রার মান সংক্রান্ত সমীক্ষা**

1. ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা এবং সহায়তা পরিকল্পনা - সামগ্রিক চাহিদা মূল্যায়নের উপর ভিত্তি করে

যাতে আপনার দল বুঝতে পারে আপনার কাছে কি গুরুত্বপূর্ণ, আপনার ক্লিনিক্যাল নার্স বিশেষজ্ঞ (clinical nurse specialist CNS) অথবা দলের অন্য কোনো সদস্য আপনার চাহিদার মূল্যায়ন করবেন। একে বলা হয় হোলিস্টিক নিডস অ্যাসেসমেন্ট (Holistic Needs Assessment HNA) এবং আপনার রোগ নির্ণয় হওয়ার পর খুব শীঘ্রই এটি আপনাকে দেওয়া হবে।

অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলিতে এটি পর্যালোচনা করা হবে, যেমন আপনার চিকিৎসা শেষ হলে বা আপনার চাহিদা পরিবর্তিত হলে। মূল্যায়নটি মুখোমুখি, টেলিফোনে, অথবা অনলাইনে আপনাকে পাঠানো একটি লিঙ্কের মাধ্যমে সম্পন্ন করা যেতে পারে।

HNA আপনার শারীরিক স্বাস্থ্য থেকে শুরু করে মানসিক, সামাজিক, আর্থিক বা অন্যান্য ব্যবহারিক উদ্বেগের বিভিন্ন দিক বিবেচনা করে। আপনার কাছে কোনটি সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ এবং এই উদ্বেগগুলি সমাধানের জন্য আপনি কিভাবে সহায়তা পেতে পারেন সে সম্পর্কে চিন্তা করার জন্য আপনাকে নির্দেশিত করা হয়েছে।

একবার আপনি কোনো উদ্বেগ শনাক্ত করলে, দলের একজন সদস্য **এই বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা করবেন** এবং এগুলি সমাধানের জন্য আপনার সাথে একটি পরিচর্যা পরিকল্পনা তৈরি করবেন। এর মধ্যে তথ্য এবং পরিষেবার লিঙ্ক অন্তর্ভুক্ত থাকবে এবং যেখানে প্রয়োজনীয় হবে সেখানে আপনাকে রেফারেলের সাথে সংযুক্ত করা হবে। আপনার চিকিৎসার সময় আপনাকে গুরুত্বপূর্ণ যোগাযোগের বিবরণ এবং একজন বরাদ্দকৃত মূল কর্মীও প্রদান করা হবে।

2. চিকিৎসা সমাপ্তির সারাংশ

যখন আপনি চিকিৎসার একটি সময়কালের শেষে পৌঁছাবেন, তখন আপনাকে চিকিৎসার সমাপ্তির সারাংশ দেওয়া হবে।

চিকিৎসার সমাপ্তির সারাংশের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকবে:

- আপনার ক্যান্সারের পর্যায় এবং গুরুত্বপূর্ণ পরীক্ষার ফলাফল সহ আপনার রোগ নির্ণয়
- আপনার প্রাপ্ত চিকিৎসার বিবরণ
- যেকোনো ফলো-আপ ব্যবস্থার বিবরণ
- সম্ভাব্য মাঝারি এবং দীর্ঘমেয়াদী পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া বা জটিলতা
- আপনার GP বা ক্যান্সার দলকে বলার জন্য লক্ষণ ও উপসর্গগুলি সম্পর্কে
- আপনার যদি সহায়তার প্রয়োজন হয় বা কোনো উদ্বেগ থাকে, তাহলে কার সাথে যোগাযোগ করবেন এবং কিভাবে করবেন তার বিশদ বিবরণ।

আপনার চিকিৎসার সারাংশের একটি কপি আপনার GP সার্জারিতেও পাঠানো উচিত। যদি GP সার্জারি না পায়, তাহলে আপনি আপনার কপিটি সাথে করে নিতে পারেন অথবা আপনার নিজস্ব কপিটি তাদের কাছে পাঠাতে পারেন।

