



پس از آسیب‌دیدگی نخاع، گروه مراقبت‌های بهداشتی به شما کمک می‌کنند تا یاد بگیرید چگونه یک زندگی همراه با سلامتی داشته باشید. گروه مراقبت‌های بهداشتی شما از افرادی در حرفه‌های گوناگون تشکیل شده است. هر کدام از این افراد تخصص مربوط به خود را دارد. خوب است هر یک از تخصصها را بشناسید تا بدانید که هر یک از آنها چگونه می‌توانند به شما کمک کنند.

**متخصص تغذیه:** نیازهای غذایی شما را ارزیابی می‌کند و راه‌حلهایی بصورت رژیم غذایی به شما ارائه می‌نماید. این افراد به شما کمک می‌کنند تا نیازهای رژیم غذایی خود را بر پایه انتخاب برخی از غذاها و محدود کردن برخی غذاهای دیگر برآورده کنید.

**پزشک (پزشک خانواده):** تشخیصها، درمانها، و راه‌حلهای آموزشی مربوط به مسائل پزشکی را در اختیار شما می‌گذارد. پزشکهای خانواده با متخصصان فیزیولوژی همکاری می‌کنند تا به شما برای مدیریت جنبه‌های پزشکی مربوط به آسیب‌دیدگی نخاع کمک کنند. آنها ارزیابی‌های پزشکی را انجام می‌دهند و داروها را تجویز می‌کنند.

**پرستار:** مراقبت‌های پزشکی را بصورت مستقیم برای شما انجام می‌دهد. پرستاران از دستوره‌های پزشکان پیروی می‌کنند تا به شما دارو بدهند و درمانها را طبق تجویز پزشکان انجام دهند. آنها در مورد درد، پوست و دیگر نیازهای پزشکی به شما کمک می‌کنند. پرستاران همچنین در مورد کارهای روزانه مربوط به روده‌ها و مثانه به شما کمک می‌کنند.

**درمانگر شغلی (Occupational Therapist):** به بیماران کمک می‌کند تا یاد بگیرند فعالیتهای روزانه خود را چگونه انجام دهند. آنها به شما کمک می‌کنند تا روشها و ابزارهایی را برای حمام کردن، لباس پوشیدن و غذا خوردن پیدا کنید. آنها همچنین وسایلی را برای رفت و آمد شما توصیه می‌کنند و ارزیابی‌های خانگی را انجام می‌دهند.

**داروشناس:** داروهای شما را آماده می‌کند و مقدار مناسب آنها را به شما می‌دهد. داروشناس با پزشک شما همکاری می‌کند تا تصمیم بگیرد که چه دارویی بهتر می‌تواند وضعیت شما را درمان کند.

**کارشناس تن‌درمانی (Physiatrist):** به شما کمک می‌کند تا از مشکلات پزشکی جلوگیری کنید و مشکلات ناشی از آسیب‌دیدگی نخاع را مدیریت نمایید. در مرکز توان‌بخشی متخصصان پزشکی نیز حضور دارند. آنها وضعیت‌های پزشکی را تشخیص داده و درمان می‌کنند، افراد را در این زمینه‌ها آموزش می‌دهند، و برای آنها دارو تجویز می‌کنند. کارشناسان تن‌درمانی با پزشکان خانواده همکاری نزدیکی دارند.

**کارشناس کاردرمانی (Physiotherapist):** این متخصصان به بهبود قدرت و مهارت‌های افراد کمک می‌کند. آنها به شما در کارکردهای فیزیکی، حرکت کردن، و حفظ تعادل کمک می‌کنند. به شما کمک می‌کنند تا در اطراف حرکت کنید، از پله‌ها بالا بروید و از یک نقطه به نقطه دیگر بروید. آنها می‌توانند وسایل کمکی برای جابجا شدن را به شما توصیه کنند و ارزیابی‌های خانگی را انجام دهند. کارشناسان کاردرمانی همچنین در درمان برخی انواع درد به افراد کمک می‌کنند.

