

mnda

motor neurone disease
association



भोटर न्युरोन रोग (MND)
नो परिचय

વિષયવસ્તુ

1. આ માહિતી મારી કેવી રીતે મદદ કરશે?

2. MND શું છે?

MND શેને અસર કરે છે?

MND નું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?

શું MND ના વિવિધ પ્રકારો છે?

શું કેનેડીનો રોગ MND નું એક પ્રકાર છે?

MNDનું કારણ શું છે?

3. લક્ષણો શું છે?

4. કઈ મદદ ઉપલબ્ધ છે?

શું તેની કોઈ સારવાર છે?

5. મારે શેના વિશે વિચારવાની જરૂર છે?

6. હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું છું?

સંદર્ભ

સ્વીકૃતિઓ

કૃપા કરીને નોંધો કે આ સ્ત્રોત માહિતીનું ભાષાંતર કરેલું સંસ્કરણ છે. MND સંગઠન ખ્યાતનામ ભાષાંતર સેવાઓનો ઉપયોગ કરે છે, પરંતુ ભાષાંતરમાં કોઈ ભૂલોની જવાબદારી લઈ શકતું નથી.

જ્યારે સારવાર અને કાળજી વિશે નિર્ણયો લઈ રહ્યા હોવ, ત્યારે હંમેશા તમારી સ્વાસ્થ્ય અને સામાજિક કાળજી ટીમની સલાહ લો. તેઓ અપોઇન્ટમેન્ટમાં મદદ કરવા માટે અનુવાદકની વ્યવસ્થા કરી શકશે.

વધુ માહિતીનું ભાષાંતર શક્ય હોઈ શકે છે, પરંતુ આ એક મર્યાદિત સેવા છે. વિગતો માટે અમારી હેલ્પલાઇન MND કનેક્ટનો સંપર્ક કરો:

ટેલિફોન: **0808 802 6262**

ઈમેલ: mndconnect@mndassociation.org

1. આ માહિતી મારી કેવી રીતે મદદ કરશે?

જો તમારું હમણાં જ નિદાન થયું છે અથવા તમારી નજીકની કોઈ વ્યક્તિને MND છે, તો આ પુસ્તિકા રોગનો સરળ પરિચય આપે છે.

તે સંક્ષિપ્તમાં સમજાવે છે:

- આ રોગ વિશે અને તે કોને અસર કરે છે
- MNDનું નિદાન કેવી રીતે થાય છે અને સંભવિત લક્ષણો
- વિવિધ પ્રકારના MND
- કારણો વિશે શું જાણીતું છે
- તમને મળી શકે તેવા આધાર અને સારવારનો પ્રકાર
- રોગને મેનેજ કરવામાં મદદ કરવા માટેની ટીપ્સ
- વધુ માહિતી અને સમર્થન કેવી રીતે મેળવવું.

MND નું નિદાનથી તમને ઘણી તીવ્ર લાગણીઓનું અનુભવ થઈ શકે છે. તમને, તમારા પરિવાર અને તમારી નજીકના દરેકને એડજસ્ટ થવા માટે સમયની જરૂર પડી શકે છે.

જો તે શરૂઆતમાં મુશ્કેલ લાગતું હોય તો પણ, નિદાન વિશે ખુલ્લી વાતચીતથી હવે અને ભવિષ્યમાં દરેક વ્યક્તિ માટે ચિંતાઓ શેયર કરવું સરળ બની શકે છે.

જ્યારે તમે રોગ વિશે વધુ વાંચવા માટે તૈયાર હોવ, ત્યારે અમારી પાસે તમને મદદ કરવા માટે પ્રકાશનોની વિશાળ શ્રેણી છે, જેમાં અમારી મુખ્ય માર્ગદર્શિકા, *લિવિંગ વિથ મોટર ન્યૂરોન ડિઝીઝ* શામેલ છે.

અમારા અન્ય પ્રકાશનો વિશેની વિગતો માટે અને અમારી હેલ્પલાઇન, MND કનેક્ટનો સંપર્ક કેવી રીતે કરવો તે માટે પુસ્તિકાના અંતે *હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું* જુઓ.

બધા ઉતારા MND સાથે રહેતા અથવા પ્રભાવિત લોકોના છે.

“પરિવર્તન સાથે અનુકૂળ બનવાની ક્ષમતા MND સાથે રહેવાના અનુભવમાં બહુ તફાવત લાવી શકે છે.”

2. MND શું છે?

તમારા મગજ અને કરોડરજ્જુમાં ચેતાઓ છે જે તમારા સ્નાયુઓ કેવી રીતે કાર્ય કરે છે તે નિયંત્રિત કરે છે. આને મોટર ન્યુરોન્સ કહેવામાં આવે છે. MND એક રોગ છે જે મોટર ન્યુરોન્સને અસર કરે છે.

MND સાથે, મોટર ન્યુરોન્સ ધીમે-ધીમે તમારા સ્નાયુઓને કેવી રીતે ખસેડવું તે જણાવવાનું બંધ કરે છે. જ્યારે સ્નાયુઓ લાંબા સમય સુધી હલનચલન કરતા નથી, ત્યારે તેઓ નબળા પડી જાય છે, જે જડતા અને સ્નાયુના નુકશાન (બગાડ) તરફ દોરી શકે છે.

MND એ જીવન ટૂંકાવી દે તેવી બીમારી જે તમે કેવી રીતે ચાલો છો, વાત કરો છો, ખાઓ છો, પીવો છો, શ્વાસ લો છો, વિચારો છો અને વર્તન કરો છો, તેના પર અસર કરી શકે છે. આ સામાન્ય રીતે દરેક વ્યક્તિ માટે અલગ હોય છે. તમને કદાચ બધા લક્ષણો ન થાય અને તેમના થવાનો કોઈ સેટ ક્રમ નથી.

આ બીમારીની પ્રગતિ થશે, જેનો અર્થ છે કે સમય જતાં તમારા લક્ષણો વધુ ખરાબ થશે. કેટલાક લોકો માટે આ ઝડપી હોઈ શકે છે, અન્ય લોકો માટે તે ગતિ ધીમી હોય છે.

MND માટે હાલમાં કોઈ ઈલાજ નથી, પરંતુ તમારા ડોક્ટરો અને અન્ય આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ વ્યાવસાયિકો તમને લક્ષણોનું સંચાલન કરવામાં અને શક્ય હોય ત્યાં સુધી સ્વતંત્ર રહેવામાં મદદ કરી શકે છે.

”આ વાત પર ભાર મૂકવો મહત્વપૂર્ણ છે કે લોકો તરત જ વસ્તુઓની ચર્ચા કરવા માંગતા ન હોવા છતાં, તેઓ હંમેશા પછીના તબક્કે મદદ મેળવી શકે છે.”

