

# የጤና እንክብካቤ ቡድንዎ ከስትሮክ በኋላ



ከሆስፒታል ከወጡ በኋላ ብዙ የጤና ባለሙያዎች እንዲያገግሙ ይረዱዎታል። ይህ ጽሑፍ በጤና እንክብካቤ ቡድንዎ ውስጥ ምን ዓይነት የጤና ባለሙያዎች ሊኖሩ እንደሚችሉ እና እንዴት እንደሚረዱዎት ያብራራል። ያለነው እርስዎን ለመደገፍ እና የጤና ግቦችዎን ለማሳካት ነው።

- **ዋና የጤና እንክብካቤ አቅራቢ (ፒ. ሲ. ፒ - PCP):** ዋና ዶክተርዎ፣ ከፍተኛ ነርስ (nurse practitioner) ወይም ረዳት ሐኪም (physician's assistant)፣ አጠቃላይ ጤናዎ በተመለከተ ያግዛሉ፤ መድሃኒቶችዎን ይቆጣጠራሉ፣ እና አስፈላጊ ሲሆን ወደ ስፔሻሊስቶች ይመራሉ።

## የሕክምና ቡድኖች

- **የስትሮክ ኒውሮሎጂ (Stroke Neurology):** የስትሮክ ጉዳዮችን ለመቀነስ እና መንስኤውን ለማወቅ ምርመራዎችን ማድረግ ለቅድመ እንክብካቤ ይረዳል። እንዲያገግሙ ያግዙዎታል፤ እንዲሁም ሌላ ስትሮክ እንዳይከሰት ለመከላከል ህክምና እና ትምህርት ይሰጣሉ።
- **የነርቭ እና የአንጎል ቀዶ ጥገና (Neurosurgery):** የነርቭ/አንጎል ቀዶ ጥገና ካደረጉ ወይም ካስፈልገዎ ህክምናዎን ይከታተላል።
- **የማገገሚያ ህክምና/የአካል ብቃት ሕክምና (Rehab Medicine (Physiatry)):** ከስትሮክ በኋላ እንዲያገግሙ እና ተግባርዎትን እንዲወጡ ያግዙዎታል። ትኩረቱ ወደ ዕለታዊ ኑሮዎ እንዲመለሱ እና ማንኛውም የአካል ጉዳትዎ ባለበት እንዲሰሩ ማስቻል ነው።

## ተጨማሪ ቡድኖች:-

የሚከተሉትን አገልግሎቶች ሊያገኙ ይችላሉ:-

- **የአካል ሕክምና (Physiatry):** የሰውነት ጥንካሬዎን፣ ሚዛን መጠበቅዎን እና በእግር መራመድን በተመለከተ ይረዳል። እንደ ምርኩዝ ወይም ዊልቸር ያሉትን መሳሪያዎችን እንዲጠቀሙ ሊረዱዎት ይችላሉ።
- **የሙያ ሕክምና (Occupational Therapy):** የዕለት ተዕለት ተግባራትን እንደ ልብስ መልበስ፣ መመገብ እና መንዳት ያሉትን እንዲለማመዱ ይረዳዎታል።
- **የስፒች ሕክምና (Speech Therapy):** በተግባራት፣ በንግግር እና በመዋጥ ረገድ ይረዳል።
- **የመዝናኛ ሕክምና (Recreational Therapy):** በማህበረሰብ ክንውኖች እና የትርፍ ጊዜ ማሳለፊያ ተግባራት ውስጥ እንዲሳተፉ ይረዳዎታል።
- **ነርሲንግ (Nursing):** ቁስሎችን፣ መድኃኒቶችን እና የግል ንጽሕ እንክብካቤን በቤት ውስጥ ያግዛሉ።
- **የሙያ ምክር (Vocational Counseling):** እንደገና ሥራን እንዲላመዱ ወይም አዳዲስ የሥራ አማራጮችን እንዲያገኙ ያገዙዎታል።
- **የማገገሚያ ሳይኮሎጂ (Rehab Psychology):** ከስትሮክ በኋላ ስሜቶችን እና አስተሳሰብን ይረዳል።
- **የማኅበራዊ ስራ (Social Work):** ከማህበረሰብ ግብዓቶች ጋር ይገናኛል።
- **ጉዳይ አስተዳደር (Case Manager):** የጤና እንክብካቤዎን ያደራጃል፣ ህክምና አገልግሎቶች እና ግብዓቶች ጋር ያገናኝዎታል።
- **የባህል አስታራቂዎች (Cultural Mediators):** ሕክምናዎ ባህልን ከግምት ባስገባ መልኩ ያደራጃል።
- **ተንከባካቢዎች (Caregivers):** እንደ ልብስ መልበስ፣ መታጠብ እና መድሃኒቶችን ማስተዳደር ያሉ የዕለት ተዕለት ፍላጎቶችን ይረዳል። የቤተሰብ ተንከባካቢ ሊኖርዎት ይችላል፣ ወይም በፍላጎቶችዎ እና በገንዘብዎ ላይ በመመስረት እርዳታ ሊቀጥሩ ይችላሉ።