3. স্বাস্থ্য ও সুস্থতা সম্পর্কিত তথ্য এবং সহায়তা

চিকিৎসার পাশাপাশি, আপনার জন্য অতিরিক্ত সহায়তা প্রদানের জন্য তথ্য এবং সহায়তা উপলব্ধ।

এতে রয়েছে:

- মানসিক সমর্থন
- পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া ব্যবস্থাপনা
- সাধারণ শারীরিক সুস্থতা
- টাকা-পয়সা, অর্থ এবং সুবিধা সম্পর্কিত পরামর্শ
- কাজে ফিরে যাওয়ার ব্যবস্থাপনা
- স্বাস্থ্যকর জীবনধারা চয়ন করা

চিকিৎসার সময় এবং পরে যতটা সম্ভব ভালোভাবে বেঁচে থাকার জন্য আপনার প্রয়োজনীয় সমস্ত সহায়তা পাওয়া গুরুত্বপূর্ণ। তথ্য এবং সহায়তার অন্যান্য উৎস পাওয়া যায়, যেগুলোর দিকে আপনার দলের একজন সদস্য আপনাকে নির্দেশ দিতে পারেন।

4. ক্যান্সারের পরিচর্যা পর্যালোচনা

আপনার রোগ নির্ণয়ের 3 মাসের মধ্যে আপনার GP সার্জারি আপনার সাথে যোগাযোগ করবে (ফোন বা চিঠির মাধ্যমে) এবং আপনার প্রয়োজনীয় যেকোনো সহায়তা সম্পর্কে আলোচনা করবে।

আপনার GP সার্জারির মাধ্যমেও আপনাকে একটি ক্যান্সার পরিচর্যা রিভিউ দেওয়া উচিত। এটি সাধারণত একজন GP বা প্র্যাকটিস নার্সের মাধ্যমে আপনার রোগ নির্ণয়ের 12 মাসের মধ্যে ঘটে।

এই পর্যালোচনায় অন্তর্ভুক্ত করা উচিত:

- আপনার রোগ নির্ণয়, বর্তমান চাহিদা এবং আপনার উদ্বেগের বিষয়ে আলোচনা
- আপনার প্রয়োজন হতে পারে এমন অতিরিক্ত সহায়তা
- আপনার ওষুধের পর্যালোচনা
- পুনর্বাসন, কাউন্সেলিং, অথবা অন্যান্য স্বেচ্ছাসেবী বা সম্প্রদায়গত সংস্থা, যা সামাজিক বিধান নামে পরিচিত, এর মতো অন্যান্য পরিষেবাগুলিতে আপনাকে সহায়তা করার জন্য রেফারেল বা সাইনপোস্টিং করা।

আপনার ক্যান্সার চিকিৎসার সময় বা পরে যদি আপনার কোনো উদ্বেগ থাকে, তাহলে আপনি সর্বদা আপনার GP সার্জারির সাথে যোগাযোগ করতে পারেন।

5. জীবনযাত্রার মান সংক্রান্ত সমীক্ষা

ক্যান্সার কোয়ালিটি অফ লাইফ সার্ভে হল একটি জাতীয় NHS সমীক্ষা। এটি ইংল্যান্ডের সেইসব ব্যক্তিদের জন্য যাদের ক্যান্সার ধরা পড়েছে। রোগ নির্ণয়ের প্রায় 18 মাস পরে আপনাকে সমীক্ষাটি সম্পূর্ণ করার জন্য আমন্ত্রণ জানানো হবে।

এই সমীক্ষার লক্ষ্য হল রোগ নির্ণয়ের পরে আপনার জীবনের মান কিভাবে পরিবর্তিত হতে পারে তা খুঁজে বের করা। আমরা দেখতে চাই কোথায় পরিচর্যা ভালোভাবে কাজ করছে অথবা অতটা ভালোভাবে কাজ করছে না, এবং নতুন কোনো পরিষেবার প্রয়োজন আছে কিনা। এটি করার জন্য, আমরা ক্যান্সারে আক্রান্ত ব্যক্তিদের জিজ্ঞাসা করছি যে তারা কেমন অনুভব করছেন। এরপর আমরা তাদের উত্তরগুলি তাদের ক্যান্সার নির্ণয় এবং চিকিৎসা সম্পর্কিত তথ্যের সাথে তুলনা করি। এটি আমাদেরকে আপনার দীর্ঘ এবং যতটা সম্ভব ভালোভাবে বেঁচে থাকার জন্য সহায়তা করার পদ্ধতি উন্নত করতে সাহায্য করবে।

