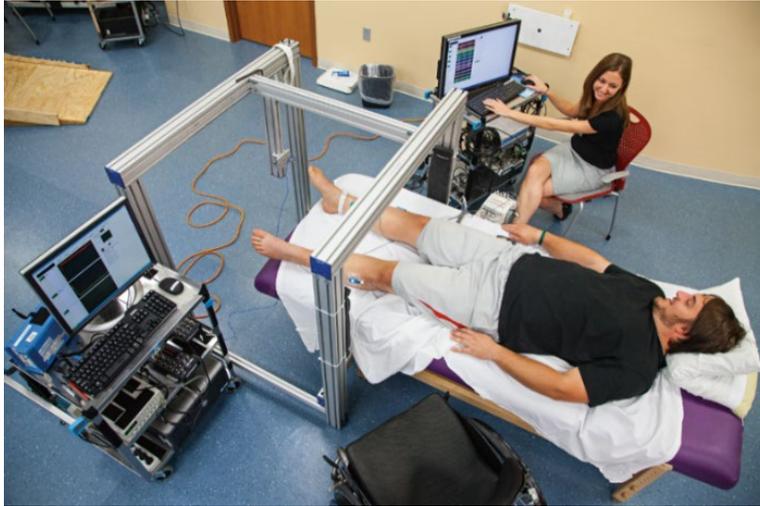




पुनर्वास और पुनर्वास इकाई का चयन

पुनर्वास में तेज़ी से हो रहे बदलावों और प्रगति को देखते हुए, अपने निदान विशिष्ट के लिए सर्वोत्तम देखभाल ढूँढने की तैयारी करना महत्वपूर्ण हो जाता है। आदर्श रूप से, आपके पुनर्वास को उन शारीरिक, भावनात्मक और अन्य उपचारों पर केंद्रित होना चाहिए जो आपको आपके समुदाय में लौटने में मदद देंगे। पुनर्वास का लक्ष्य आपके तंत्रिकीय स्वास्थ्य-लाभ को अधिकतम करना और साथ-ही-साथ आपके सामान्य स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती को बेहतर बनाना है। पुनर्वास खुद को और/या आपके देखभालकर्ता को आपकी चोट और देखभाल के बारे में शिक्षित करने का अवसर भी होता है। इसका लक्ष्य आपकी आत्मनिर्भरता को बढ़ाना और आपकी घर वापसी पर आपके जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाना होता है।



प्र: पुनर्वास में कौनसे स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर आपकी मदद करेंगे?

आपकी स्थिति की विशिष्ट ज़रूरतों से परिचित किसी प्राथमिक देखभाल चिकित्सक के साथ-साथ, आपको विशेषज्ञों की एक टीम की ज़रूरत हो सकती है जो सुनिश्चित करे कि आपका स्वास्थ्य उत्तम

बना रहे। पुनर्वास केंद्र में आपके स्वास्थ्य-लाभ में आपकी सहायता के लिए चिकित्सकों, नर्सों और थेरेपिस्टों की बहु-विषयक टीम उपलब्ध होनी चाहिए। आपकी पुनर्वास टीम में एक फिज़ियाट्रिस्ट (पुनर्वास चिकित्सा में विशेषज्ञता रखने वाला चिकित्सक), विशेषज्ञ पुनर्वास नर्स, विभिन्न थेरेपिस्ट (पृष्ठ 2 पर बॉक्स देखें) और केस प्रबंधक, मनोविज्ञानी, समाजसेवी, परिवार परामर्शदाता तथा छुट्टी नियोजक (डिस्चार्ज प्लानर) होने चाहिए। आपकी चोट विशिष्ट पर निर्भर करते हुए, आपके लिए जिन प्रकारों के चिकित्सक उपलब्ध हो सकते हैं उनमें शामिल हैं: आपातकालीन कक्ष चिकित्सक, ट्रॉमा सर्जन, न्यूरोसर्जन, तंत्रिकाविज्ञानी, हड्डी, जोड़ व माँस-पेशियों के सर्जन, फेफड़ाविज्ञानी, हृदयविज्ञानी, मूत्रविज्ञानी, गुर्दाविज्ञानी, पेट व आँत विज्ञानी, प्लास्टिक सर्जन, कान, नाक व गले के विशेषज्ञ, मनोरोगविज्ञानी, उपशामक (पेलिएटिव) देखभाल विशेषज्ञ और जबड़े व चेहरे के सर्जन।