## ጥያቄዎች?

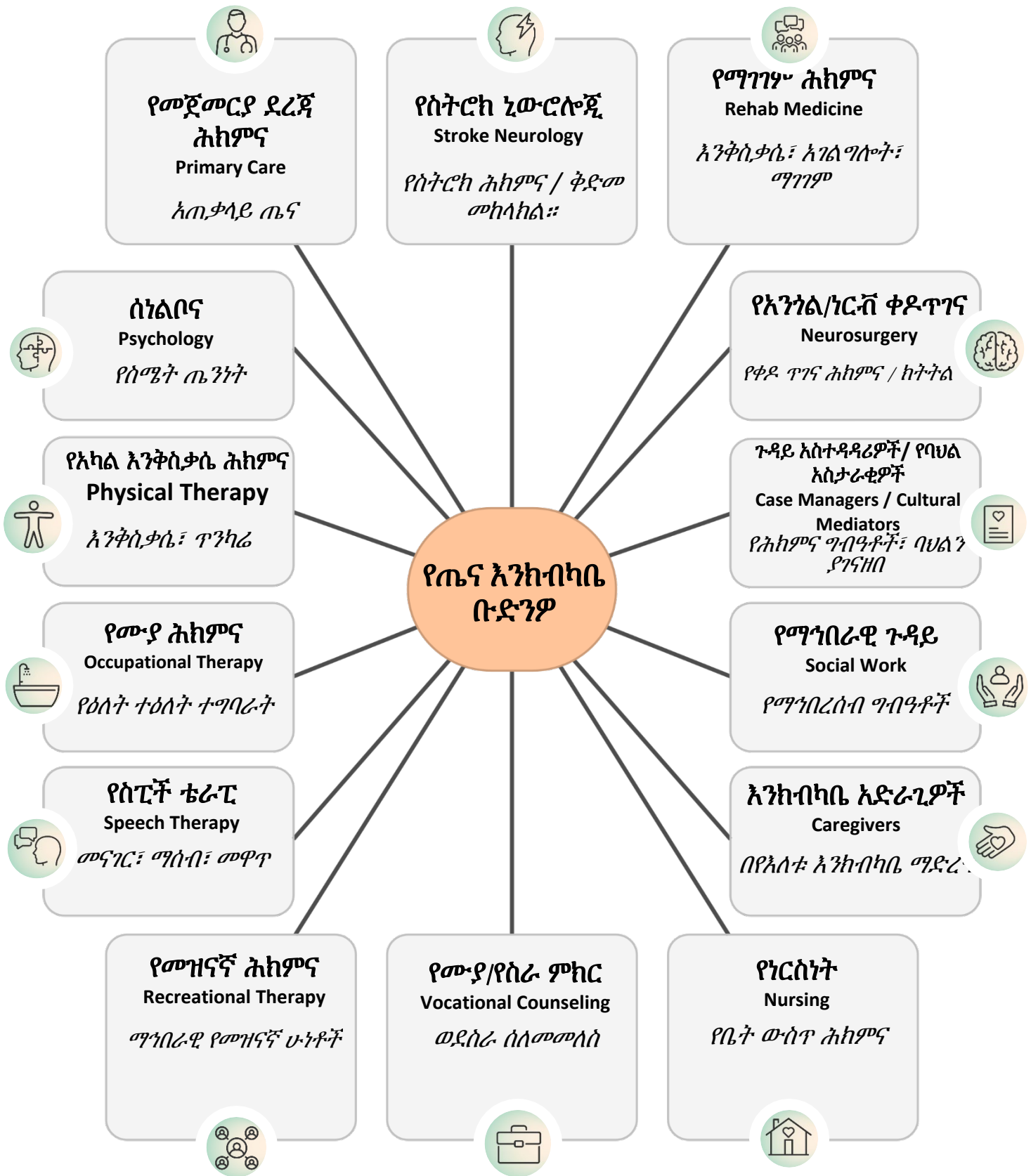
ጥያቄዎችዎ አስፈላጊ ናቸው። ጥያቄዎች ወይም ስጋቶች ካሉዎት ሐኪምዎን ወይም የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

ቀጠሮ ለመያዝ በ206.520.5000 ይደውሉ።



የዚህን ጽሑፍ ዲጂታል ቅጂ ለማግኘት ይህን በካሜራዎ ይቃኙ።

# እያንዳንዱ ቡድን እንዴት እንደሚደግፍዎት



# Your Care Team After a Stroke

*Many providers will help you recover after you leave the hospital. This handout explains who may be on your care team and how they will help you. We are here to support you and help you reach your health goals.*



*Scan for a digital copy of this handout.*

- **Primary Care Provider (PCP):** Your main doctor, nurse practitioner, or physician's assistant. They help with your overall health, manage your medicines, and refer you to specialists if needed.

## Medical Teams

- **Stroke Neurology:** Helps with early care to lessen the effects of a stroke and do tests to find what caused it. They support your recovery and provide treatment and education to help prevent another stroke.
- **Neurosurgery:** Monitors your healing if you had or may need brain surgery.
- **Rehab Medicine (Physiatry):** Helps you recover and function after a stroke. They focus on getting you back to daily life and working with any disabilities.

## Additional Teams:

You may have services from:

- **Physical Therapy:** Helps with your strength, balance, and walking. They can help you use tools like canes or wheelchairs.
- **Occupational Therapy:** Helps you practice daily tasks like dressing, eating, and driving.
- **Speech Therapy:** Helps with communication, talking, and swallowing.
- **Recreational Therapy:** Helps you participate in community activities and hobbies.
- **Nursing:** Helps with wounds, medicines, and personal care at home.
- **Vocational Counseling:** Helps you adjust to work again or find new job options.
- **Rehab Psychology:** Helps with emotions and thinking after a stroke.
- **Social Work:** Connects with community resources.
- **Case Manager:** Organizes your care and connects you to medical services and resources.
- **Cultural Mediators:** Organizes your care in a culturally sensitive way.
- **Caregivers:** Helps with daily needs like dressing, bathing, and managing medicines. You may have a family caregiver, or you may hire help based on your needs and finances.

## Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

To make an appointment, call 206.520.5000.

# How Each Team Supports You