বিষয়বস্তুতে ফিরে যান

কি আশা করা যায় - টাইমলাইন

রোগ নির্ণয়

ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা এবং সহায়তা পরিকল্পনা - সামগ্রিক চাহিদা মূল্যায়নের উপর ভিত্তি করে

একজন ক্যান্সার নার্স স্পেশালিস্ট (Cancer Nurse Specialist CNS), অ্যালাইড হেলথ প্রফেশনাল (Allied Health Professional AHP) অথবা ক্যান্সার সহায়তা কর্মীর দ্বারা **পরিচালিত।**

আপনাকে এবং আপনার GP সার্জারিকে এই পরিচর্যা পরিকল্পনার একটি কপি দেওয়া উচিত।

GP সার্জারির পক্ষ থেকে যোগাযোগ

রোগ নির্ণয়ের পর প্রথম 3 মাসে **আমন্ত্রণ এবং তথ্য ভাগাভাগি করে** চিঠি বা ফোন কল করা হয়।

চিকিৎসা

চিকিৎসার সমাপ্তির সারাংশ

আপনার ক্যান্সার দল দ্বারা তৈরি **এবং চিকিৎসা পর্যালোচনার পর** আপনার এবং আপনার GP সার্জারির কাছে পাঠানো হয়।

ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা এবং সহায়তা পরিকল্পনা - সামগ্রিক চাহিদা মূল্যায়নের উপর ভিত্তি করে

একজন ক্যান্সার নার্স স্পেশালিস্ট (Cancer Nurse Specialist CNS), অ্যালাইড হেলথ প্রফেশনাল (Allied Health Professional AHP) অথবা ক্যান্সার সহায়তা কর্মীর দ্বারা **পরিচালিত।**

আপনাকে এবং আপনার GP সার্জারিকে এই পরিচর্যা পরিকল্পনার একটি কপি দেওয়া উচিত।

অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন: যদি আপনি দেখেন যে আপনার ক্যান্সারের সময়কালে আপনি এই হস্তক্ষেপগুলির একটি বা কোনোটিই পাননি, তাহলে অনুগ্রহ করে উপযুক্ত চিকিৎসক বা সংস্থার সাথে মোটা হরফে লেখা নম্বরে **যোগাযোগ করুন**।

ক্যান্সারের সাথেএবংতার পরেওবেঁচেথাকা

ক্যান্সারের পরিচর্যা পর্যালোচনা

রোগ নির্ণয়ের পর **প্রথম** 12 **মাসে** একজন GP অথবা একজন প্র্যাকটিস নার্স দ্বারা **পরিচালিত**।

ক্যান্সার কোয়ালিটি অফ লাইফ সমীক্ষা

প্রাথমিক রোগ নির্ণয়ের **18 মাস পরে**, NHS ইংল্যান্ড থেকে ইলেকট্রনিকভাবে অথবা চিঠির মাধ্যমে পাঠানো হয়।

সমীক্ষা শেষে আপনি রোগীর চাহিদার একটি সারাংশ পাবেন যা আপনি আপনার GP সার্জারি দলের সাথে ভাগ করে নিতে পারেন।

স্বাস্থ্য ও সুস্থতার তথ্য এবং সহায়তা

এটি মৌখিক বা লিখিত তথ্য এবং সাইনপোস্টিং, অথবা সুস্থতা শিক্ষা ওয়েবিনার বা সহায়তা গ্রুপের জন্য আমন্ত্রণ।

এটি আপনার ক্যান্সার দল, GP সার্জারি বা ক্যান্সার তথ্য কেন্দ্র দ্বারা আপনার ক্যান্সারের সময়কালে সরবরাহ করা হয়।

আপনি আপনার স্থানীয় এলাকায় **www.cancercaremap.org** ওয়েবসাইটে গিয়ে আপনি বিস্তৃত পরিসরের সহায়তা পরিষেবা পেতে পারেন।

