स्लाइड 1: iRehab ट्रायल में आपका स्वागत है।

नमस्ते। क्या आप ऐसे अध्ययन में भाग लेना चाहेंगे जो एक नई पहल का परीक्षण कर रहा है जो गंभीर बीमारी के बाद सुधार ला सकता है?

iRehab ट्रायल यह पता लगाने के लिए काम कर रहा है कि क्या एक सहायता और व्यायाम कार्यक्रम उन रोगियों की मदद करेगा जो इंटेंसिव केयर में रहे हैं और जिन्हें अस्पताल से छुट्टी दे दी गई है। यह एक बहुत ही महत्वपूर्ण ट्रायल है क्योंकि हम इंटेंसिव केयर युनिट से छुट्टी के बाद लोगों की देखभाल में सुधार करने का प्रयास कर रहे हैं।

स्लाइड 2: हम यह अध्ययन क्यों कर रहे हैं?

इंटेंसिव केयर में इलाज करा रहे लोगों को विशेष देखभाल और सहायता की बहुत आवश्यकता होती है। अस्पताल से छुट्टी मिलने के बाद भी कुछ लोगों को पता चलता है कि उनकी मांसपेशियां अभी भी कमजोर हैं और वे व्यायाम करने या कुछ रोजमर्रा के काम करने में सक्षम नहीं हैं। उनके पास इंटेंसिव केयर युनिट में बिताए समय की भी भ्रमित यादें हो सकती हैं। कुछ लोगों में ये चीज़ें अपने आप ठीक हो जाती हैं, लेकिन अन्य लोगों में ये अस्पताल से छुट्टी मिलने के बाद भी लम्बे समय तक जारी रह सकती हैं। हम यह जानना चाहते हैं कि क्या एक सहायता और व्यायाम कार्यक्रम से मदद मिल सकती है।

यह अध्ययन राष्ट्रीय स्वास्थ्य एवं देखभाल अनुसंधान संस्थान (NIHR) HTA NIHR 132871 द्वारा वित्त पोषित है। ***IRAS 310777.***

स्लाइड 3: रॉजर द्वारा प्रदान किया गया जो इंटेंसिव केयर युनिट में एक मरीज़ था:

“अस्पताल से घर लौटने के बाद मुझे अकेलापन महसूस होता था। घर आकर अच्छा लगा, लेकिन ICU में कई हफ्तों तक 24/7 देखभाल मिलने के बाद मैं खुद को कमजोर और अनिश्चित महसूस कर रहा था कि आगे मुझे किस तरह की चुनौतियों का सामना करना पड़ेगा। मुझे पता था कि सामान्य स्थिति में वापस आने के लिए मुझे एक लंबी शारीरिक और मानसिक यात्रा करनी होगी। दुर्भाग्य से, मेरे लिए कोई भी रिकवरी सहायता उपलब्ध नहीं थी या बहुत कम थी।”

स्लाइड 4: समांथा द्वारा प्रदान किया गया, जो इंटेंसिव केयर युनिट में एक मरीज़ थी:

"अस्पताल से छुट्टी मिलने के बाद, घर लौटने पर मैं खुद को बहुत अकेला महसूस कर रही थी। मैं बहुत कमजोर हो गई थी और अपने रोज़ के बुनियादी काम भी खुद से करने में असमर्थ थी, जैसे नहाना या साधारण खाना बनाना। अगर मैं किसी से बात कर पाती और मेरी रिकवरी में मदद के लिए कोई कुछ उपयुक्त व्यायाम सुझाता, तो यह वास्तव में बहुत मददगार होता।"

स्लाइड 5: आपको इसमें भाग लेने के लिए क्यों कहा गया है?

