IBD والے اپنے جنوبی ایشیائی مریضوں کے ساتھ ثقافتی طور پر موزوں گفتگو کرنا

جنوبی ایشیا کے مریض نہ صرف اپنی بیماری سے لڑتے ہیں بلکہ بہت سے ثقافتی کلنک کے ٹیکوں اور خاندانی دباؤ سے بھی لڑتے ہیں جو انہیں موصول کرنے سے روکتے ہیں۔ نگہداشت صحت کے ایک پیشہ ور کے طور پر، اپنی گفتگو کے دوران ان قابل توجہ امور سے آگاہ ہونا ضروری ہے۔

اپنے مریض کو خیر خواہ اہل خانہ اور دوستوں سے ملنے والے مشوروں سے نمٹنے میں مدد دیں

- سمجھیں کہ **"لوگ کیا کہیں گے؟"** (یا **"لوگ کیا کہیں گے؟"**)، ایک ہندی/اردو فقرہ بچپن سے ہی ذہن میں پختہ ہو جاتا ہے کہ لوگوں کو زیادہ اس بارے میں فکر مند ہونا چاہیئے کہ دوسرے ان کے افعال کے بارے میں کیا کہیں گے—اور اس میں طبی حالات یا علاج بھی شامل ہیں— بنسبت اس کے کہ جو حقیقت میں خود ان کے لیے بہتر ہو سکتا ہے۔

- اگر ضرورت ہو، تو مترجم کے استعمال پر غور کریں۔ خاندان کے افراد کو بطور مترجم استعمال نہ کریں، کیونکہ ہو سکتا ہے کہ وہ مریض کے احترام میں آپ کے پیغام کو چھوڑ دیں یا اس میں الفاظ کا ردوبدل کر دیں۔

- تکمیلی یا متبادل علاج **(CAMs)** کو جنوبی ایشیائی آبادیوں میں روایتی زیادہ پسند کیا جا سکتا ہے۔ تجویز کردہ علاج کے واضح ثبوت فراہم کرنے اور معلوم یا نامعلوم اثر پذیری اور حفاظت بخشی پر بات کرنے کے لیے تیار رہیں۔

- اوسٹومی سرجری کا کلنک کا ٹیکہ دور کریں۔ اوسٹومی کو "ناپاک" سمجھا جاتا ہے اور جنوب ایشیائی ثقافت میں ان کو انتہائی کلنک کا ٹیکہ تصور کیا جاتا ہے۔ مریضوں اور ان کے اہل خانہ سے اس بارے میں بات کریں کہ یہ کیسے زندگی بچانے والا اقدام ہے، جو زندگی کے معیار کو بہتر بنا سکتا ہے۔ مریضوں کو اوسٹومی سپورٹ گروپس سے مربوط کریں جہاں مریض اپنے تجربات کا اشتراک کرتے ہیں، بشمول **SAIA** کی **IBDesis** کمیونٹی (www.facebook.com/groups/ibdesis)۔

- مذہبی حدود کو ذہن میں رکھیں۔ کولونواسکوپیز، انیما، یا علاجی بتیوں کے استعمال پر ناک منہ چڑھایا جا سکتا ہے۔ ان مریضوں کے لیے، علاج کے ردعمل کی نگرانی کے لیے بائیو مارکرز اور دیگر ٹیسٹوں کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

- فوڈ گروپس کو دوبارہ متعارف کروانے اور ثقافتی شمولیت کے انداز میں خوراک کو بہتر بنانے کے لیے غذائیت سے متعلق مشاورت حاصل کریں۔ مریض بشمول سبزی خور یہ نہیں جانتے ہوں گے کہ اپنی غذا میں مسالے، فائبر یا پروٹین کو کیسے شامل کیا جائے۔ ایسے غذائی ماہرین ہیں جو خاص طور پر آنتوں و معدے کے عارضوں والے جنوبی ایشیائی باشندوں کا علاج کرتے ہیں۔

- طبی آزمائش میں شرکت، مریض اور/یا خاندان لفظ "تحقیق" سے خوفزدہ ہو سکتے ہیں یا آزمائشوں کو آخری حربے کی آپشن سمجھ سکتے ہیں اور اس لیے ان میں حصہ لینے سے گریزاں ہو سکتے ہیں۔مریضوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ شرکت کریں جبکہ وہ کلینک میں ہوں، نہ کہ بذریعہ فون۔ انہیں مطالعہ کی معلومات فراہم کریں، وضاحت کریں کہ طبی آزمائشیں کیسے کام کرتی ہیں، اور معیار زندگی پر ممکنہ فوائد پر تبادلہ خیال کریں۔

- علاج کے اہداف پر متفق ہوں۔ طبی اہداف کا حصول ممکن ہو سکتا ہے مریضوں کے لیے اتنا اہم نہ ہو جتنا کہ معیار زندگی کے اہداف کا حصول۔ مشترکہ فیصلہ سازی کے عمل کو استعمال کرنے والے مریضوں کے ساتھ اہداف پر تبادلہ خیال اور اتفاق کرنا اہم ہے۔

CCO
powered by cea