iRehab

Remote rehabilitation after intensive care

سلائیڈ 1: آئی ریہیب ٹرائل میں خوش آمدید۔

ہیلو۔ کیا آپ ایک ایسے مطالعے میں حصہ لینا چاہیں گے جو ایک نئے طریقہ کار کی جانچ کر رہا ہے، جو شدید بیماری کے بعد صحت یابی کو بہتر بنا سکتا ہے؟

آئی ریہیب ٹرائل اس بات کی تحقیق کر رہا ہے کہ کیا مدد اور ورزش کے پروگرام سے ان مریضوں کی معاونت ممکن ہے جنہیں شدید نگہداشت یونٹ میں رکھا گیا اور ہسپتال سے فارغ کر کے گھر بھیج دیا گیا ہے۔ یہ ایک بہت اہم ٹرائل ہے کیونکہ ہم شدید نگہداشت یونٹ سے فارغ ہونے والے مریضوں کی دیکھ بھال کو بہتر بنانے کی کوشش کر رہے ہیں۔

سلائیڈ 2: ہم یہ مطالعہ کیوں کر رہے ہیں؟

انتہائی نگہداشت یونٹ میں علاج پانے والے افراد کو بہت خاص دیکھ بھال اور مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہسپتال سے فارغ ہونے کے بعد، کچھ افراد کو محسوس ہوتا ہے کہ ان کے پٹھے اب بھی کمزور ہیں اور وہ ورزش کرنے یا روزمرہ کے کام انجام دینے سے قاصر ہیں۔ انہیں انتہائی نگہداشت یونٹ میں اپنے قیام کے دوران کی الجھی ہوئی یادیں بھی ہو سکتی ہیں۔ کچھ افراد کے لیے یہ حالت خود بخود بہتر ہو سکتی ہے، لیکن دیگر افراد میں یہ حالت ہسپتال چھوڑنے کے بعد بھی طویل عرصے تک برقرار رہ سکتی ہے۔ ہم یہ جاننا چاہتے ہیں کہ کیا ایک معاونت اور ورزش پروگرام مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

سلائیڈ 3: راجر کی جانب سے فراہم کردہ، جو انتہائی نگہداشت یونٹ میں مریض تھے:

"جب میں ہسپتال سے گھر آیا تو مجھے تنہا محسوس ہوا۔ گھر آنا بہت اچھا تھا، لیکن آئی سی یو میں 7/24 دیکھ بھال کے ساتھ کئی ہفتے گزارنے کے بعد، میں نے خود کو کمزور اور ان چیلنجز کے حوالے سے غیر یقینی محسوس کیا جن کا مجھے سامنا کرنا تھا۔ مجھے معلوم تھا کہ معمول کی زندگی کی طرف واپس آنے کے لیے مجھے ایک طویل جسمانی اور ذہنی سفر طے کرنا تھا۔ بدقسمتی سے، میرے لیے بحالی کی کسی بھی قسم کی مدد یا تو بالکل تھوڑی تھی یا بہت محدود تھی۔"

سلائیڈ 4: سیمنتھا کی جانب سے فراہم کردہ، جو کہ انتہائی نگہداشت یونٹ میں مریضہ تھیں:

اس مطالعہ کو نیشنل انسٹی ٹیوٹ فار ہیلتھ اینڈ کیئر ریسرچ (NIHR) HTA NIHR 132871 کے ذریعے مالی اعانت فراہم کی گئی ہے۔ IRAS 310777۔

"ہسپتال سے فارغ ہونے کے بعد جب میں گھر پہنچی تو میں نے خود کو بہت تنہا محسوس کیا۔ میں بہت کمزور تھی اور نہانے یا ایک سادہ کھانا تیار کرنے جیسے بنیادی روزمرہ کے کام اکیلے انجام دینے کے قابل نہیں تھی۔ میرے لیے کسی ایسے شخص کا ہونا جو میرے ساتھ بات چیت کر سکے اور میری صحت یابی میں مدد کے لیے مناسب ورزشوں کی تجویز دے سکے، واقعی بہت مددگار ثابت ہوتا۔"

سلائیڈ 5: آپ سے حصہ لینے کی درخواست کیوں کی گئی ہے؟

ہم راجر اور سیمنتھا جیسے لوگوں کی مدد کرنا چاہتے ہیں تاکہ یہ معلوم کیا جا سکے کہ کیا معاونت اور ورزش کے پروگرام سے ان کی زندگی کے معیار کو بہتر بنانے کا سفر ممکن ہے۔