आपके स्वास्थ्य-लाभ में आपकी मदद कर सकने वाले पुनर्वास थेरेपिस्ट:

- व्यावसायिक चिकित्सक (ऑक्युपेशनल थेरेपिस्ट, OT) - अधिकतम आत्मनिर्भरता हासिल करने के लिए आपको दैनिक जीवन के कौशल फिर से सीखने में मदद देते हैं
- भौतिक चिकित्सक (फिज़िकल थेरेपिस्ट, PT) - शक्ति व सहनशीलता बढ़ाते हैं और सहायक यंत्रों, प्रेरक (मोटर) गतिविधि, हिल-डुल सकने की रेंज (रेंज ऑफ़ मोशन) के व्यायामों, और जब संभव हो तब, चलने-फिरने के संबंध में मदद देते हैं
- वाक-भाषा विकृतिविज्ञानी (स्पीच लैंग्वेज पैथॉलजिस्ट, SLP) - ठीक से बोलना दोबारा सीखने में मदद करते हैं
- सहायक टेक्नॉलजी (असिस्टिव टेक्नॉलजी, AT) विशेषज्ञ - AT, OT या PT विभागों के तहत हो सकती है। यदि प्रस्तुत न की जाए तो माँगें/पूछें।
- व्यावसायिक चिकित्सक (वोकेशनल थेरेपिस्ट) - जॉब कौशलों का आकलन करने और उपकरण व प्रशिक्षण प्राप्त करने में मदद देते हैं
- मनबहलाव चिकित्सक (रीक्रिएशन थेरेपिस्ट) - आपके समुदाय में मनबहलाव के लिए उपलब्ध विकल्पों के संबंध में मदद देते हैं
- श्वसन चिकित्सक (रेस्पिरेटरी थेरेपिस्ट) - श्वसन सहयोग के लिए चिकित्सीय उपचार देते हैं

प्र: मैं वहाँ कब तक रहूँगा/गी?

मेरु रज्जु की चोट (SCI) के लिए पुनर्वास में आपके ठहराव की अवधि कई बातों से तय होती है। कुछ भौतिक कारक, जैसे आपकी चोट की तीव्रता, पुनर्वास में आपकी सहभागिता और प्रगति, और पुनर्वास कार्यक्रम का प्रकार व तीव्रता, आपकी सहभागिता की अवधि को प्रभावित करेंगे। अन्य कारक जैसे बीमा कवरेज, बीमा कवरेज से बाहर की लागतों का भुगतान करने की आपकी योग्यता, और पुनर्वास केंद्र के विशिष्ट दिशानिर्देश भी भर्तीरोगी (इनपेशेंट) कार्यक्रम में आपके बने रहने की अवधि को प्रभावित करेंगे।

प्र: मुझे प्रतिदिन कितने घंटों का पुनर्वास मिलेगा?

पुनर्वास दो प्रकार के होते हैं: इनपेशेंट (भर्ती होकर) और आउटपेशेंट (भर्ती हुए बिना)। अधिकांश रोगियों के मामले में पुनर्वास की शुरुआत इनपेशेंट पुनर्वास से होती है। इनपेशेंट कार्यक्रम आउटपेशेंट कार्यक्रम से कहीं अधिक तीव्र हो सकता है। आउटपेशेंट कार्यक्रम अधिक मध्यम हो सकता है और कई सप्ताह या माह तक जारी रह सकता है। आपकी पुनर्वास समय-सारणी में कई कारक योगदान देते हैं। आउटपेशेंट व्यवस्था में, आपके विशिष्ट लक्ष्यों और वित्तीय स्थिति पर निर्भर करते हुए, आप प्रतिदिन अधिकतम छः घंटे, सप्ताह में कई दिन पुनर्वास में भाग ले सकते हैं।

प्र: आउटपेशेंट पुनर्वास देखभाल के मेरे विकल्प क्या हैं?