(টাইমলাইন চার্ট তৈরি করেছেন: সাউথ ইস্ট লন্ডন ক্যান্সার অ্যালায়েন্স)

ফলো-আপের ব্যবস্থা

আপনার চিকিৎসার পর আপনাকে ফলো-আপের জন্য বিভিন্ন বিকল্প দেওয়া হতে পারে। এর মধ্যে রোগীর প্রবর্তিত ফলো-আপ নামে পরিচিত একটি বিকল্প অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে

আপনার চিকিৎসা শেষ হওয়ার পরে আপনাকে বহির্বিভাগে যে অ্যাপয়েন্টমেন্টে যেতে হবে তার সংখ্যা কমাতে PIFU ডিজাইন করা হয়েছে।

যদি এই ধরণের ফলো-আপ আপনার জন্য উপযুক্ত হয়, তাহলে আপনার ক্লিনিক্যাল দল আপনাকে জানাবে এবং আপনাকে নিম্নলিখিতগুলি দেওয়া হতে পারে:

- ফলাফলে দ্রুত এবং সহজ অ্যাক্সেসের সাথে, নিয়মিত তত্ত্বাবধান স্ক্যান এবং/অথবা পরীক্ষা। এই স্ক্যান এবং পরীক্ষাগুলিতে অংশগ্রহণ করা গুরুত্বপূর্ণ।
- আপনার ক্যান্সার দলের সাথে দ্রুত যোগাযোগ করুন, যার মধ্যে টেলিফোন পরামর্শ এবং সহায়তা অন্তর্ভুক্ত, যদি আপনি কোনও লক্ষণ, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, বা চিকিৎসা সম্পর্কে উদ্বিগ্ন থাকেন।
- আপনার ক্যান্সার ফিরে এসেছে তা নির্দেশ করতে পারে এমন লক্ষণ এবং উপসর্গ সম্পর্কে তথ্য।
- আপনার স্বাস্থ্য ও সুস্থতা স্ব-পরিচালনা এবং উন্নত করার জন্য ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা এবং সহায়তা।

বিকল্পভাবে, আপনার নিজের চাহিদার উপর নির্ভর করে, আপনাকে একজন ডাক্তার বা ক্লিনিক্যাল নার্স বিশেষজ্ঞ (clinical nurse specialist CNS) অথবা বহুবিষয়ক দলের কারো সাথে ফলো-আপ অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য আমন্ত্রণ জানানো হতে পারে।

স্থানীয় হাসপাতালে ক্যান্সার সম্পর্কিত তথ্য এবং সহায়তা

ম্যাকমিলান ক্যান্সার তথ্য কেন্দ্রগুলি
ক্যান্সারে আক্রান্ত রোগী, পরিবার এবং বন্ধুদের জন্য একটি স্বাচ্ছন্দ্যময় এবং অনানুষ্ঠানিক গোপনীয় এবং বিনামূল্যে ড্রপ-ইন পরিষেবা প্রদান করে। দলগুলি ব্যক্তির জন্য উপযুক্ত মানসিক সহায়তা, আর্থিক এবং ব্যবহারিক পরামর্শ প্রদান করে।

ইউনিভার্সিটি কলেজ লন্ডন হসপিটালস NHS ট্রাস্ট
লিভিং রুম, নিচতলায় অবস্থিত, ইউনিভার্সিটি কলেজ হসপিটাল ম্যাকমিলান ক্যান্সার সেন্টার

ঠিকানা:
Huntley Street, London, WC1E 6AG

টেলিফোন: 020 3456 7890

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 9টা থেকে বিকেল 5টা
(শেষ ড্রপ-ইন সেশন 4.45 মিনিটে)

ইমেল:
uclh.supportandinformation@nhs.net

নর্থ মিডলসেক্স ইউনিভার্সিটিহসপিটাল
প্রধান অট্রিয়াম, লেভেল 0, প্রধান রিসেপশন এবং বহির্বিভাগের রোগীদের মধ্যে।