हम रॉजर और समांथा जैसे लोगों की मदद करना चाहते हैं, यह पता लगाकर कि क्या एक सहायता और व्यायाम कार्यक्रम उनकी रिकवरी की यात्रा को बेहतर बनाकर उन्हें अच्छी जीवन गुणवत्ता पाने में मदद कर सकता है।

यह ट्रायल बहुत अच्छे से चल रहा है, लेकिन अगले कुछ महीनों में इसे पूरा करने के लिए हमें और कुछ लोगों की जरूरत है। हम पूछ रहे हैं कि क्या आप इस ट्रायल में भाग लेने के लिए तैयार होंगे,

यह अध्ययन राष्ट्रीय स्वास्थ्य एवं देखभाल अनुसंधान संस्थान (NIHR) HTA NIHR 132871 द्वारा वित्त पोषित है। *IRAS 310777.*

क्योंकि आपका इलाज इंटेंसिव केयर युनिट में किया गया था और आपने कुछ समय सांस लेने की मशीन (वेंटिलेटर) पर बिताया था।

इस ट्रायल में वे लोग ही शामिल हो सकते हैं जिन्हें अस्पताल से छुट्टी मिले तीन महीने से कम समय हुआ हो।

क्या मुझे भाग लेना ही होगा?

आप इसमें भाग लेना चाहते हैं या नहीं यह पूरी तरह आपके ऊपर है।

आप अपने सभी सवाल हमसे पूछ सकते हैं, और अगर आप भाग लेने का निर्णय लेते हैं तो हम आपसे एक सहमति पत्र (Consent Form) भरने के लिए कहेंगे। हम आपकी ज़रूरत के अनुसार हर संभव सहायता प्रदान करेंगे।

स्लाइड 6: यदि मैं भाग लेने के लिए सहमत हो जाऊं तो क्या होगा?

अगर आप iRehab ट्रायल का हिस्सा बनते हैं, तो जिस अस्पताल में आपको इंटेंसिव केयर (ICU) में इलाज मिला था, वह हमें आपके संपर्क विवरण (Contact Details) देगा और यह भी बताएगा कि आप अस्पताल में कितने दिनों तक भर्ती रहे और आपको किस प्रकार का इलाज मिला। इसके बाद हम आपसे संपर्क करेंगे और ICU में भर्ती रहने के आपके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य तथा जीवन की गुणवत्ता (Quality of Life) पर क्या प्रभाव पड़े, इस बारे में कुछ प्रश्नावली (Questionnaires) भरने में सहायता करेंगे। आप अपने कंप्यूटर, स्मार्ट फोन का उपयोग करके या रिसर्च टीम के किसी सदस्य से टेलीफोन पर बात करके प्रश्नावली को पूरा कर सकते हैं। हम आपकी ज़रूरत के अनुसार हर संभव सहायता प्रदान करेंगे।

यह अध्ययन राष्ट्रीय स्वास्थ्य एवं देखभाल अनुसंधान संस्थान (NIHR) HTA NIHR 132871 द्वारा वित्त पोषित है। ***IRAS 310777.***

आपसे एक छोटा सा शारीरिक परीक्षण करने के लिए भी कहा जाएगा, जिसमें कुर्सी से खड़े होने और बैठने की क्रिया करनी होगी। इसे 'सिट-टू-स्टैंड' टेस्ट कहा जाता है और यह आपकी सामान्य फिटनेस के बारे में बताता है। iRehab टीम का एक सदस्य इसमें आपकी मदद करेगा। ये सभी कदम हमें आपकी भागीदारी के दौरान आपकी प्रगति को समझने में सहायता करने के लिए एक आधार तैयार करेंगे। इस परीक्षण को आपको 2 महीने बाद और फिर 6 महीने बाद दोबारा पूरा करना होगा।

स्लाइड 7: अब आगे मुझे क्या करना होगा?