अपनी तीव्र (एक्यूट) देखभाल अस्पताल-भर्ती को छोड़ते समय आप कुछ प्रकार की इकाइयों की छानबीन करके विचार कर सकते हैं। कई लोग किसी ऐसी मॉडल SCI इकाई में जाते हैं जो इनपेशेंट SCI देखभाल में विशेषज्ञता रखती है और विस्तारित आउटपेशेंट देखभाल भी प्रदान कर सकती है। दूसरा विकल्प है पुनर्वास इकाई प्रत्यायन आयोग (कमिशन ऑन एक्रेडिटेशन ऑफ़ रीहैबिलिटेशन फ़ेसिलिटीज़, CARF) से मान्यता प्राप्त और SCI के लिए नामित किसी ऐसी इकाई में जाना जो आपके घर के समीप हो। इन इकाइयों में विस्तृत आउटपेशेंट कार्यक्रम हो भी सकते हैं और नहीं भी। तीसरा विकल्प है किसी समुदाय-आधारित पुनर्वास इकाई में जाना। इसमें रीव फ़ाउंडेशन द्वारा प्रायोजित सामुदायिक फ़िटनेस एवं कुशलता इकाइयाँ या आपके स्थानीय अस्पताल जैसी इकाइयाँ शामिल हो सकती हैं। और अंत में, कई लोग पहले घर वापस हो जाते हैं और फिर अपने समुदाय में किसी स्वतंत्र OT/PT केंद्र के यहाँ जाकर हर सप्ताह कुछ निश्चित घंटों के लिए पुनर्वास में भाग लेते हैं। हो सकता है कि इन इकाइयों के स्टाफ़ के पास विशिष्ट SCI विशेषज्ञता न हो पर वह बुनियादी पुनर्वास सहायता प्रदान कर सकता है।

हालाँकि इनपेशेंट इकाइयाँ आपके स्वास्थ्य-लाभ में आपकी सहायता के लिए 24-घंटे सहायता और सघन देखभाल प्रदान करती हैं, पर आउटपेशेंट व्यवस्था में आप घर पर रहना जारी रखते हैं और इस दौरान आउटपेशेंट इकाइयाँ कम सघन दैनिक सहायता प्रदान करती हैं। आम तौर पर, कोई इकाई जितने अधिक रोगियों का उपचार करेगी, स्टाफ़ का विशेषज्ञता स्तर उतना ही उँचा होगा। हालाँकि, इकाई के चयन में कई अन्य बिंदुओं पर भी विचार किया जाता है, जैसे आपकी विशिष्ट ज़रूरतें, आपके घर से दूरी, बीमा कवरेज, बीमा कवरेज से बाहर की चीज़ों का भुगतान करने की आपकी योग्यता, स्टाफ़-रोगी अनुपात, सहयोग सेवाएँ और परिणाम।

प्र: मैं किसी आउटपेशेंट इकाई का चयन कैसे करूँ?