MND શેને અસર કરે છે?

MND એ સામાન્ય રોગ નથી. તે પુખ્ત વયના લોકો અને કેટલીકવાર નાના વયસ્કોને અસર કરે છે. નિદાન વખતે તમારી ઉંમર 40 વર્ષથી વધુ હોવાની શક્યતા છે અને MND ધરાવતા મોટાભાગના લોકો 50 થી 70 વર્ષની વયેના હોય છે.

MND નું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?

જો તમારા ડૉક્ટરને લાગે કે તમને ન્યુરોલોજીકલ સમસ્યા છે (મગજ અને નર્વસ સિસ્ટમ સાથે), તો તમને ન્યુરોલોજીસ્ટ પાસે મોકલવામાં આવશે.

તેઓ સામાન્ય રીતે હોસ્પિટલના ન્યુરોલોજી વિભાગમાં અથવા MND કેયર સેન્ટર અથવા નેટવર્ક સાથે કામ કરે છે.

લોહીના નમૂના અથવા સંખ્યાબંધ ચેતા પરીક્ષણોનો ઉપયોગ તેની ખાતરી કરવા માટે કરી શકાય છે કે તમારા લક્ષણો કોઈ અન્ય કારણે નથી. તમે સામાન્ય રીતે આઉટપેશન્ટ તરીકે હાજરી આપો છો. કેટલાક કિસ્સાઓમાં તમારે હોસ્પિટલમાં થોડો સમય રોકવવાની જરૂર પડી શકે છે અથવા અમુક સમય પછી વધુ પરીક્ષણો કરાવવાની જરૂર પડી શકે છે.

તમારા પરીક્ષણ પરિણામોને પછી, તમને MND નું નિદાન મળી શકે છે, પરંતુ ડૉક્ટરોને તમારા લક્ષણોના સંભવિત કારણ વિશે ખાતરી થવામાં સમય લાગી શકે છે.

“લગભગ એક વર્ષનાં પરીક્ષણો, મારા જીપી અને હોસ્પિટલની મુલાકાતો પછી, MNDની આખરે પુષ્ટિ થઈ.”

MND નું નિદાન આ કારણોના લીધે કરવું મુશ્કેલ છે:

- તે સામાન્ય નથી અને પ્રારંભિક લક્ષણો, જેમ કે બેઠંગાપણું, નબળાઈ અથવા સહેજ અસ્પષ્ટ વાણી, અન્ય કારણોના લીધે હોઈ શકે છે
- તમે તમારા જીપીને મળવા જાઓ તે પહેલા થોડો સમય લાગી શકે છે
- બધા લક્ષણો દરેકને અથવા એક જ ક્રમમાં થતા નથી
- પરીક્ષણ ફક્ત સાબિત કરી શકે છે કે તમને અન્ય રોગ નથી, કારણ કે MND માટે કોઈ પ્રત્યક્ષ પરીક્ષણ નથી.

શું MND ના વિવિધ પ્રકારો છે?

MND ના ચાર મુખ્ય પ્રકાર છે, જે દરેક લોકોને અલગ-અલગ રીતે અસર કરે છે. જોકે, ખાતરી કરવી મુશ્કેલ છે, કારણ કે કેટલાક લક્ષણો સમાન હોય છે.

એમિઓટ્રોફિક લેટરલ સ્ક્લેરોસિસ (ALS): આ સૌથી સામાન્ય સ્વરૂપ છે, જેમાં તમારા અંગોમાં નબળાઈ અને બગાડ, સ્નાયુઓની જડતા અને ખેંચાણ થાય છે. તમે શરૂઆતમાં પડી શકો છો અથવા વસ્તુઓ હાથમાંથી પડી શકે છે.

પ્રોગ્રેસિવ બલ્બર પાલ્સી (PBP): ALS કરતા ઓછા લોકોને અસર કરે છે અને શરૂઆતના તબક્કામાં તમારા ચહેરા, ગળા અને જીભના સ્નાયુઓમાં દેખાય છે. તમારી વાણીમાં અસ્પષ્ટતા અથવા ગળવામાં મુશ્કેલી થઈ શકે છે.

પ્રોગ્રેસિવ મસ્ક્યુલર એટ્રોફી (PMA): ALS કરતા ઓછા લોકોને અસર કરે છે અને સામાન્ય રીતે વધુ ખરાબ થવામાં વાર લાગી શકે છે. તમે તમારા હાથની નબળાઈ, ઘટતી પ્રતિક્રિયા અથવા અણઘડતા જોશો.

પ્રાઈમરી લેટરલ સ્કલેરોસિસ (PLS): ALS કરતા ઓછા લોકોને અસર કરે છે અને સામાન્ય રીતે વધુ ખરાબ થવામાં વાર લાગી શકે છે. આનાથી નીચેના અંગોમાં નબળાઈ આવે છે, જોકે તમે હાથમાં અણઘડતા અથવા વાણીની સમસ્યા પણ અનુભવી શકો છો.

શું કેનેડીનો રોગ MND નું એક પ્રકાર છે?

કેનેડી રોગ MND થી અલગ છે, પરંતુ બે રોગોમાં મૂંઝવણમાં થઈ શકે છે. સમાન લક્ષણો અને સ્નાયુઓની નબળાઈ સાથે તેઓ બંને મોટર ન્યુરોન્સને અસર કરે છે. જો તમે કોઈપણ રોગથી પ્રભાવિત હોવ, તો MND એસોસિએશન સહાય પૂરી પાડે છે.

કેનેડીનો રોગ ધીમે-ધીમે વધતો થતો જાય છે અને મોટાભાગના લોકો સામાન્ય જીવન જીવે છે. તે સામાન્ય રીતે પુરુષોમાં જોવા મળે છે અને આનુવંશિક પરિવર્તનને કારણે થાય છે જે જનીન પરીક્ષણ દ્વારા શોધી શકાય છે. સ્ત્રીઓ માત્ર આનુવંશિક પરિવર્તનને વહન કરે છે, પરંતુ ભાગ્યે જ કિસ્સાઓમાં હળવા લક્ષણો વિકસી શકે છે.

અમે માહિતી પત્રક 2B - કેનેડીઝ ડિઝીઝ પ્રદાન કરીએ છીએ. આ પુસ્તિકાના અંતે હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું? જુઓ.

MNDનાં કારણ શું છે?