यह इस बात पर निर्भर करेगा कि आपको किस ग्रुप में रखा गया है। इस ट्रायल में दो ग्रुप हैं।

<u>ग्रुप 1:</u> स्टैंडर्ड केयर

इस ग्रुप में शामिल लोगों को वही सामान्य देखभाल (Standard Care) दी जाएगी, जो वर्तमान में उन मरीजों को दी जाती है जो इंटेंसिव केयर यूनिट में भर्ती रह चुके हैं। अक्सर ऐसा होता है कि जब लोग ICU में भर्ती होने के बाद अस्पताल से घर लौटते हैं, तो NHS की सामान्य देखभाल के तहत उन्हें रिहैबिलिटेशन नहीं दी जाती।

<u>समूह 2:</u> iRehab समर्थन और व्यायाम पुनर्वास कार्यक्रम।

इस ग्रुप में शामिल लोगों को एक सहायता और व्यायाम आधारित रिहैबिलिटेशन प्रोग्राम में भाग लेने के लिए कहा जाएगा। यह प्रोग्राम आप अपने घर से ही कंप्यूटर या टेलीफोन के माध्यम से पूरा कर सकते हैं। इस दौरान आपको छह हफ्तों तक हर हफ्ते एक प्रशिक्षित iRehab विशेषज्ञ से

यह अध्ययन राष्ट्रीय स्वास्थ्य एवं देखभाल अनुसंधान संस्थान (NIHR) HTA NIHR 132871 द्वारा वित्त पोषित है। *IRAS 310777.*

बात करने का मौका मिलेगा। वे आपके ठीक होने में आपकी मदद करने की कोशिश करेंगे। आपको हर सप्ताह कुछ व्यायाम करने का अवसर मिलेगा। आपको एक साप्ताहिक ऑनलाइन सहायता ग्रुप में शामिल होने का अवसर भी मिलेगा, जहां आप अन्य लोगों से मिल सकते हैं जो इंटेंसिव केयर में रहे हैं, उनके स्वास्थ्य-लाभ के अनुभव सुन सकते हैं और यदि आप सक्षम हों, तो अपने अनुभव भी साझा कर सकते हैं।

स्लाइड 8: इसमें भाग लेने के क्या लाभ हैं?

हम यह वादा नहीं कर सकते कि यह ट्रायल आपके लिए फायदेमंद होगा। हालांकि, इसमें आपकी भागीदारी बेहद महत्वपूर्ण है, क्योंकि इस ट्रायल से मिलने वाली जानकारी यह तय करने में मदद करेगी कि क्या यह रिहैबिलिटेशन प्रोग्राम भविष्य में ICU से डिस्चार्ज होकर घर लौटने वाले मरीजों के लिए उपयोगी साबित हो सकता है या नहीं।

यह जानकारी स्वास्थ्यकर्मियों और भविष्य की स्वास्थ्य सेवाओं को मरीजों के लिए सबसे बेहतर उपचार और सपोर्ट तय करने में भी मदद करेगी।

स्लाइड 9: आगे क्या करना है?

यह अध्ययन राष्ट्रीय स्वास्थ्य एवं देखभाल अनुसंधान संस्थान (NIHR) HTA NIHR 132871 द्वारा वित्त पोषित है। *IRAS 310777.*

हम लोगों को इस महत्वपूर्ण ट्रायल में शामिल होने पर विचार करने का अवसर देने में प्रसन्न हैं, क्योंकि हम आईसीयू के बाद लोगों की देखभाल में सुधार करने का प्रयास कर रहे हैं।

	यदि आप इस अध्ययन में शामिल होना चाहते हैं, तो कृपया अपने अस्पताल की इंटेंसिव केयर युनिट की अनुसंधान टीम से संपर्क करें। या, आप सीधे वारविक क्लिनिकल ट्रायल यूनिट में iRehab ट्रायल टीम से संपर्क कर सकते हैं **टेलीफ़ोन: 02476528046** ईमेल: iRehab@warwick.ac.uk

इस वीडियो को देखने के लिए समय निकालने और iRehab ट्रायल में भाग लेने पर विचार करने के लिए धन्यवाद।

IRAS: 310777

यह अध्ययन राष्ट्रीय स्वास्थ्य एवं देखभाल अनुसंधान संस्थान (NIHR) HTA NIHR 132871 द्वारा वित्त पोषित है। ***IRAS 310777.***