ঠিকানা:
Sterling Way, London, N18 1QX

টেলিফোন: 0208 887 3992

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার,
10am to 4pm (closed 12.30-13.30, and bank holidays)

ইমেল: northmid.cancerinfo@nhs.net

রয়্যাল ফ্রি লন্ডন NHS ফাউন্ডেশন ট্রাস্ট

বার্নেট হসপিটাল
1ম তলায় প্রধান প্রবেশপথের ভেতরে অবস্থিত।

ঠিকানা:
Wellhouse Lane, Barnet, EN5 3DJ

টেলিফোন: 020 8216 4142

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার,
সকাল 9টা থেকে বিকেল 4টে
(শেষ ড্রপ-ইন সেশন 4.45 মিনিটে)

ইমেল: rf-tr.BCFCancerInfo@nhs.net

...স্থানীয় হাসপাতালে ক্যান্সার সম্পর্কিত তথ্য এবং সহায়তা

চেজ ফার্ম হসপিটাল
মূল ভবনের দুটি প্রবেশপথের মাঝখানে, নিচতলায় অবস্থিত।

ঠিকানা:
The Ridegeway, Enfield, EN2 8JL

tel: 020 8375 2247

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার,
সকাল 10টা থেকে বিকেল 4টে
(ব্যাঙ্ক ছুটির দিন ব্যতীত)

ইমেল:rf-tr.BCFCancerInfo@nhs.net

রয়্যাল ফ্রি হসপিটাল
নিচতলায় অনকোলজি বহির্বিভাগে অবস্থিত।

ঠিকানা:
Pond Street, London, NW3 2QG

টেলিফোন: 020 7794 0500 ext. 31337

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার,
সকাল 10টা থেকে বিকেল 4টে পর্যন্ত

ইমেল:rf.cancerinfo@nhs.net

রয়্যাল ফ্রি হসপিটাল-এ একটি ম্যাগি'স সেন্টারও রয়েছে**যা NCL রোগীদের পরিবার এবং বন্ধুদের** ক্যান্সারের কারণে হওয়া মানসিক ও ব্যবহারিক চ্যালেঞ্জগুলির ক্ষেত্রে সহায়তা করে।

ঠিকানা: রয়্যাল ফ্রি হসপিটাল,
Pond Street, London, NW3 2QG

টেলিফোন: 020 3981 4840

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার,
সকাল 9টা থেকে বিকেল 5টা পর্যন্ত

ইমেল:royalfree@maggies.org

হুইটিংটন হেলথ NHS ট্রাস্ট
হাসপাতালের নিচতলায়, মূল প্রবেশপথের ঠিক ভেতরে অবস্থিত।

ঠিকানা: Magdala Ave,
London, N19 5NF

টেলিফোন: 020 7288 5305
বা 07881 834 433

সময়: সোমবার থেকে শুক্রবার,
সকাল 10টা থেকে বিকেল 4টে
(ব্যাঙ্ক ছুটির দিন ব্যতীত)

ইমেল:
whh-tr.cancerinfowhitthealth@nhs.net

সহায়তা এবং তথ্য

আপনার ক্যান্সার সমকালের সহায়তা গাইড
ক্যান্সারের জন্য পরীক্ষার জন্য রেফার করা হলে, অথবা আপনার ইতিমধ্যেই ক্যান্সার ধরা পড়েছে কিনা তা জানার ক্ষেত্রে আপনার অনলাইন বা মুদ্রিত নির্দেশিকা।

cancersupportguide.nclcanceralliance.nhs.uk

ক্যান্সার ওয়েলবিয়িং লন্ডন
আপনার এলাকায় NHS দ্বারা পরিচালিত ক্যান্সার স্বাস্থ্য এবং সুস্থতার তথ্য, অ্যাক্টিভিটি এবং সেমিনার। সাধারণ উদ্বেগের বিষয়ে পরামর্শ প্রদানকারী ছোট ভিডিও রয়েছে এবং প্রধান ক্যান্সার দাতব্য সংস্থাগুলির লিঙ্ক রয়েছে।