MNDનું કારણ શું છે તે વિશે હજુ પણ સ્પષ્ટ થવું શક્ય નથી, કારણ કે દરેક વ્યક્તિ વિવિધ ટ્રિગર્સથી પ્રભાવિત થઈ શકે છે. MND સામાન્ય રીતે રોગના કોઈ દેખીતા પારિવારિક ઇતિહાસ સાથે થાય છે. આ કિસ્સાઓમાં, આનુવંશિક અને પર્યાવરણીય ટ્રિગર્સનું મિશ્રણ શામેલ હોવાનું માનવામાં આવે છે, જોકે જીન નાની ભૂમિકા ભજવી શકે છે. પર્યાવરણીય ટ્રિગર્સ એવી વસ્તુઓ હોઈ શકે છે જે તમે ખાઓ છો, પીઓ છો, સ્પર્શ કરો છો અથવા શ્વાસ લો

છો અથવા આનું મિશ્રણ હોઈ શકે છે. દરેક વ્યક્તિ માટે ટ્રિગર્સ અલગ-અલગ હોઈ શકે છે, તેથી રોગ કેવી રીતે શરૂ થયો તે શોધવાનો કોઈ સરળ રસ્તો નથી.

અમુક ઓછા કેસોમાં, MND પારિવારિક ઇતિહાસ ધરાવે છે. આનો અર્થ એ છે કે આનુવંશિક કોડમાં ભૂલ છે જે વારસામાં મળેલી છે, જો કે અન્ય ટ્રિગર્સ હજુ પણ રોગની શરૂઆત માટે જરૂરી હોઈ શકે છે.

આ પુસ્તિકાના અંતે હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું? જુઓ.

રોગ અને તેના કારણો અંગે સંશોધન ચાલી રહ્યું છે, જેમાં MND એસોસિએશન દ્વારા ભંડોળ પૂરું પાડવામાં આવેલ પ્રોજેક્ટનો સમાવેશ થાય છે. પરિણામે, મોટર ન્યુરોન્સ કેવી રીતે કાર્ય કરે છે તેની અમારી સમજણ સતત આગળ વધી રહી છે.

“હું આશાવાદી છું કે એક દિવસ ઇલાજ શોધવામાં આવશે. 21મી સદી માટે આ એક પડકાર છે અને મને લાગે છે કે વિજ્ઞાન આનો રસ્તો શોધી કાઢશે.”

3. લક્ષણો શું છે?

“મને લાગે છે કે મારા માટે શું થશે તેની સામાન્ય જાણ રાખવી મહત્વપૂર્ણ છે.”

MND નીચેનાનું કારણ બની શકે છે:

- નબળાઈ અને તમારા અંગોમાં ચળવળમાં વધારો
- તમારી ત્વચાની નીચે ધુજારી અને કંપન કરતી સંવેદનાઓ (ફેશીક્યુલેશન તરીકે ઓળખાય છે)
- સ્નાયુઓની જડતા અને ખેંચાણ (જે તમારી પીડાનું કારણ બની શકે છે)
- શ્વાસ અને ભારે થાક સાથે સમસ્યાઓ
- તમારી વાણી, ગળી જવા અને લાળ સાથે મુશ્કેલીઓ.

તમારા હાથ, પગ અથવા મોંના સ્નાયુઓને સામાન્ય રીતે પ્રથમ અસર થાય છે, પરંતુ જરૂરી નથી કે તે બધા એક જ સમયે થાય.

કેટલાક લોકોના વિચાર, તર્ક અને વર્તનમાં ફેરફાર થઈ શકે છે, જેને જ્ઞાનાત્મક પરિવર્તન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, પરંતુ આ સામાન્ય રીતે હળવા હોય છે. કેટલાકને ફ્રન્ટોટેમ્પોરલ ડિમેન્શિયા (FTD) નામના વધુ ગંભીર સ્વરૂપનો અનુભવ થાય છે અને વધુ સંભાળ સહાયની જરૂર પડી શકે છે.

MND સાથે, તમને અણધારી ભાવનાત્મક પ્રતિક્રિયાઓ અનુભવી શકો છો, જ્યાં તમે જ્યારે ખુશ હો ત્યારે રડું આવે અથવા જ્યારે ઉદાસ હો ત્યારે હસું આવે. આને ભાવનાત્મક અસ્થિર સંવેગનશીલતા કહેવામાં આવે છે અને વેદનાકારી લાગી શકે છે, પરંતુ તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ સહાય પૂરી પાડી શકે છે. આ રોગવાળા દરેક વ્યક્તિને થતું નથી.

MND સામાન્ય રીતે આના પર અસર કરતું નથી:

- ઇન્દ્રિયો - દૃષ્ટિ, શ્રવણ, ગંધ, સ્પર્શ અને સ્વાદ
- મૂત્રાશય અને આંતરડા, જોકે મોબિલિટી સમસ્યાઓ શૌચાલયમાં જવાનું વધુ મુશ્કેલ બનાવી શકે છે અને કેટલાક લોકોને પેશાબ કરવાની તાકીદની સંવેદના થાય છે
- આંતરડા, જોકે ગતિશીલતાનો અભાવ અને શ્વાસની તકલીફ તેને દબાણ સાથે બહાર કાઢવાનું મુશ્કેલ બનાવી શકે છે

- લૈંગિક કાર્ય, પરંતુ થાકેલા હોવાને કારણે, ફરવા માટે સક્ષમ ન હોવાને કારણે અને રોગ સાથે ઝૂઝવાના કારણે ભાવનાત્મક અસરોના લીધે જાતીયતા દર્શાવવી મુશ્કેલ હોઈ શકે છે.

હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું છું? જુઓ અમારા અન્ય પ્રકાશનો વિશે વિગતો માટે આ પુસ્તિકાના અંતે જે લક્ષણોને વિસ્તારમાં કવર કર્યા છે.

“ભવિષ્યની જરૂરિયાતોનું મૂલ્યાંકન કરવું ખૂબ જ મુશ્કેલ છે કારણ કે આપણે બધા MND સાથે અલગ રીતે પ્રગતિ કરીએ છીએ અને તે કહેવું અશક્ય છે કે પરિસ્થિતિઓમાં ફેરફાર થવામાં કેટલો સમય લાગશે.”

4. કઈ મદદ ઉપલબ્ધ છે?

જ્યારે જરૂર પડે, ત્યારે તમને મદદ કરવા માટે ટેકો આપી શકાય છે:

- બને ત્યાં સુધી સ્વતંત્ર રહેવામાં
- તમારા લક્ષણોનું સંચાલન કરવામાં
- વધુ આરામદાયક લાગવામાં અને તમને ગતિશીલતામાં મદદ કરવામાં
- MND ની ભાવનાત્મક અસરનો સામનો કરવામાં
- નાણાકીય સહાય માટે દાવો કરવામાં
- દૈનિક પ્રવૃત્તિઓ અને વ્યક્તિગત સંભાળ માટે મદદ મેળવવામાં
- ભવિષ્યની સંભાળ માટે આગળની યોજના બનાવવામાં.