आपकी स्थिति के लिए सर्वोत्तम और सबसे उपयुक्त देखभाल चुनने में कई विचार शामिल होते हैं। उपलब्ध उपचारों और कार्यक्रमों के साथ-साथ, आपको स्टाफ-रोगी अनुपात पर, आपकी जो भी व्यक्तिगत प्राथमिकताएँ हों उन पर, और वित्तीय व स्थान विकल्पों पर भी विचार करना होगा। मान्यता-प्राप्त पुनर्वास इकाई ढूँढने के कुछ सबसे अच्छे तरीकों में से एक तरीका यह है कि आप यह खोज पुनर्वास इकाई प्रत्यायन आयोग (कमिशन ऑन एक्रेडिटेशन ऑफ़ रीहैबिलिटेशन फ़ेसिलिटीज़, CARF) (<http://www.carf.org/home/>) नामक स्वतंत्र व अलाभ संगठन के ज़रिए करें। CARF परिणाम-चालित, मूल्य-आधारित सेवाओं को बढ़ावा देता है और प्रत्यायन (मान्यता) केवल गहन समीक्षा के बाद ही स्वीकृत किया जाता है। सामान्य देखभाल इकाइयों की बजाए मेरु रज्जु की चोट की उन इकाइयों की खोज करना न भूलें जो CARF से मान्यता प्राप्त हों। आप चाहें तो मॉडल SCI इकाइयों (<https://msktc.org/sci/model-system-centers>) की तलाश कर सकते हैं। NIDILRR ऐसे संस्थानों को SCI मॉडल सिस्टम्स सेंटर अनुदान देता है जो चिकित्सीय शोध और रोगियों की देखभाल में राष्ट्र में अग्रणी होते हैं और चोट लगने से लेकर पुनर्वास के दौरान और संपूर्ण सामुदायिक जीवन में पुनः प्रवेश तक, सर्वोच्च स्तर की व्यापक विशेषज्ञता सेवाएँ प्रदान करते हैं। सबसे सुविज्ञ निर्णय लेने के लिए यह हमेशा सबसे अच्छा रहता है कि आप जिन इकाइयों पर विचार कर रहे हैं उन्हें आप जाकर देखें।

आपके बीमा लाभों पर निर्भर करते हुए, भौतिक एवं व्यावसायिक चिकित्सकों द्वारा पुनर्वास सेवाएँ एक निश्चित समय तक आपके घर पर दी जा सकती हैं। ये सेवाएँ अस्थायी होती हैं और आपको किसी आउटपैशेंट चिकित्सा केंद्र में पहुँचाने में मदद के लिए होती हैं। पुनर्वास सेवाएँ चिकित्सीय आवश्यकता, चोट के स्तर और अंततः किसी आउटपैशेंट चिकित्सा केंद्र में जाने की योग्यता पर निर्भर करती हैं। यदि आपका बीमा प्रति वर्ष मुलाकातों की एक सीमित संख्या को ही कवर करता है, तो हो सकता है कि आप अपने समुदाय में थेरेपी के वैकल्पिक और कम लागत वाले विकल्प ढूँढ पाएँ।

प्र: घर आ जाने पर मैं किस प्रकार का पुनर्वास स्वयं कर सकता/ती हूँ?

चेयर में बैठ पाने और ठीक से स्थानांतरण कर पाने के लिए धड़ की शक्ति को कायम रखना महत्वपूर्ण होता है। आपकी बीमा कंपनी अक्सर आउटपैशेंट चिकित्सा मुलाकातों की संख्या को सीमित रखती है, इसलिए कुछ अन्य विकल्प इस प्रकार हैं: स्थानीय जिम, मनबहलाव के केंद्र, सुगम्य उपकरणों वाले सामुदायिक कॉलेज या पुनर्वास केंद्र, पूल, गतिविधि-आधारित चिकित्सा, व्यक्तिगत प्रशिक्षक, और अनुकूली खेल या मनबहलाव कार्यक्रम। रीव फ़ाउंडेशन का NeuroRecovery Network® (NRN) भी गतिविधि-आधारित चिकित्सा में विशेषज्ञता रखने वाले अत्याधुनिक क्लीनिकल केंद्र और सामुदायिक फ़िटनेस एवं कुशलता इकाइयाँ प्रदान करता है।

प्र: स्वस्थ बने रहने के लिए मुझे भविष्य में किस चीज़ की योजना बनानी चाहिए?

तन और मन, दोनों के लिए सक्रिय और फिट रहना महत्वपूर्ण होता है। स्कूबा डाइविंग और पाल-नौकायन से लेकर बास्केटबॉल और बिलियर्ड तक, ऐसे कई और अलग-अलग किस्म के मनबहलावी तथा अनुकूली खेल उपलब्ध हैं जिनमें आप अपनी रुचियों की खोजबीन कर सकते हैं और अपने परिजनों व दोस्तों के साथ समय बिता सकते हैं। नियमित रूप से गतिविधि को शामिल करने वाली योजना बनाने से, आप न केवल अपनी नीरस दिनचर्या से अच्छा सा ब्रेक ले पाएँगे, बल्कि आप तनाव को घटाकर अपने संपूर्ण स्वास्थ्य और कुशलता को और बेहतर भी कर पाएँगे। समय निकालकर अपने समुदाय में मनबहलाव और फिटनेस के विकल्पों की जाँच-पड़ताल करें। यदि आप उच्च-स्तरीय क्वाड्रीप्लेजिया के साथ जी रहे हैं, तो आप बोलिंग, फ्रिशिंग, हंटिंग व अन्य खेलों को फिर से शुरू करने या उन्हें आजमाने के लिए अनुकूली उपकरण आजमा सकते हैं। प्रकृति में सैर-सपाटे के लिए अपनी चेयर में पक्की पगडंडियों पर घूमने-फिरने की कोशिश करें।

