Information and support

PARKINSON'S UK
CHANGE ATTITUDES.
FIND A CURE.
JOIN US.

પાર્કિન્સન્સનો શીઘ્ર પરિચય

A quick introduction to Parkinson's – Gujarati

કોઈ વ્યક્તિએ પાર્કિન્સનનો સામનો એકલા કરવાનો હોતો નથી

જો તમને હમણાં જ પાર્કિન્સન્સનું નિદાન થયું હોય અથવા જેના માટે નિદાન થયું હોય એવી કોઈ વ્યક્તિને તમે ઓળખતા હો તો તમને ઘણા બધા પ્રશ્નો થતા હશે અને કદાચ થોડી ચિંતાઓ થતી હશે. પાર્કિન્સન્સ UK અહીં તમારી મદદે આવી શકે છે.

અમે UKમાં પાર્કિન્સન્સ માટે સહાયતા અને સંશોધન સાથે સંબંધિત ચૅરિટી સંસ્થા છીએ. અમે પાર્કિન્સન્સથી અસરગ્રસ્ત દરેક વ્યક્તિ માટે ઉપચાર શોધવા અને તેમના જીવનને સુધારવા માટે પ્રતિબદ્ધ છીએ. અમે અમારી વેબસાઇટ, અમારા 365 સ્થાનિક સમૂહો અને નિષ્ણાત સ્ટાફ તથા નર્સો દ્વારા ચલાવવામાં આવતી અમારી મફત ગોપનીય હૅલ્પલાઇન દ્વારા અમે વિવિધ પ્રકારની માહિતી અને સહાયતા પૂરી પાડીએ છીએ.

પાર્કિન્સન્સ ધરાવતી દરેક વ્યક્તિ અલગ હોય છે

કોઈ વ્યક્તિને પાર્કિન્સન્સનાં લક્ષણો હોય અને તે કેટલી ઝડપથી વિકસે છે તે વ્યક્તિએ વ્યક્તિએ અલગ અલગ હોય છે. હાલમાં કોઈ ઉપચાર ન હોવા છતાં, ઘણાં લક્ષણોને કાબૂમાં લેવા માટે વિવિધ દવાઓ અને સારવારો ઉપલબ્ધ છે.

લોકોને શા માટે પાર્કિન્સન્સ થાય છે તે આપણે હજી સુધી જાણતા નથી. જોકે, આપણે એટલું તો જાણીએ જ છીએ કે તે ચેપી નથી અને તે સામાન્ય રીતે વારસાગત રોગ હોતો નથી. મોટાભાગના લોકો માટે પાર્કિન્સન્સને કારણે આવરદામાં કોઈ ફરક પડતો નથી.

પાર્કિન્સન્સ તમામ ઉંમરના લોકોને અસર કરે છે

UKમાં પાર્કિન્સન્સ ધરાવતા લોકોની સંખ્યા આશરે 145,000 હોવાનો અમારો અંદાજ છે. એટલે કે દર 350 એ આશરે એક પુખ્ત વ્યક્તિ.

આ રોગ ધરાવતા મોટાભાગના લોકોની ઉંમર 50 વર્ષ કે તેથી વધુ હોય છે, પરંતુ નાની ઉંમરના લોકોને પણ તે થઈ શકે છે.

કામો કરવામાં મને વધારે લાંબો સમય લાગી શકે છે

લોકોને પાર્કિન્સન્સ થાય છે, કારણ કે મગજમાં ડોપામાઇન કહેવાતું રસાયણ પેદા કરતાં કેટલાક ચેતાકોષો મૃત્યુ પામ્યા હોય છે. ડોપામાઇનના અભાવનો અર્થ એ છે કે લોકોને પોતાના હલનચલનને નિયંત્રિત કરવામાં ઘણી તકલીફ પડે છે. ક્યારેક ચાલવા દરમિયાન લોકો અચાનક 'સ્થિર' થઈ જાય છે.

પાર્કિન્સન્સને કારણે કેટલાક લોકોનાં હાથ અને શરીરમાં ધ્રુજારી આવી શકે છે. આનાથી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ, જેમ કે ખાવું, કપડાં પહેરવાં અથવા ફોનનો ઉપયોગ કરવો મુશ્કેલ અને તણાવદાયક બની શકે છે.

પાર્કિન્સન્સ માત્ર હલનચલનને જ અસર કરતો રોગ નથી

હલનચલનની તકલીફ સાથે, પાર્કિન્સન્સ ધરાવતા લોકો થાક, દુખાવો, ડિપ્રેશન, ચિંતા, યાદશક્તિની સમસ્યાઓ અને કબજિયાત જેવાં અન્ય લક્ષણો અનુભવી શકે છે.

આ બધાંને ઘણી વખત ચાલક ચેતા સાથે સંબંધિત નહિ એવાં લક્ષણો કહેવામાં આવે છે અને લોકોનાં રોજિંદા જીવન પર તેની મોટી અસર પડી શકે છે.