આ સમર્થન ત્રણ મુખ્ય સ્ત્રોતોમાંથી આવે તેવી શક્યતા છે:

આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ વ્યાવસાયિકો: બધા આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ વ્યાવસાયિકો MND વિશે વિસ્તારથી જાણતા નથી. જો કે, MND સંભાળ કેન્દ્રો અને નેટવર્ક્સ (જેને અમે ભંડોળ પૂરું પાડવામાં મદદ કરીએ છીએ) અને સ્થાનિક ન્યુરોલોજીકલ કેન્દ્રો MND ધરાવતા લોકોને સહાયતા કરવાનો અનુભવ ધરાવતા વ્યાવસાયિકો પાસેથી વિશાળ શ્રેણીની મદદ પ્રદાન કરે છે.

તમે ન્યુરોલોજીસ્ટ, MND કો-ઓર્ડિનેટર, નિષ્ણાત નર્સો અને ચિકિત્સકો જેવા વિવિધ પ્રકારના નિષ્ણાતોને મળવાની શક્યતા છે. આ વ્યાવસાયિકો એક ટીમ તરીકે કામ કરે છે, જેને ઘણીવાર બહુ-શિસ્ત ટીમ (MDT) કહેવામાં આવે છે, જેમાં સમુદાય ટીમના સભ્યો જેમ કે જિલ્લા નર્સો અને તમારા જીપીનો સમાવેશ થાય છે. આ ટીમનો કોઈપણ સભ્ય તમને અન્ય નિષ્ણાત પાસે મોકલી શકે છે, પરંતુ ઘણા રેફરલ્સ તમારા જીપી દ્વારા થાય છે.

“જેટલું શક્ય બને, તમારે એવા વ્યાવસાયિકોને સાંભળવું જોઈએ કે જેમણે આ પહેલા લોકોને મદદ કરી છે.”

ટીમ તમને અને તમારા પરિવારને નિષ્ણાત સંભાળ, સારવાર, ઉપચાર, કાઉન્સેલિંગ અને સાધનો અથવા સહાયતા સુધી પહોંચવામાં મદદ કરી શકે છે. આ તમને MND સાથે શક્ય હોય ત્યાં સુધી જીવનની શ્રેષ્ઠ સંભવિત ગુણવત્તા જાળવવામાં મદદ કરી શકે છે.

પુખ્ત સામાજિક સંભાળ સેવાઓ: તમારી અને તમારા મુખ્ય સંભાળ રાખનારની જરૂરિયાતોનું મૂલ્યાંકન કરી શકે છે. તેઓ જરૂરી કોઈપણ ઘરમાં જરૂર પડે એવી મદદને ઓળખવામાં મદદ કરશે અને સેવાઓ અને ઈમરજન્સી સપોર્ટ અંગે સલાહ આપશે. તમારા અને તમારા સંભાળ રાખનાર માટે મૂલ્યાંકન માટે પૂછવા માટે તમારા સ્થાનિક સત્તાધિકારીનો સંપર્ક કરો - ઉત્તરી આયર્લેન્ડમાં આ સ્થાનિક આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટ્રસ્ટ દ્વારા કરવામાં આવશે. સ્થાનિક સેવાઓ બદલાઈ શકે છે, તેથી તમારા મૂલ્યાંકન દરમિયાન શું ઉપલબ્ધ છે તેની તપાસ કરો.

“સેવાઓ કેવી રીતે એક્સેસ કરવી તે વિશે તમારે શક્ય તેટલી સારી રીતે જાણ કરવાની જરૂર છે.”

તમને સહાય, ટેકનોલોજી અને સંભાળ સેવાઓની શ્રેણી આપવામાં આવી શકે છે, પરંતુ તમારે તેમાંથી કેટલીક માટે ચૂકવણી કરવી પડી શકે છે. તમારી સંભાળમાં મદદ તમારા માટે ગોઠવવામાં આવી શકે છે અથવા તમે સીધી ચૂકવણીઓ પ્રાપ્ત કરીને સેવાઓ જાતે ખરીદી શકશો.

અમારા પ્રકાશનો વિશેની વિગતો માટે *હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું?* જુઓ, જેમાં લાભો અને સામાજિક સંભાળ માટે દાવો કરવા અંગે માર્ગદર્શનનો સમાવેશ થાય છે.

MND સંઘ: અમે MND ની રોગ વાળા અથવા પ્રભાવિત કોઈપણ માટે ઘણા પ્રકારનો ટેકો પ્રદાન કરીએ છીએ. અમારી MND કનેક્ટ હેલ્પલાઇન બાહ્ય સેવાઓને ભાવનાત્મક સમર્થન, માહિતી અથવા માર્ગદર્શન પ્રદાન કરી શકે છે. ટીમ તમારો પરિચય અમારી પોતાની સેવાઓ સાથે કરાવી શકે છે, જેમાં તમારી સ્થાનિક શાખા, જૂથ અથવા સંઘના મુલાકાતી (ઉપલબ્ધ તરીકે)નો સમાવેશ થાય છે. આમાં અમારા પ્રાદેશિક સ્ટાફનો સમાવેશ થાય છે, જેઓ MND સંભાળને સુધારવા માટે તમારા વિસ્તારમાં વ્યાપક સેવાઓને પ્રભાવિત કરવામાં મદદ કરે છે.

અમે MND સાથે રહેતા અથવા તેનાથી પ્રભાવિત લોકો માટે લોન અથવા સહાયક અનુદાન પર સાધનોની અમુક વસ્તુઓ પ્રદાન કરી શકીએ છીએ. સાધનસામગ્રી માટેની વિનંતીઓ આરોગ્ય અથવા સામાજિક સંભાળ વ્યવસાયિક દ્વારા આવવાની જરૂર પડશે.

આ પુસ્તિકાના અંતે સંપર્ક વિગતો માટે *હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું?* જુઓ.

શું તેની કોઈ સારવાર છે?

તમારા લક્ષણો અને પ્રગતિના આધારે, તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ સાથેની ચર્ચાઓમાં નીચેનાનો સમાવેશ થવાની સંભાવના છે:

રિલુઝોલ અને અન્ય દવાઓ: હાલમાં રોગને મટાડવા અથવા રોકવા માટે કોઈ સારવાર નથી, પરંતુ રિલુઝોલ નામની દવાએ રોગની પ્રગતિ (થોડા મહિનાઓ સુધી) ધીમી કરવામાં સાધારણ ફાયદો દર્શાવ્યો છે. રિલુઝોલને MNDની સારવાર માટે લાઇસન્સ આપવામાં આવ્યું છે અને NHSમાં ઉપયોગ માટે મંજૂર કરવામાં આવ્યું છે. રિલુઝોલ તમારા માટે યોગ્ય છે કે કેમ તે જાણવા માટે તમારા જીપી અથવા ન્યુરોલોજિસ્ટને પૂછો. અન્ય દવાઓ કે જે MND ની પ્રગતિને ધીમું કરવામાં મદદ કરી શકે છે તે ઉપલબ્ધ થઈ રહી છે.