**روانشناس:** روانشناسان ارزیابی‌های روانی، مشاوره و درمان روانشناختی را انجام می‌دهند. آنها به شما و خانواده‌تان کمک می‌کنند تا با استرس‌های زندگی با آسیب‌دیدگی نخاع تطبیق پیدا کنید.

<b>تماس‌ها</b>	<b>برای اطلاعات بیشتر با گروه مراقبت بهداشتی خود تماس بگیرید.</b>
www.SpinalCordEssentials.ca SCE2-Pb1-2015-12-07	©2015 University Health Network – Toronto Rehab. همه حقوق محفوظ است. عبارت سلب مسئولیت: اطلاعات تنها بمنظور آموزش ارائه شده است. در مورد نگرانیهای خاص یا درمانهای پزشکی با متخصص دارای صلاحیت پزشکی مشورت نمایید. University Health Network هیچ مسئولیتی در رابطه با هر گونه خسارت یا آسیب ناشی از اشتباه یا حذف مطالب در این نوشته را برای خود مقروض نمی‌داند و مسئولیت را از خود سلب می‌نماید.

**متخصص تفریحات درمانی:** با بیماران همکاری می‌کند تا فرصتهایی برای انجام تفریحات را از طریق مداخله، آموزش و مشارکت در زندگی آنها شناسایی نماید. این افراد به شما کمک می‌کنند تا در تفریحات خود مستقل باشید تا سلامتی و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشید.

**دستیار برنامه‌ها:** کارهای سرپرستی مربوط به واحد مراقبتهای پزشکی را اداره می‌کند. دستیار برنامه‌ها، همچنین به شما کمک می‌کند تا برای وسایل حمل و نقل و رفت و برگشت بمنظور ملاقاتهای پزشکی برنامه‌ریزی کنید.

**درمانگر تنفسی:** این متخصصان در مورد مشکلات تنفسی و جلوگیری از عفونتهای سینه به شما کمک می‌کنند. آنها این کار را با تقویت کردن ماهیچه‌های سینه انجام می‌دهند تا از آسیب دیدن ریه‌ها جلوگیری کنند.

**مددکار اجتماعی:** خدمات مشاوره‌ای به بیماران و خانواده‌ها ارائه می‌دهد و اطلاعاتی درباره منابع موجود در جامعه در دسترس آنها می‌گذارد. یک مددکار اجتماعی می‌تواند به شما در پیدا کردن منابع مالی، خانه، و خدمات مراقبتی کمک کند. مددکاران اجتماعی همچنین مشاوره در مورد مسائل احساسی را ارائه می‌دهند.

**درمانگر گفتار و زبان:** مشکلات مربوط به سخن گفتن، صدا، زبانهای مختلف و مشکلات در بلعیدن غذا و مایعات را تشخیص داده و درمان می‌کند.

**متخصص مراقبتهای روحی:** پشتیبانی روحانی، احساسی و مذهبی را برای افراد فراهم می‌آورد. متخصصان مراقبتهای روحی خدمات مشاوره و پشتیبانی را به بیمارانی ارائه می‌دهند که در جستجوی معنای زندگی و امید به آینده هستند.

**دستیار امور درمانی:** به درمانگران کمک می‌کند تا برنامه‌های درمانی را به پیش ببرند. این برنامه‌ها شامل تمرینهای ورزشی، نرمش، و استفاده از دستگاه‌های باشگاه ورزشی هستند. دستیاران همچنین به شما در انجام فعالیتهای روزانه مانند لباس پوشیدن، اصلاح، غذا خوردن، و نوشیدن کمک می‌کنند.

از هر کدام از اعضای گروه مراقبتهای پزشکی خود سؤالاتی درباره فرایند بهبود خودتان بپرسید. اگر نتوانند به پرسش شما پاسخ دهند، پاسخ را برای شما پیدا خواهند کرد یا شما را راهنمایی می‌کنند که از چه کسی می‌توانید بپرسید.