www.cancerwellbeinglondon.nhs.uk

ক্যান্সার কেয়ার ম্যাপ
এটি একটি অনলাইন ডিরেক্টরি যা ব্যক্তিদের তাদের স্থানীয় এলাকায় ক্যান্সারের পরিচর্যা এবং সহায়তা পরিষেবা খুঁজে পেতে সাহায্য করে।

www.cancercaremap.org

NHS 111
এই পরিষেবাটি অভিজ্ঞ নার্স এবং প্যারামেডিকদের দ্বারা সমর্থিত সম্পূর্ণ প্রশিক্ষিত উপদেষ্টাদের কাছ থেকে চিকিৎসা সহায়তা এবং পরামর্শ প্রদান করে। 24 ঘন্টা ফোনে উপলব্ধ।

টেলিফোন: 111
www.111.nhs.uk

একটি নতুন ব্যায়াম প্রোগ্রামে অংশ নেওয়া একটি চ্যালেঞ্জ হতে পারে।
NHS লিভ ওয়েল
www.nhs.uk/live-well

ক্যান্সার52
বিরল এবং কম সাধারণ ক্যান্সারের জন্য প্রাসঙ্গিক সংস্থান এবং সংস্থাগুলিতে তথ্য, পরামর্শ এবং সাইনপোস্টিং।

টেলিফোন: 020 3355 1989
www.cancer52.org.uk

নর্থ সেন্ট্রাল লন্ডন ক্যান্সার অ্যালায়েন্স
উত্তর মধ্য লন্ডন জুড়ে ক্যান্সার পরিষেবাগুলি কিভাবে উন্নত এবং সংযুক্ত করা হচ্ছে তার বিশদ বিবরণ, তথ্য এবং সহায়তার লিঙ্ক এবং রোগী হিসেবে আপনি কিভাবে জড়িত হতে পারেন।

www.nclcanceralliance.nhs.uk/

বিষয়বস্তুতে ফিরে যান

আমি কিভাবে আমার অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে পারি?

আপনার ক্লিনিক্যাল দল

যদি আপনি ব্যক্তিগতকৃত পরিচর্যা সম্পর্কে আরও তথ্য চান অথবা এই রিসোর্সে বর্ণিত কিছু না পেয়ে থাকেন, তাহলে আপনার ক্লিনিক্যাল নার্স বিশেষজ্ঞের সাথে কথা বলুন। যদি আপনি এটি করতে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ না করেন, তাহলে আপনার হাসপাতালের ক্যান্সার তথ্য কেন্দ্রে কল করুন যারা আপনাকে প্রয়োজনীয় সহায়তা পেতে সাহায্য করবে।

রোগী এবং পার্টনার ইনভলভমেন্ট

আপনি যদি উত্তর মধ্য লন্ডন জুড়ে ক্যান্সার পরিষেবাগুলি বিকাশ এবং উন্নত করতে আমাদের সাহায্য করতে চান, তাহলে আমরা আপনার কাছ থেকে শুনতে আগ্রহী! অনুগ্রহ করে যোগাযোগ করুন।

টেলিফোন: 07929 069134
ইমেল: uclh.nclcanceralliance@nhs.net

জাতীয় ক্যান্সার রোগীর অভিজ্ঞতা সমীক্ষা

এটি আপনার ক্যান্সার চিকিৎসা জুড়ে আপনার অভিজ্ঞতা সম্পর্কে প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করে। ফলাফলগুলি ক্যান্সার পরিষেবার উন্নতির জন্য ব্যবহার করা হয়। এটি প্রতি বছর ক্যান্সারে আক্রান্ত কিছু ব্যক্তিদের কাছে পাঠানো হয়। যদি আপনি একটি পেয়ে থাকেন, তাহলে আপনার অভিজ্ঞতা সম্পর্কে সৎ প্রতিক্রিয়া জানাতে এটি পূরণ করার কথা বিবেচনা করুন।

এই বুকলেটটির কিছু তথ্যের জন্য গাই'স অ্যান্ড সেন্ট থমাস' NHS ফাউন্ডেশন ট্রাস্ট এবং নর্থ ইস্ট লন্ডন ক্যান্সার অ্যালায়েন্সকে ধন্যবাদ।