રિલુઝોલ અને અન્ય દવાઓ પર અમારી શીટને કેવી રીતે ઍક્સેસ કરવી તે શોધવા માટે આ પુસ્તિકાના અંતે *હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું?* જુઓ.

અન્ય દવાઓ: વ્યક્તિગત લક્ષણોમાં તમને મદદ કરવા માટે વિવિધ પ્રકારની દવાઓ છે. આ તમારા GP અથવા તમે મળો છો તે નિષ્ણાતો દ્વારા ઓફર કરવામાં આવી શકે છે. જો તમને ગોળીઓ ગળવી મુશ્કેલ લાગે છે, તો ઘણી દવાઓ અન્ય સ્વરૂપોમાં પ્રદાન કરી શકાય છે, જેમ કે પ્રવાહી અને પેચ.

ફિઝિયોથેરાપી: ફિઝિયોથેરાપી: આ MND દ્વારા નબળા સ્નાયુઓને નુકસાનને ઊંધું કરી શકતું નથી, પરંતુ અસ્વસ્થતા, જડતા ઘટાડવા અને ફ્લેક્સિબિલિટી સુધારવામાં મદદ કરી શકે છે. તમારી વ્યક્તિગત જરૂરિયાતોનું ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ દ્વારા મૂલ્યાંકન કરવું જોઈએ અને જો તમારી જરૂરિયાતો બદલાય છે તો તેની સમીક્ષા કરવી જોઈએ. વધુ પડતી કસરત ન કરવાનો પ્રયાસ કરો, સહાયિત કસરત સાથે પણ, કારણ કે આ MND માટે મદદરૂપ નથી અને તમને ખૂબ થાક લાગી શકે છે. ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ ઘણીવાર નિષ્ણાત હોય છે, ઉદાહરણ તરીકે શ્વસન સંબંધી ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ શ્વાસ લેવામાં મદદ કરી શકે છે અને લાળ અને મ્યુકસ સાથેની કોઈપણ સમસ્યાઓનું સંચાલન કેવી રીતે કરવું તે અંગે મદદ કરી શકે છે (*શ્વાસ સપોર્ટ* માટે પછીથી હેડિંગ જુઓ).

વાણી અને સંચાર આધાર: વાણી અને સંચાર પર માર્ગદર્શન માટે વાણી અને લેંગ્વેજ થેરાપિસ્ટનો રેફરલ માંગો. જો તમારો અવાજ પ્રભાવિત થયો હોય, તો તેઓ શક્ય તેટલા લાંબા સમય સુધી તેને જાળવી રાખવામાં તમારી મદદ કરી શકે છે, અને વોઇસ બેકિંગ અને મેસેજ બેકિંગ યોગ્ય રહેશે કે કેમ તે અંગે સલાહ આપી શકે છે (કોમ્પ્યુટર અથવા મોબાઇલ ઉપકરણ પર તમારા રેકોર્ડ કરેલા વોઇસનો વાણી તરીકે ઉપયોગ કરવા માટે). જો તમારો અવાજ પર MNDએ અસર કરી હોય, તો તેઓ તમને વાતચીત કરવામાં મદદ કરવા માટે

ઉપચાર અથવા સહાય માટેની તમારી જરૂરિયાતોનું મૂલ્યાંકન કરી શકે છે. વાણી અને લેંગ્વેજ થેરાપિસ્ટ ગળી જવાની સમસ્યાઓ, લાળ અને મ્યુકસને નિયંત્રિત કરવા માટે પણ સલાહ આપી શકે છે.

શ્વાસ લેવામાં મદદ: જો તમે શ્વાસ લેવામાં તકલીફ અનુભવો છો, તો મદદ કરવા માટે ઘણી બધી સારવારો અને ઉપચારો છે. માર્ગદર્શન માટે શ્વસન સલાહકારને રેફરલ માટે તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમને પૂછો. આમાં તમારા શ્વાસોચ્છ્વાસ માટે યાંત્રિક આધારનો ઉપયોગ કરવો કે કેમ તે અંગેની ચર્ચાનો સમાવેશ થશે (જેને વેન્ટિલેશન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે). આ વિશે વધુ જાણો જેથી કરીને જો તમને જરૂર હોય તો તમે યોગ્ય નિર્ણય લઈ શકો.

આહાર, પોષણ અને ગળવા માટે આધાર: જો તમને ગળવામાં સમસ્યા હોય તો તમે પોષણ વિશે સલાહ લેવા ઈચ્છી શકો છો. આ તમને જરૂરી ખોરાક, પ્રવાહી અને દવાઓ તેમજ સુરક્ષિત રીતે અને આરામથી કેવી રીતે ગળી શકાય તે જાળવવામાં મદદ કરશે. આમાં સરળતાથી ગળી શકાય તેવું ભોજન, ઉપચાર, પૂરક, ફોર્ટિફાઇડ ભોજન અથવા ખોરાક અને પીણા મેળવવાની વૈકલ્પિક રીતોની ચર્ચા શામેલ હોઈ શકે છે. માર્ગદર્શન માટે તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમને આહાર નિષ્ણાત અને ભાષણ અને ભાષા ચિકિત્સકને રેફરલ માટે પૂછો.

“મને ખબર હતી કે મારું વજન ઘટી ગયું છે. ઓછી ચરબીવાળો, ઓછી ખાંડવાળો ખોરાક ચાલુ રાખવો એ સહેલું ન હતું.”

ગતિશીલતા, સંદેશાવ્યવહાર, ગળી જવા અને શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલીઓનું સંચાલન કેવી રીતે કરવું તેના માર્ગદર્શન સાથે અમારા પ્રકાશનો વિશે વિગતો માટે *હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું?* જુઓ.

પૂરક ઉપચાર: કેટલાક લોકોને લાગે છે કે પૂરક ઉપચાર લક્ષણોને દૂર કરવામાં અને તણાવ ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે. જો કે MND માટે સારવાર અથવા ઉપચાર નથી, આ પ્રકારની થેરાપીનો ઉપયોગ જો સંયોજનમાં કરવામાં આવે તો પરંપરાગત સારવારને 'પૂરક' બનાવવા માટે વાપરી શકાય છે. મસાજ, એક્યુપંકચર અને રીફ્લેક્સોલોજી જેવી વિવિધ પ્રકારની પૂરક ઉપચારો ઉપલબ્ધ છે. કેટલીક સ્થાનિક નિષ્ણાંત ઉપશામક સંભાળ સેવાઓ અને ધર્મશાળાઓ પૂરક ઉપચારો તેમજ જીવનની ગુણવત્તા સુધારવા માટે સહાયના અન્ય સ્વરૂપો પ્રદાન કરે છે.