प्र: मुझे लगता है कि मैं दोबारा वाहन चलाने को तैयार हूँ, मुझे क्या क़दम उठाने होंगे?

इससे पहले कि आप अपनी इनपेशेंट पुनर्वास इकाई छोड़ें, अपने OT से पूछें कि क्या आप ड्राइवर प्रशिक्षण के लिए तैयार हैं। यदि आपकी इनपेशेंट पुनर्वास इकाई अनुकूली ड्राइविंग प्रशिक्षण प्रदान करती है तो हो सकता है कि आप इनपेशेंट पुनर्वास में होने के दौरान उसे कर पाएँ। प्रमाणित वाहन-चालक पुनर्वास विशेषज्ञ (सर्टिफाइड ड्राइवर रीहैबिलिटेशन स्पेशलिस्ट, CDRS) यह मूल्यांकन कर सकता है कि आपके लिए दोबारा वाहन चलाना उपयुक्त है या नहीं और यदि है तो कब, और वह आपकी ज़रूरतों को समायोजित करने वाले विशिष्ट संशोधनों और वाहन-चालन उपकरणों का मूल्यांकन भी कर सकता है। इस मूल्यांकन में आम तौर पर क्लीनिकल आकलन और वाहन-चालन आकलन, दोनों होते हैं। लाइसेंसिंग प्रक्रिया पर गौर करने के लिए आपको अपने राज्य के मोटर वाहन विभाग (डिपार्टमेंट ऑफ़ मोटर व्हीकल्स) में जाना चाहिए। आपकी दवाएँ वाहन चलाने की आपकी योग्यता को प्रभावित कर सकती हैं, इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि आप वाहन चलाने की अपनी इच्छा के बारे में अपने चिकित्सक से बात करें।

स्थानीय योग्य CDRS ढूँढ़ने के लिए, किसी स्थानीय पुनर्वास केंद्र को कॉल करें या एसोसिएशन फ़ॉर ड्राइवर रीहैबिलिटेशन स्पेशलिस्ट्स (<https://www.aded.net/>) से संपर्क करें। अमेरिकन ऑक्युपेशनल थेरेपिस्ट्स एसोसिएशन (<https://www.aota.org/Practice/Productive-Aging/Driving/driving-specialists-directory-search.aspx>) के यहाँ ऐसे OT की एक खोज-योग्य निर्देशिका है जो ड्राइविंग का मूल्यांकन करते हैं। आपके मूल्यांकन के बाद, आप संशोधन के विकल्पों और लागतों को समझने के लिए किसी स्थानीय योग्य कार विक्रेता के साथ कार्य कर सकते हैं। यदि आप अपनी जॉब पर लौटने की तलाश में हैं, तो आपके राज्य के व्यावसायिक

पुनर्वास कार्यालय वाहन में ज़रूरी संशोधनों के संबंध में आपकी मदद कर सकते हैं—पर वाहन की लागत के संबंध में नहीं।

स्रोत: क्रेग हॉस्पिटल, अमेरिकन ऑक्युपेशनल थेरेपिस्ट्स एसोसिएशन (AOTA) और कमिशन ऑन एकेडिटेशन ऑफ़ रीहैबिलिटेशन फ़ेसिलिटीज़, CARF), क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फ़ाउंडेशन/क्रेग हॉस्पिटल की घर वापसी (ट्रांज़िशन टू होम) पुस्तिका

