

Nefes darlığı destek hizmeti

Hasta bilgilendirme formu

(Breathlessness Support Service – Turkish)

Nefes darlığı destek hizmeti nedir?

- Biz solunum ekibiyle çalışan psikologlarız
- Akciğer rahatsızlığı nedeniyle endişeli olan kişilerle çalışıyoruz.
- Herkese açık ve saygılı bir hizmet sunuyoruz.
- Psikoloji ekibimiz, her türlü farklı yaşam deneyimi ve ihtiyacı olan kişilerle çalışma deneyimine sahiptir ve bu yüzden kendinizi güvende hissetmenizi istiyoruz.
- Karmaşık astım veya kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH) gibi akciğer rahatsızlığı olan birçok kişi, hayatlarının birçok yönden bu rahatsızlıktan etkilendiğini fark eder.

Örneğin:

- Nefessiz kalmaktan endişe duymak veya korkmak (bu da sizi nefessiz yapar/nefes darlığınızı daha da artırır)
- Her şeyle başa çıkamayacakmış gibi kendinizi sıkıntılı hissetmek
- Keyifle yaptığınız şeylerden vazgeçmek
- Sağlık durumunuzun hayatınızı nasıl etkilediği konusunda mutsuz veya kızgın hissetmek
- Durumunuzun kişisel ilişkilerinizi etkilediğinden endişe duymak
- Gelecek hakkında endişelenmek veya umutsuz hissetmek
- Kendine güvenini kaybetmek
- Durumunuzu veya tedavilerinizi yönetmekte zorluk çekmek
- Yakın zamanda yoğun bakıma yatırılmanızın ardından bununla başa çıkmakta zorlanıyor olmak.
- Doktorunuzun veya solunum ekibinin önerdiği değişiklikleri yapmakta zorlanmak, örneğin sigarayı bırakmak, Sürekli Pozitif Havayolu Basıncı (CPAP) maskesi kullanmak.

Psikologla görüşmekten nasıl fayda sağlayabilirim?

- Sizinle akciğer hastalığına sahip olmamanızdan dolayı yaşamınızla ilgili deneyimleriniz hakkında konuşabiliriz
- Akciğer rahatsızlığınızın hayatınızı nasıl etkilediğini keşfetmenize yardımcı olabiliriz.
- Daha sonra, solunum rahatsızlığınızla birlikte hayatınızın nasıl iyileşmesini istediğinize bakabiliriz.
- Sizin için hangi değişikliklerin gerçekleştirilebilir ve anlamlı/uygun olduğunu belirlemenize yardımcı olabiliriz.
- Değişiklikleriniz için çalışmanıza yardımcı olmak üzere yeni beceriler kazanmanıza ve/veya mevcut becerilerinizi geliştirmenize yardımcı olabiliriz.

Bu, doktorumun sorunlarımın “tamamen kafamda” olduğunu düşündüğü anlamına mı geliyor?

- Hayır! Psikoloğa gitmek, sorunlarınızın kafanızda olduğunu düşündüğümüz anlamına gelmez.
- Akciğer rahatsızlığınızın yaşamınız üzerindeki etkisini azaltmak için olumlu bir adım atıyorsunuz.

Psikologla görüştüğümde ne olacak?

- İlk toplantıya tek başınıza gelebilir veya bir arkadaşınızı ve/veya akrabanızı da yanınızda getirebilirsiniz.
- Bu hizmetin veya başka bir hizmetin size nasıl yardımcı olabileceğini konuşacağız ve siz de denemek isteyip istemediğinizi düşünebilirsiniz.
- Bazı kişiler sadece bir veya birkaç seanstan fayda görürken, diğerleri daha uzun süreli seansları tercih edebilir.
- İhtiyacınız olursa size bir tercüman sağlayabiliriz.

Gizlilik ne olacak?

- Konuşabileceğiniz güvenli ve gizli bir ortam yaratmak bizim önceliğimizdir.
- Bu, sağlık ekibinizin sağlık sorunlarınızla ilgili güncel bilgileri nasıl alabileceğini araştırmanıza ve onlara sorabileceğiniz soruları belirlemenize yardımcı olmayı içerebilir.
- Toplantımızın özetini, bakımınızla ilgilenen diğer profesyonellerin erişebileceği Trust elektronik not sistemine ekliyoruz.
- Burada yer almasını istemediğiniz herhangi bir bilgi varsa ve sağlık ekibinizle paylaşmamızı istemiyorsanız, lütfen bize bildirin, biz de bunu saygıyla karşılayacağız.
- Tek istisna, bize sizin veya başka bir kişinin güvenliği konusunda endişelenmemize neden olacak bir bilgi vermenizdir.
- Bu durumda, bu endişeleri paylaşmamız gerekecek, ancak önce sizinle görüşeceğiz.

Sırada ne var?

- Bizimle görüşmek istiyorsanız ve henüz sevk edilmediyseniz, lütfen solunum doktorunuz, hemşireniz veya solunum ekibinin bir üyesiyle görüşün, onlar sizi sevk edebilirler.
- Bu tür bir yardım almaya karar vermemeniz halinde, tıbbi bakımınız hiçbir şekilde etkilenmeyecektir.

Servisimizle iletişime geçin

Sevk edildiyse ve daha fazla bilgi almak istiyorsanız, lütfen aşağıdaki adrese başvurun:

E-posta adresi: whh-tr.respchp@nhs.net

Telefon numarası: 020 7527 1538

Kurumumuzla İletişime geçin

Övgü, şikayet veya endişeniz varsa, lütfen Hasta Danışma ve İletişim Servisimizle (Patient Advice and Liaison Service - PALS) 020 7288 5551 numaralı telefondan veya whh-tr.PALS@nhs.net E-posta adresinden iletişime geçiniz.

Eğer bu broşürün büyük baskılı, sesli veya tercüme edilmiş kopyasına ihtiyacınız varsa, lütfen whh-tr.patient-information@nhs.net adresine E-posta gönderiniz. İhtiyaçlarınızı karşılamak için elimizden geleni yapacağız.

020 7272 3070 | Whittington Health NHS Trust, Magdala Avenue, London, N19 5NF
www.whittington.nhs.uk | x.com/WhitHealth | facebook.com/WhittingtonHealth

Belge bilgileri

Yayın tarihi: 26/01/2026 | İnceleme tarihi: 21/07/2027 | Ref: ACS/ClinHealPsych/BreathSS/04-Turk
© Whittington Health NHS Lütfen geri dönüştürün.