“હું મારા પગ, હાથ અને હાથ પર રીફ્લેક્સોલોજિસ્ટ દ્વારા મસાજ કરાવું છું, જે સારું લાગે છે અને મારા રક્ત પ્રવાહમાં મદદ કરે છે. નજીકની હોસ્પિટલે આ મુલાકાતો શક્ય બનાવી.”

5. મારે શેના વિશે વિચારવાની જરૂર છે?

જો તમને અથવા તમારી નજીકની કોઈ વ્યક્તિને MND હોવાનું નિદાન થયું હોય, તો તેના વિશે વિચારવા માટે ઘણું બધું છે. આનાથી તીવ્ર લાગણીઓનું અનુભવ થઈ શકે છે. આ ટીપ્સ એવી બાબતો પર આધારિત છે કે જે MND દ્વારા અસરગ્રસ્ત લોકોએ કહ્યું છે કે તેઓ 'કાશ તેઓ શરૂઆતમાં જાણતા હોત'.

તમે અમારી મુખ્ય માર્ગદર્શિકામાં વધુ શોધી શકો છો, *લિવિંગ વિથ ન્યુરોન ડિઝીઝ* અમારા અન્ય પ્રકાશનોને કેવી રીતે એક્સેસ કરવું તેની વિગતો માટે આ પુસ્તિકાના અંતે *હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું?* જુઓ.

સાધનસામગ્રી ખરીદવામાં ઉતાવળ ના કરશો: સાધનસામગ્રી અથવા સહાય ખરીદતા પહેલા વ્યવસાયિક ચિકિત્સક અથવા વાણી અને ભાષા ચિકિત્સક દ્વારા તમારી જરૂરિયાતોનું મૂલ્યાંકન કરો. વસ્તુઓ હંમેશા દરેક માટે યોગ્ય ન હોઈ શકે અને ભૂલો મોંઘી પડી શકે છે. તમે NHS અથવા પુખ્ત સામાજિક સંભાળ સેવાઓમાંથી અમુક વસ્તુઓ મફત અથવા અજમાવવા માટે લોન પર મેળવી શકશો.

તમારી નાણાકીય સ્થિતિ કેવી રીતે પ્રભાવિત થઈ શકે છે તે વિશે વિચારો: સ્વતંત્ર નાણાકીય સલાહકાર અને લાભ સલાહકારની સલાહ લો. ઉદાહરણ તરીકે, વહેલી નિવૃત્તિની ચૂકવણીઓ તમે કયા લાભોનો દાવો કરી શકો છો તેના પર અસર કરી શકે છે. જો તમે પહેલાં લાભોનો દાવો કર્યો ન હોય, તો તે અસહજ અને જટિલ લાગી છે, પરંતુ તમે શેના માટે હકદાર છો તે શોધવું મહત્વપૂર્ણ છે. તમારી બેંકને આ વાત પૂછવી ઉપયોગી થઈ શકે છે કે વિશ્વાસપાત્ર સંભાળ રાખનાર અથવા ભાગીદાર તમારા એકાઉન્ટને મેનેજ કરવામાં કેવી રીતે મદદ કરી શકે, જો તમારા માટે આ કરવું મુશ્કેલ બની જાય.

તમારા ઘરને અનુકૂળ થવામાં સમય લાગી શકે છે: જો તમને લાગે કે તમારે આ કંઈક કરવાની જરૂર છે, તો તરત તેના વિષે તપાસ કરો, કારણ કે તમારા ઘરમાં મોટા ફેરફારો કરવામાં સમય લાગી શકે છે. વ્યવસાયિક ચિકિત્સક તમારી ભાવિ જરૂરિયાતો વિશે સલાહ આપવામાં મદદ કરી શકે છે. જો તમે પાત્ર છો, તો તમે વિકલાંગ સુવિધાઓ અનુદાન દ્વારા ભંડોળ મેળવવા માટે સમર્થ હશો, પરંતુ આ એક લાંબી પ્રક્રિયા પણ હોઈ શકે છે.

જો તમારું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવી રહ્યું હોય તો સારા પુરાવા આપો: જો તમારું મૂલ્યાંકન કાળજીની જરૂરિયાતો અથવા લાભના દાવા માટે કરવામાં આવી રહ્યું હોય તો પુષ્કળ વિગતો આપો (જેમ કે વિકલાંગતા સાથે જીવવામાં મદદ કરવા માટે વ્યક્તિગત સ્વતંત્રતા ચુકવણી). તમને જોઈતા સમર્થનના સ્તરને મેળવવા માટે રોગ તમને કેવી રીતે અસર કરે છે તે વિશે

સાચું કહો - પછી ભલેને કંઈક મુશ્કેલ લાગે. જો તમે તમારા લક્ષણો કેવી રીતે આગળ વધે છે તેની ડાયરી રાખો છો, તો તે તમને કાર્યોમાં કેટલો સમય લાગે છે અને તમારી દિનચર્યાઓ પર રોગની અસરના ઉદાહરણો પ્રદાન કરવામાં મદદ કરી શકે છે. તે જે ઝડપે ફેરફાર થઈ રહ્યા છે તે દર્શાવવામાં પણ મદદ કરી શકે છે, જેથી તમારી ભાવિ જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં લઈ શકાય.

કોઈપણ પ્રશ્નો નોંધી લો: એપોઇન્ટમેન્ટ કંટાળાજનક હોઈ શકે છે અને તમે કંઈક મહત્વપૂર્ણ પૂછવાનું ભૂલી શકો છો, તેથી તમારી સાથે લઈ જવા માટે પ્રશ્નોની સૂચિ તૈયાર કરો. જવાબો લખો, અથવા સ્વાસ્થ્ય અથવા સામાજિક સંભાળમાં કોઈને તમારા માટે તે કરવા માટે કહો, જો તમારે તેમને પછીથી વાંચવાની જરૂર પડે. જો આ સરળ લાગે તો મોટાભાગના મોબાઈલ ફોન અને કોમ્પ્યુટર ટેબ્લેટ ચર્ચાઓ રેકોર્ડ કરી શકે છે.