મારી દવા મને ચાલતો/ચાલતી રાખવામાં મદદ કરે છે

લક્ષણોને કાબૂમાં લેવામાં મદદ કરવા માટે ઘણી દવાઓ ઉપલબ્ધ છે. તમારા નિષ્ણાત અથવા પાર્કિન્સન્સ નર્સ તમારા માટે શ્રેષ્ઠ દવાઓ શોધવામાં તમને મદદ કરશે. એક વ્યક્તિને જે દવાને કારણે સહાયતા મળી શકે એ જ દવા અન્ય લોકો માટે કામ ન કરે એવું બની શકે છે. કેટલાક લોકોને વધારે પ્રમાણમાં ડોઝ અથવા વિવિધ દવાઓના સંયોજનની જરૂર પડી શકે છે, જ્યારે અન્ય લોકોને નાના ડોઝની જરૂર પડી શકે છે, પરંતુ તે વારંવાર લેવા પડે તેમ બની શકે છે.

સમય વીતવાની સાથે લોકોએ પોતાની દવામાં ફેરફાર કરવાની જરૂર પડી શકે છે. ફિઝિયોથેરપી અને સ્પીચ થેરપી પણ મદદ કરી શકે છે. જેમનાં લક્ષણો દવા સામે કોઈ પ્રતિસાદ આપતાં બંધ થયાં હોય એવા લોકો માટે શસ્ત્રક્રિયા એક વિકલ્પ હોઈ શકે છે.

તે મને હરાવી નહિ શકે

પાર્કિન્સન્સ કઈ રીતે વ્યક્તિને અસર કરે છે તેમાં દિવસે દિવસે ફેરફાર થઈ શકે છે અને કલાકે કલાકે પણ ફેરફાર થઈ શકે છે. એક દિવસ નોંધપાત્ર જણાતાં લક્ષણો બીજા દિવસે કોઈ સમસ્યા ઊભી ન કરે તેમ બની શકે છે.

ક્યારેક પાર્કિન્સન્સને કાબૂમાં લેવો મુશ્કેલ બની શકે છે, પરંતુ આ રોગ ધરાવતા ઘણા લોકો સક્રિય, અર્થપૂર્ણ જીવન જીવવાનું ચાલુ રાખે છે.

હું વધુ માહિતી ક્યાંથી મેળવી શકું?

જેઓની માતૃભાષા અંગ્રેજી નથી એવા લોકોને અમે UKમાં 170થી વધુ ભાષાઓને આવરી લેતી ટેલિફોન ઇન્ટરપ્રિટિંગ સેવાનો ઉપયોગ કરીને સલાહ આપીએ છીએ.

તમે **0808 800 0303** પર હૅલ્પલાઇનને સીધો કૉલ કરી શકો છો અને એક દુભાષિયાની વ્યવસ્થા કરવા માટે વિનંતી કરી શકો છો.

તમારી સંમતિ સાથે સ્વાસ્થ્યસંભાળ વ્યાવસાયિકો પણ અમારો સંપર્ક કરી શકે છે અને તમને કૉલ કરવા માટે હૅલ્પલાઇન સલાહકાર અને દુભાષિયાની વ્યવસ્થા કરી શકે છે.

અમારી માહિતીની પ્રિન્ટેડ નકલો મંગાવવા માટે **parkinsons.org.uk/orderingresources** પર જાઓ અથવા **0300 123 3689** પર કૉલ કરો.

અમે પાર્કિન્સન્સ સાથે સંબંધિત ચૅરિટી સંસ્થા છીએ, જે બહેતર સંભાળ, સારવાર અને જીવનની ગુણવત્તા શક્ય બનાવે છે.

સાથે મળીને આપણે એવો દિવસ ઊગતા જોઈ શકીએ છીએ, જ્યારે કોઈ વ્યક્તિને પાર્કિન્સન્સનો ડર નહિ હોય.

Parkinson's UK
215 Vauxhall Bridge Road
London SW1V 1EJ

મફત ગોપનીય હૅલ્પલાઇન **0808 800 0303**
(સોમવારથી શુક્રવાર સવારે 9 વાગ્યાથી સાંજે 7 વાગ્યા સુધી, શનિવાર સવારે 10 વાગ્યાથી બપોરે 2 વાગ્યા સુધી). દુભાષિયાની સેવા ઉપલબ્ધ છે.
NGT રિલે **18001 0808 800 0303** (સ્માર્ટ ફોન, ટૅબ્લેટ્સ, પીસી અને અન્ય ઉપકરણો સાથે ઉપયોગ માટે). વધુ માહિતી માટે, **www.ngts.org.uk** જુઓ

hello@parkinsons.org.uk
parkinsons.org.uk

Order code: PKL001G

છેલ્લે જુલાઈ 2019માં અપડેટ કરાઈ. અમે દર પાંચ વર્ષે અમારી માહિતીની સમીક્ષા કરીએ છીએ. અમારી બધી માહિતીના સૌથી અત્યાધુનિક સંસ્કરણો માટે કૃપા કરીને અમારી વેબસાઇટ જુઓ.

© પાર્કિન્સન્સ UK, જુલાઈ 2019. પાર્કિન્સન્સ UK એ યુનાઇટેડ કિંગ્ડમની પાર્કિન્સન્સ ડિસીઝ સોસાયટીનું સંચાલક નામ છે. ઇંગ્લૅન્ડ અને વેલ્સ (258197) તથા સ્કૉટલૅન્ડ (SC037554)માં રજિસ્ટર થયેલી ચૅરિટી સંસ્થા.