पुनर्वास इकाई का चयन

मेरु रज्जु की चोट के स्थिर हो जाने पर, वह सही पुनर्वास इकाई ढूँढना महत्वपूर्ण है जो आपकी स्थिति के स्तर और प्रकार से मेल खाने वाली देखभाल प्रदान कर सके। यह प्रक्रिया कठिन और चकराने वाली हो सकती है, पर याद रखें कि यह क़दम, आपके निरंतर स्वास्थ्य-लाभ की दिशा में एक मुख्य क़दम है। आपके विचार में आपकी जो ज़रूरतें हैं और चाहतें हैं, समय निकालकर उनकी खोजबीन और उनका आकलन करें, और फिर अपनी खुद की परिस्थितियों के आधार पर हर विकल्प का मूल्यांकन करें।

प्र: मुझे मेरे विकल्पों की खोजबीन कहाँ से शुरू करनी चाहिए?

मान्यता-प्राप्त विशेषज्ञता वाली इकाई को किसी सामान्य पुनर्वास कार्यक्रम की तुलना में वरीयता दी जाती है। मान्यता-प्राप्त पुनर्वास इकाई ढूँढने के कुछ सबसे अच्छे तरीकों में से एक तरीका यह है कि आप यह खोज पुनर्वास इकाई प्रत्यायन आयोग (कमिशन ऑन एकेडिटेशन ऑफ़ रीहैबिलिटेशन फ़ेसिलिटीज़, CARF) नामक स्वतंत्र व अलाभ संगठन के ज़रिए करें। CARF परिणाम-चालित, मूल्य-आधारित सेवाओं को बढ़ावा देता है और प्रत्यायन (मान्यता) केवल गहन समीक्षा के बाद ही स्वीकृत किया जाता है। सामान्य देखभाल की बजाए मेरु रज्जु की चोट की उन इकाइयों की खोज करना न भूलें जो CARF से मान्यता प्राप्त हों। अमेरिका के 14 SCI मॉडल सिस्टम सेंटर्स एक और अच्छा विकल्प हैं। ये मॉडल इकाइयाँ चिकित्सीय शोध और रोगियों की देखभाल में राष्ट्र में अग्रणी हैं और चोट लगने से लेकर पुनर्वास और संपूर्ण सामुदायिक जीवन में पुनः प्रवेश तक, ये मॉडल सुविधाएँ व्यापक सेवाएँ प्रदान करती हैं। रीव फ़ाउंडेशन का NeuroRecovery Network® (NRN) भी गतिविधि-आधारित चिकित्सा में विशेषज्ञता रखने वाले अत्याधुनिक क्लीनिकल केंद्र और सामुदायिक फ़िटनेस एवं कुशलता इकाइयाँ प्रदान करता है।

महत्वपूर्ण विचारणीय प्रश्न

सर्वोत्तम विकल्प के चयन में कम-से-कम तीन इकाइयों की तुलना ज़रूर करें।

- क्या पुनर्वास केंद्र को मेरु रज्जु की चोट में CARF की ओर से मान्यता मिली हुई है या फिर क्या वह मॉडल सेंटर है?
- यह पुनर्वास केंद्र प्रति वर्ष ऐसे कितने रोगियों का उपचार करता है जो जिनका निदान (डाइग्नोसिस) आपके समान है?
- आप कितनी दूर तक जाने या परिवार से दूर रहने को तैयार हैं?
- वहाँ कौन-कौनसे कार्यक्रम हैं? क्या वहाँ अत्याधुनिक चिकित्साएँ उपलब्ध हैं?
- क्या पुनर्वास केंद्र आपकी आयु के अनुसार उपयुक्त है? स्टाफ़-रोगी अनुपात क्या है?
- क्या वहाँ रोगी परामर्श और देखभालकर्ता सहयोग सेवाएँ मिलती हैं?
- आपकी स्वास्थ्य बीमा कंपनी उस पुनर्वास केंद्र को अपने नेटवर्क के अंदर मानती है या बाहर? बीमा से मिलने वाले भुगतान को घटाने के बाद कार्यक्रम की लागत क्या होगी, इसमें संभावित यात्रा व भोजन और परिजनों के लिए होटल शामिल हैं?
- आपके जैसी चोटों के परिणाम क्या हैं?
- क्या आपके चुने पुनर्वास केंद्र के समीप कोई सहायता प्रणाली है ताकि आपके परिजन और दोस्त आपसे मिलने आ सकें?