ઉપશામક સંભાળ સેવાઓ શોધો: જ્યારે તમે બીમાર હોવ અને તમારું આયુષ્ય ઓછું થઈ જાય, ત્યારે ઉપશામક સંભાળ તમને અને તમારા પ્રિયજનોને જીવનની શ્રેષ્ઠ ગુણવત્તા આપવાનો પ્રયાસ કરે છે. તે વ્યાવહારિક, નાણાકીય, ભાવનાત્મક, આધ્યાત્મિક, ધાર્મિક અથવા મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરિયાતોને સમાવવા માટે લક્ષણોનું સંચાલન અને વ્યાપક સમર્થન પૂરું પાડે છે. નિષ્ણાંત ઉપશામક સંભાળ વ્યાવસાયિકો સાથેનો સંબંધ હોસ્પિટલમાં વિતાવેલા કોઈપણ સમયને ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે, કારણ કે તમારા કેસની તેમની જાણકારી અન્ય વ્યાવસાયિકોને તમારી જરૂરિયાતોને ઝડપથી સમજવામાં મદદ કરી શકે છે.

“અમે જાણીએ છીએ કે અમારા અનુભવના આધારે તમે તૈયાર થઈ શકો તેટલું વધુ સારું છે.”

ઉપશામક સંભાળ સેવાઓ નીચેના નિદાન પર વહેલી તકે સહાય પૂરી પાડવા સક્ષમ હોઈ શકે છે. તમારા ન્યુરોલોજિસ્ટ અથવા જીપીને આ સેવાઓનો સંદર્ભ કેવી રીતે અને ક્યારે આપવો તે અંગે માર્ગદર્શન માટે પૂછો. આ ઘરે, અથવા ધર્મશાળા, હોસ્પિટલ અથવા ડે સેન્ટરમાં ઉપલબ્ધ હોઈ શકે છે.

સારવાર વિશે શક્ય તેટલું વધુ શોધો: તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ સાથે સારવારના વિકલ્પોની ચર્ચા કરો. તમારે જાણવાની જરૂર છે કે શું શક્ય છે, તેનો તમારા માટે શું અર્થ થઈ શકે છે અને કોઈપણ સારવાર દાખલ કરવાનો શ્રેષ્ઠ સમય શું છે. કોઈપણ સારવાર સ્વીકારવી કે નહીં, તે તમારે નક્કી કરવાનું છે, પરંતુ સ્પષ્ટ માહિતીના આધારે નિર્ણય લેવાનો પ્રયાસ કરો.

“હું બધું જાણવું હતું.”

શક્ય તેટલી વહેલી તકે ભવિષ્યનું આયોજન કરો: MNDના પછીના તબક્કાઓ માટે આગળનું આયોજન કરવાથી ડર લાગે છે. તમારે તમારા નજીકના લોકો અને તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ સાથે ભાવનાત્મક વાર્તાલાપનો સામનો કરવાની જરૂર પડી શકે છે. જો કે, જો તમારી વાણી અને સંચારને અસર થાય છે અથવા તમે વિચાર અને તર્કમાં કોઈ ફેરફાર અનુભવો છો, તમને યોજનાઓ વિશે વહેલી તકે ચર્ચા કરવાનું વધુ સરળ લાગશે. આયોજનમાં નાણા, કુટુંબ અને તમારી ભાવિ સંભાળ વિશેના નિર્ણયોનો સમાવેશ થઈ શકે છે. તમારી આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ ટીમ આ ચર્ચાઓમાં મદદ કરી શકે છે. તમે ભવિષ્ય માટે શું ઇચ્છો છો તે અન્ય લોકોને જણાવ્યા પછી તમે શાંત અને વધુ નિયંત્રણ અનુભવી શકો છો.

“એકવાર તમારું કામ પત્યા પછી, પછી તમે તેને કભૂલી જાઓ. તમારા માટે રિલેક્સ કરવું શક્ય છે... અને આમ કરવાથી તમને વધુ સારું લાગશે.”

6. હું વધુ માહિતી કેવી રીતે મેળવી શકું છું?

અમે પ્રદાન કરીએ છીએ:

- *લિવિંગ વિથ ન્યુરોન ડિઝીઝ* - MND ધરાવતા લોકોને રોગ સાથે દૈનિક જીવનનું સંચાલન કરવામાં મદદ કરવા માટે અમારી મુખ્ય માર્ગદર્શિકા
- લક્ષણો, લાભો અને સામાજિક સંભાળ પર માર્ગદર્શન સાથે માહિતી પત્રકોની વિશાળ શ્રેણી
- સંભાળ રાખનારાઓ માટે તેમની પોતાની સુખાકારીનું સંચાલન કરવામાં મદદ કરવા અને ઉપલબ્ધ ટેકા વિશે જાણવા માટેની માહિતી
- શીખવાની અથવા વાંચવાની મુશ્કેલીઓ ધરાવતા લોકો માટે સરળ વાંચન માર્ગદર્શિકા
- સંશોધન માહિતી શીટ્સ સહિત MND વિશે નિર્ણય લેવામાં તમારી મદદ કરવા માટે અન્ય પ્રકાશનો અને વસ્તુઓ.

અમારી સંભાળ માહિતી શોધકનો ઉપયોગ કરીને તમને જોઈતી માહિતી અહીં મેળવો:

www.mndassociation.org/careinfofinder અમારા મોટાભાગના પ્રકાશનો અમારી વેબસાઇટ www.mndassociation.org/publications પરથી ડાઉનલોડ કરી શકાય છે અથવા અમારી હેલ્પલાઇન પરથી પ્રિન્ટેડ ફોર્મોટમાં ઓર્ડર કરી શકાય છે.

બાળકો અને યુવાનોને મદદ કરવા માટેની માહિતી

www.mndassociation.org/cyp પર બાળકો, યુવાનો, માતા-પિતા અને વાલીઓ માટે સંસાધનો અને માર્ગદર્શન મેળવો

MND કનેક્ટ હેલ્પલાઇન

MND કનેક્ટ માર્ગદર્શન અને માહિતી પ્રદાન કરી શકે છે. તેઓ તમારી સ્થાનિક શાખા, જૂથ, સંઘ મુલાકાતી અથવા પ્રાદેશિક સ્ટાફની સંપર્ક માહિતી સહિત, બાહ્ય સેવાઓ શોધવામાં અથવા ઉપલબ્ધ તરીકે અમારી સેવાઓ સાથે તમને પરિચય કરાવવામાં પણ મદદ કરી શકે છે.

ટેલિફોન: **0808 802 6262**

ઈમેલ: mndconnect@mndassociation.org

MND સંઘ લાભ સલાહ સેવા

અમે તમને હકદાર હોઈ શકે તેવા કોઈપણ લાભો અંગે મફત, ગોપનીય અને નિષ્પક્ષ સલાહ આપી શકીએ છીએ. ઇંગ્લેન્ડ, વેલ્સ અને ઉત્તરી આયર્લેન્ડ માટે વર્તમાન સંપર્ક વિગતો અહીં મેળવો: www.mndassociation.org/benefitsadvice

અથવા માર્ગદર્શન માટે અમારી MND કનેક્ટ હેલ્પલાઇનનો સંપર્ક કરો.