ٹرائل بہت اچھے طریقے سے چل رہا ہے لیکن ہمیں اگلے چند مہینوں میں اسے مکمل کرنے کے لیے مزید لوگوں کی ضرورت ہے۔ ہم آپ سے یہ پوچھ رہے ہیں کہ کیا آپ اس ٹرائل میں حصہ لینے کے لیے تیار ہوں گے کیونکہ آپ کا علاج انتہائی نگہداشت یونٹ میں ہوا تھا اور آپ نے کچھ وقت سانس لینے والی مشین پر گزارا تھا۔

لوگ صرف اس صورت میں ٹرائل میں شامل ہو سکتے ہیں اگر انہیں ہسپتال سے فارغ ہوئے تین ماہ سے کم عرصہ ہوا ہو۔

کیا مجھے حصہ لینا ہوگا؟

یہ آپ پر منحصر ہے کہ آپ حصہ لینا چاہتے ہیں یا نہیں۔

آپ کو کوئی بھی سوال پوچھنے کا موقع دیا جائے گا اور اگر آپ حصہ لینے کا فیصلہ کرتے ہیں تو ہم آپ سے رضا مندی فارم مکمل کرنے کا کہیں گے۔ ہم آپ کو جتنی بھی مدد درکار ہوگی فراہم کریں گے۔

سلائیڈ 6: اگر میں حصہ لینے پر متفق ہو جاؤں تو کیا ہوگا؟

اگر آپ آئی ریہیب ٹرائل کا حصہ بنتے ہیں، تو وہ ہسپتال جہاں آپ کا انتہائی نگہداشت یونٹ میں علاج ہوا، وہ آپ کی رابطہ تفصیلات ہمیں فراہم کرے گا اور ہمیں یہ بھی بتائے گا کہ آپ ہسپتال میں کتنے عرصے تک رہے اور آپ کو کس قسم کی دیکھ بھال فراہم کی گئی۔ پھر ہم آپ سے رابطہ کریں گے اور آپ کی مدد کریں گے کہ آپ کچھ سوالنامے مکمل کریں جن میں یہ پوچھا جائے گا کہ انتہائی نگہداشت یونٹ میں رہنے نے آپ کی جسمانی اور ذہنی صحت اور آپ کے معیار زندگی پر کیا اثر ڈالا ہے۔ آپ یہ سوالنامے اپنے کمپیوٹر، سمارٹ فون کے ذریعے یا تحقیقاتی ٹیم کے کسی رکن سے فون پر بات کر کے مکمل کر سکتے ہیں۔ ہم آپ کو جتنی بھی مدد درکار ہوگی فراہم کریں گے۔

اس مطالعہ کو نیشنل انسٹی ٹیوٹ فار ہیلتھ اینڈ کیئر ریسرچ (NIHR) HTA NIHR 132871 کے ذریعے مالی اعانت فراہم کی گئی ہے۔ IRAS 310777۔

آپ سے یہ بھی کہا جائے گا کہ آپ ایک مختصر جسمانی ٹیسٹ کریں جس میں کرسی سے کھڑے ہونے اور بیٹھنے کا عمل شامل ہے۔ اسے 'سِٹ ٹو اسٹینڈ' ٹیسٹ کہا جاتا ہے اور یہ ہمیں آپ کی عمومی فٹنس کے بارے میں معلومات فراہم کرتا ہے۔ آئی ریہیب ٹیم کا ایک رکن اس عمل میں آپ کی مدد کرے گا۔ یہ اقدامات ہمارے لیے ایک حوالہ نقطہ فراہم کریں گے تاکہ ہم آپ کی شرکت کے دوران آپ کی پیشرفت کو سمجھ سکیں۔ آپ کو انہیں 2 ماہ اور 6 ماہ پر دوبارہ مکمل کرنا ہوگا۔

سلائیڈ 7: مجھے آگے کیا کرنا ہوگا؟

یہ اس بات پر منحصر ہوگا کہ آپ کو کس گروپ میں شامل کیا گیا ہے۔ یہاں دو گروپ ہیں:

گروپ 1: معیاری دیکھ بھال

معیاری دیکھ بھال والے گروپ کے افراد کو وہ معمول کی معیاری دیکھ بھال فراہم کی جائے گی جو اس وقت انتہائی نگہداشت یونٹ میں علاج پانے والے مریضوں کو دی جاتی ہے۔ بہت سے معاملات میں، NHS کی معیاری دیکھ بھال کے حصے کے طور پر ریہیبلیٹیشن فراہم نہیں کی جاتی جب افراد انتہائی نگہداشت یونٹ میں داخلے کے بعد ہسپتال سے گھر چلے جاتے ہیں۔

گروپ ۲: آئی ریہیب سپورٹ اور ورزش کی بحالی کا پروگرام۔

اس گروپ کے افراد سے درخواست کی جائے گی کہ وہ ایک معاونت اور ورزش ریہیبلیٹیشن پروگرام میں حصہ لیں۔ یہ پروگرام آپ کے اپنے گھر سے کمپیوٹر یا ٹیلیفون کا استعمال کرتے ہوئے مکمل کیا جائے گا۔ ہر ہفتے چھ ہفتوں تک آپ کو ایک تربیت یافتہ آئی ریہیب اسپیشلسٹ سے بات کرنے کا موقع دیا جائے گا۔ وہ آپ کی صحت یابی میں آپ کی مدد کرنے کی کوشش کریں گے۔ آپ کو ہر ہفتے کچھ ورزش کرنے کا موقع ملے گا۔ مزید برآں، آپ کو ایک ہفتہ وار آن لائن سپورٹ گروپ میں شامل ہونے کا بھی موقع دیا جائے گا جہاں آپ انتہائی نگہداشت یونٹ میں علاج پانے والے دیگر افراد سے مل سکتے ہیں، ان کی صحت یابی کے تجربات سن سکتے ہیں اور اگر آپ چاہیں تو، اپنے تجربات بھی شیئر کر سکتے ہیں۔

سلائیڈ 8: حصہ لینے کے کیا فوائد ہیں؟

ہم یہ وعدہ نہیں کر سکتے کہ یہ ٹرائل آپ کی مدد کرے گا۔ تاہم، آپ کی شراکت انتہائی قیمتی ہے کیونکہ اس ٹرائل سے حاصل شدہ معلومات اس بات کا فیصلہ کرنے میں مددگار ثابت ہوں گی کہ آیا یہ ریہیبلیٹیشن پروگرام مستقبل میں شدید نگہداشت یونٹ میں داخلے کے بعد گھر جانے والے مریضوں کی مدد کر سکتا ہے یا نہیں

اس مطالعہ کو نیشنل انسٹی ٹیوٹ فار ہیلتھ اینڈ کیئر ریسرچ (NIHR) HTA NIHR 132871 کے ذریعے مالی اعانت فراہم کی گئی ہے۔ IRAS 310777۔

یہ معلومات صحت کی دیکھ بھال کے عملے اور آئندہ صحت خدمات کو مریضوں کی معاونت کے لیے بہترین علاج کے بارے میں آگاہ کرنے میں بھی معاون ثابت ہوں گی۔

سلائیڈ 9: آگے کیا کرنا ہے؟

ہمیں خوشی ہے کہ ہم لوگوں کو اس اہم ٹرائل میں شامل ہونے کا موقع فراہم کر رہے ہیں کیونکہ ہم ICU سے فارغ ہونے والے مریضوں کی دیکھ بھال کو بہتر بنانے کی کوشش کر رہے ہیں۔

	اگر آپ اس مطالعے میں شامل ہونا چاہتے ہیں، تو براہ کرم اپنے ہسپتال کے انتہائی نگہداشت یونٹ کی ریسرچ ٹیم سے رابطہ کریں۔ یا پھر آپ براہ راست واروک کلینیکل ٹرائلز یونٹ میں موجود آئی ریہیب ٹرائل ٹیم سے رابطہ کر سکتے ہیں **ٹیلیفون: 02476528046** ای میل: **iRehab@warwick.ac.uk**

اس ویڈیو کو دیکھنے کے لیے وقت نکالنے اور آئ ریہیب ٹرائل میں حصہ لینے پر غور کرنے کے لیے آپ کا شکریہ۔

WARWICK CLINICAL TRIALS UNIT

Ulster University

NIHR | National Institute for Health Research
IRAS: 310777

اس مطالعہ کو نیشنل انسٹی ٹیوٹ فار ہیلتھ اینڈ کیئر ریسرچ (NIHR) HTA NIHR 132871 کے ذریعے مالی اعانت فراہم کی گئی ہے۔ IRAS 310777۔