प्र : पुनर्वास केंद्र चुनने के लिए मुझे किन मानदंडों का उपयोग करना चाहिए?

आपकी स्थिति के लिए सर्वोत्तम और सबसे उपयुक्त देखभाल चुनने में कई विचारों को शामिल करने की ज़रूरत होती है। आरंभ बिंदु के रूप में ऊपर दी गई प्रश्न-सूची का उपयोग करें। उपलब्ध उपचारों और कार्यक्रमों के साथ-साथ, आपको आपकी जो भी व्यक्तिगत प्राथमिकताएँ हों उन पर, और वित्तीय व स्थान विकल्पों पर भी विचार करना होगा। आपका अगला क़दम चाहे इनपेशेंट देखभाल की ओर हो या आउटपेशेंट देखभाल की ओर, हमेशा सबसे अच्छा यही रहता है कि आप और/या आपके परिजन जिन पुनर्वास केंद्रों पर विचार कर रहे हैं उन्हें जाकर देखा जाए और सबसे सुविज्ञ निर्णय लिया जाए। विशेषज्ञ बाल या किशोर कार्यक्रमों को ढूँढ़ना और कठिन है, और आपको इस तलाश में और भी लंबी यात्रा करनी पड़ सकती है।

प्र: पुनर्वास इकाइयाँ क्या-क्या संसाधन प्रदान करती हैं?

सबसे पहले तो, आप यह सुनिश्चित करना चाहेंगे कि पुनर्वास केंद्र के पास आपकी विशिष्ट ज़रूरतों

और स्थिति का अनुभव तथा विशेषज्ञता हो। केंद्र में आपके स्वास्थ्य-लाभ में आपकी सहायता के लिए चिकित्सकों, नर्सों, और थेरेपिस्टों की बहु-विषयक टीम उपलब्ध होनी चाहिए। आपकी चिकित्सीय पुनर्वास टीम में एक फिज़ियाट्रिस्ट, विशेषज्ञ पुनर्वास नर्स, और व्यावसायिक, श्वसन तथा भौतिक चिकित्सक (थेरेपिस्ट) होने चाहिए। अन्य पुनर्वास पेशेवरों में मनोवैज्ञानिक, परिवार परामर्शदाता, और मनबहलाव तथा व्यावसायिक (वोकेशनल) थेरेपिस्ट शामिल हो सकते हैं।

प्र: मैं पुनर्वास केंद्र में भर्ती के लिए कैसे आवेदन करूँ?

अक्सर रोगियों के चिकित्सक, केस प्रबंधक या परिजन उन्हें भर्ती के लिए सीधे रेफर करते हैं। इसके बाद चिकित्सा और बीमे की जानकारी माँगी जाती है और उसकी समीक्षा की जाती है। कई पुनर्वास केंद्रों में प्रक्रिया के दौरान सहायता के लिए भर्ती परामर्शदाता या संपर्क अधिकारी होते हैं।

प्र: यदि मेरी स्वास्थ्य बीमा कंपनी उस पुनर्वास इकाई को कवर न करती हो जो हमारे विचार में सर्वोत्तम है तो?

यदि आपका चुना पुनर्वास केंद्र आपकी बीमा कंपनी के नेटवर्क से बाहर है तो आपको अधिक भुगतान करना पड़ सकता है। अपने अस्पताल केस प्रबंधक से पूछें कि क्या वे आपके वांछित पुनर्वास केंद्र द्वारा प्रदत्त अनूठे लाभों की पक्षधरता में आपकी मदद कर सकते हैं। आप एक सिंगल केस एग्रीमेंट करके अपनी बीमा कंपनी से नेटवर्क से बाहर के केंद्र को अपवाद के रूप में स्वीकारने को भी कह सकते हैं। (सिंगल केस एग्रीमेंट का यह अर्थ है कि अपवाद केवल आपके लिए है और आप उनसे हर किसी के लिए पॉलिसी में बदलाव करने को नहीं कह रहे हैं।) यदि आप किसी अस्वीकृति के विरुद्ध अपील कर रहे हैं तो यह एक विकल्प है। अंततः और यदि आप नेटवर्क से बाहर के शुल्कों के अंतरों को वहन नहीं कर सकते हैं तो, आपका चयन इस बात से तय हो सकता है कि आपकी बीमा कंपनी क्या स्वीकृत करती है और क्या नहीं।