MND સપોર્ટ અનુદાન અને સાધનો માટેની લોન

તમે આના વિશે વધુ અહીં વાંચી શકો છો:

www.mndassociation.org/getting-support અથવા નીચે પ્રમાણે અમારો સંપર્ક કરો:

ટેલિફોન: **0808 802 6262**

ઈમેલ: support.services@mndassociation.org

ઓનલાઇન ફોરમ

અમારું ઓનલાઇન ફોરમ તમને MND થી પ્રભાવિત અન્ય લોકો સાથે માહિતી અને અનુભવો શેર કરવા સક્ષમ બનાવે છે: <https://forum.mndassociation.org>

PMA/PLS ઈમેલ સમર્થન જૂથ

જો તમને પ્રાઈમરી મસ્ક્યુલર એટ્રોફી (PMA) અથવા પ્રાઈમરી લેટરલ સ્કલેરોસિસ (PLS) હોવાનું નિદાન થયું હોય, તો તમે આ ઈમેલ સપોર્ટ ગ્રુપમાં જોડાઈ શકો છો. વિગતો માટે, અમારી MND કનેક્ટ હેલ્પલાઇનનો સંપર્ક કરો, જેમ કે સેવાઓની આ સૂચિમાં અગાઉ બતાવેલ છે.

તમને ટેકો આપવા માટે વ્યાવસાયિકોને મદદ કરવી

જેમ કે MND સામાન્ય નથી, બધા આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ વ્યાવસાયિકોને MND સાથે કામ કરવાનો અગાઉનો અનુભવ નથી. અમે અમારા પ્રાદેશિક સ્ટાફ અને MND કનેક્ટ હેલ્પલાઇનના માર્ગદર્શન સહિત વ્યાવસાયિકોને માહિતી, શિક્ષણ અને સહાયક સેવાઓ પ્રદાન કરીએ છીએ. વ્યાવસાયિકો માટે હેલ્પલાઇન સંપર્ક વિગતો છે:

ટેલિફોન: **0808 802 6262**

ઈમેલ: mndconnect@mndassociation.org

માહિતી: www.mndassociation.org/professionals

સંદર્ભ

આ માહિતીને ટેકો આપવા માટે ઉપયોગમાં લેવાયેલા સંદર્ભો અહીં વિનંતી કરવાથી
ઉપલબ્ધ છે:

ઈમેલ: infofeedback@mndassociation.org

અથવા અહીં લખો:

માહિતી પ્રતિસાદ

MND Association
Francis Crick House (2nd Floor)
6 Summerhouse Road
Moulton Park
Northampton
NN3 6BJ

સ્વીકૃતિઓ

આ માહિતીના વિકાસ અથવા પુનરાવર્તનમાં તેમના મૂલ્યવાન માર્ગદર્શન માટે નીચેનાનો ખૂબ-ખૂબ આભાર:

પૌલિન કેલેઘર, MND નિષ્ણાત નર્સ અને MND કેયર સેન્ટર કો-ઓર્ડિનેટર, પ્રેસ્ટન કેયર સેન્ટર, રોયલ પ્રેસ્ટન હોસ્પિટલ

એમ્મા હસબન્ડ્સ, ઉપશામક દવા સલાહકાર, ઝલુસેસ્ટરશાયર હોસ્પિટલ્સ NHS ટ્રસ્ટ

કેવિન ઇલ્સલી, હેરફોર્ડશાયર ક્લિનિકલના તબીબી સલાહકાર કમિશનિંગ ગ્રુપ અને ભૂતપૂર્વ જીપી, હેરફોર્ડશાયર

એલિઝાબેથ ઇલ્સલી, વાણી અને લેંગ્વેજ થેરેપિસ્ટ, રોધરહમ NHS ટ્રસ્ટ, રોધરહમ

અમેંડા મોબલી, સલાહકાર ક્લિનિકલ ન્યુરોસાયકોલોજિસ્ટ, વર્સેસ્ટરશાયર હેલ્થ એન્ડ કેયર NHS ટ્રસ્ટ

ડોરિન્ડા મોફેટ, નિષ્ણાત ન્યુરો-રેસ્પિરેટરી ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ અને ફેલ્ટી થેરાપિસ્ટ, પ્રોસ્પેક્ટ હોસ્પિટલ્સ, સ્વિંડન

ગેબ્રિયલ ટિલી, ઇન્ટરીમ નેબરહુડ ટીમ લીડર, ગ્રેટ વેસ્ટર્ન હોસ્પિટલ્સ NHS ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ, કેલ્ના

અમે તમારા પ્રતિસાદનું સ્વાગત કરીએ છીએ

અમને જણાવો કે તમે આ પુસ્તિકા વિશે શું વિચારો છો. અમને ગમશે જો તમે અમને જણાવો કે અમે શું સારું કર્યું છે અને અમે MND સાથે રહેતા અથવા તેનાથી પ્રભાવિત લોકો માટે સામગ્રીને કેવી રીતે વધુ મદદરૂપ બનાવી શકીએ છીએ.

તમારી અનામ ટિપ્પણીઓ પણ અમારા સંસાધનો, ઝુંબેશો અને ભંડોળ માટેની અરજીઓમાં જાગૃતિ અને પ્રભાવ વધારવા માટે ઉપયોગમાં લઈ શકાય.

જો તમે મોટર ન્યુરોન ડિઝીઝ (MND) માટે અમારા પરિચય વિશે પ્રતિસાદ આપવા માંગતા હો, તો કૃપા કરીને અમારા ઓનલાઇન પ્રતિસાદ ફોર્મનો ઉપયોગ અહીં કરો:

www.smartsurvey.co.uk/s/IntroMND

અથવા વૈકલ્પિક રીતે, કૃપા કરીને અમારો અહીં સંપર્ક કરો:

infofeedback@mndassociation.org

અથવા નીચેના સરનામાંનો ઉપયોગ કરીને અમને પોસ્ટ કરો:

MND Association

Francis Crick House (2nd Floor)
6 Summerhouse Road
Moulton Park
Northampton NN3 6BJ

ટેલિફોન: **01604 250505**

વેબસાઇટ: <http://www.mndassociation.org>

નોંધણી થયેલ સખાવત ક્રમાંક 294354

કંપની ગેરંટી ક્રમાંક 2007023 વડે મર્યાદિત

© MND Association 2014

સર્વાધિકાર આરક્ષિત. લેખિત પરવાનગી વિના આ પ્રકાશનનું કોઈ પુનઃઉત્પાદન, નકલ

અથવા પ્રસારણ ન કરવું.

દસ્તાવેજની તારીખો

છેલ્લે સુધારેલ: ઓક્ટોબર 2023

આગામી સુધાર: ઓક્ટોબર 2026

સંસ્કરણ: 1