प्र: यदि मेरे परिजन में मेरु रज्जु की चोट और मस्तिष्क की चोट, दोनों के होने की पुष्टि हुई हो तो?

ऐसी कुछ इकाइयाँ हैं जो मस्तिष्क और मेरु रज्जु, दोनों की चोटों पर फ़ोकस करती हैं। मेरु रज्जु की चोट और मस्तिष्क की आघाती चोट, दोनों के लिए मॉडल इकाई सूचियाँ जाँचें। मेरु रज्जु की चोट के सफल पुनर्वास के लिए संज्ञानात्मक पुनर्वास के क्षेत्र में विशेषज्ञ उपचार अत्यावश्यक होते हैं।

स्रोत: CARF, मॉडल सिस्टम्स नॉलेज ट्रांसलेशन सेंटर

किसी से बात करनी है?

हमारे जानकारी विशेषज्ञ आपके प्रश्नों के उत्तर देने के लिए उपलब्ध हैं।

सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से रात 8 बजे (पूर्वी समयानुसार) तक टोल फ्री नंबर 1-800-539-7309 पर कॉल करें। या <https://www.christopherreeve.org/hi/get-support/ask-us-anything/form> पर कॉल निर्धारित करें अथवा ऑनलाइन प्रश्न पूछें।

इस संदेश में निहित जानकारी आपको पक्षाघात और उसके प्रभावों के बारे में शिक्षित करने व सुविज्ञ बनाने के उद्देश्य से प्रस्तुत की गई है। इस संदेश में निहित किसी भी चीज़ का अर्थ चिकित्सीय निदान या उपचार के रूप में नहीं लिया जाना चाहिए और न ही वह इसके लिए प्रयोग करने हेतु उद्दिष्ट है। इसका उपयोग आपके चिकित्सक या अन्य किसी योग्य स्वास्थ्य-देखभाल प्रदाता की सलाह के स्थान पर नहीं किया जाना चाहिए। यदि आपको स्वास्थ्य देखभाल संबंधी कोई प्रश्न पूछना हो तो कृपया शीघ्रता से अपने चिकित्सक या अन्य किसी योग्य स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को फोन करें या उनसे मिलें। कोई भी नया उपचार, आहार या तंदुरुस्ती कार्यक्रम आरंभ करने से पहले हमेशा अपने चिकित्सक या अन्य किसी योग्य स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से परामर्श करें। आपको कभी-भी इस संदेश में पढ़ी गई किसी चीज़ के कारण चिकित्सीय सलाह की अवहेलना नहीं करनी चाहिए अथवा उसे प्राप्त करने में विलंब नहीं करना चाहिए।

इस प्रकाशन को कुल \$87,00,000 मूल्य के वित्तीय सहायता अनुदान के रूप में सामुदायिक जीवन-यापन प्रशासन (एडमिनिस्ट्रेशन फॉर कम्युनिटी लिविंग, ACL), अमेरिकी स्वास्थ्य एवं मानव सेवाएँ विभाग (यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ़ हेल्थ एंड ह्यूमन सर्विसेज़, HHS) की ओर से सहायता मिलती है जिसका 100 प्रतिशत वित्तपोषण ACL/HHS द्वारा किया जाता है। विषय-वस्तुएँ रचियता(ओं) द्वारा रचित हैं और आवश्यक नहीं कि वे ACL/HHS, या अमेरिकी सरकार के आधिकारिक विचारों को या उनके द्वारा विषय-वस्तुओं के समर्थन को दर्शाती हों।