রোগী এবং শুশরূষাকারীর শিক্ষা

# MSK-এর জোসি রবাটর্সন সাজর্ারি সেন্টারে আপনার অস্ে্তর্াপচার

এই তথয্টি MSK-এর জোসি রবাটর্সন সাজর্ারি সেন্টার (JRSC)-এ আপনার অস্ে্তর্াপচারের আগে এবং পরে কী আশা করতে পারেন তা বণর্না করে। আপনার অস্ে্তর্াপচারের আগে এটি পড়ুন। আপনার অস্ে্তর্াপচারের দিন এটি দেখুন, যাতে আপনার কী করতে হবে এবং কী আশা করতে পারেন তা জানতে পারেন। আপনার নাসর্ আপনাকে যে শিক্ষামূলক উপকরণগুলো দিয়েছেন, সেগুলোও পড়তে ভুলবেন না।

JRSC একটি বহিবির্ভাগীয় সাজর্ারি কেন্দর্। সেখানে আপনার যত্ন আপনার অস্ে্তর্াপচারের ধরন অনুযায়ী নিধর্ারিত হবে এবং বিশেষভাবে আপনার জনয্ পরিকল্িপত হবে। পর্তিটি ধাপে কী আশা করতে পারেন তা জানাতে আমরা আপনার সঙ্েগ কথা বলব।

## আপনার অস্ে্তর্াপচারের আগে

আপনার অস্ে্তর্াপচারের আগে এবং পরে আপনার MSK MyChart বা ইমেইল অয্াকাউন্েট আপনি একটি ধারাবাহিক জরিপ পাবেন। তারা আপনার সব্াস্থয্ এবং JRSC-তে আপনার অভিজ্ঞতা সম্পকের্ জিজ্ঞাসা করবে। আপনার যদি আগে থেকে MSK MyChart অয্াকাউন্ট না থাকে, তাহলে অস্ে্তর্াপচারের আগে এটি খুলে নেওয়াই ভালো।

### MSK MyChart বয্বহার করা

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) হলো MSK-র রোগীর পোটর্াল। আপনার কেয়ার টিমকে বাতর্া পাঠাতে ও পড়তে, আপনার পরীক্ষার ফলাফল দেখতে, আপনার অয্াপয়েন্টমেন্টের তারিখ ও সময় দেখতে এবং আরো অনেক কিছু করতে আপনি এটি বয্বহার করতে পারেন। আপনি আপনার পরিচযর্াকারীকে তার নিজসব্ অয্াকাউন্ট তৈরি করার জনয্ আমন্তর্ণ জানাতে পারেন যাতে তারা আপনার পরিচযর্া সম্পকির্ত তথয্ দেখতে পারে।

আপনার যদি MSK MyChart এ অয্াকাউন্ট না থাকে, তবে আপনি mskmychart.mskcc.org ওয়েবসাইটে সাইন আপ করতে পারেন। আপনার কেয়ার টিমের সদসয্কেও ইনভাইটেশন পাঠাতে বলতে পারেন।

অয্াকাউন্ট সম্পকির্ত কোন সাহাযেয্র অনয্, MSK MyChart হেল্পডেস্কের 646-227-2593 নমব্রে কল করুন। সোমবার থেকে শুকর্বার সকাল 9টা থেকে 5টা পযর্ন্ত (ইস্টানর্ টাইম) তাদের সাথে যোগাযোগ করতে পারবেন।

## আপনার অস্েতর্াপচারের দিন

### কী আনতে হবে

- আপনার পের্সকির্পশন কাডর্, যদি আপনি JRSC-তে আপনার পের্সকির্পশন অনুযায়ী ওষুধ নিতে চান।
- পর্সাধন সামগর্ী, বিশেষ করে যদি আপনার অস্েতর্াপচারের পরে রাতে থাকতে হতে পারে।
- আপনার অস্েতর্াপচারের পর JRSC থেকে বের হওয়ার সময় পরার জনয্ পোশাক। JRSC-এ থাকাকালীন আপনাকে পরার জনয্ একটি গাউন, রোব এবং পিছল-রোধী মোজা দেওয়া হবে।

    - আপনার বহিবির্ভাগ ক্লিনিকের নাসর্ আপনাকে নিদির্ষ্ট ধরনের পোশাক আনার জনয্ বলতে পারেন। উদাহরণসব্রূপ, তারা আপনাকে বোতাম-ওয়ালা শাটর্ বা ইলাস্টিক কোমরবন্ধযুক্ত পয্ান্ট আনতে বলতে পারেন। তাদের নিদের্শাবলি অনুসরণ করুন।
- আপনার ফোন বা টয্াবলেট এবং তার চাজর্ার।
- অনয্ানয্ মূলয্বান জিনিসপতর্ বাড়িতে বা আপনার যত্নকারী বা দশর্নাথর্ীর কাছে রেখে যাওয়াই ভালো। এর মধেয্ গয়নাও অন্তভুর্ক্ত।
- আপনি চাইলে বাড়ি ফেরার গাড়ি যাতর্ার সময় আরাম পাওয়ার জনয্ একটি বালিশ রাখতে পারেন।

ক্লিনিকে বা MSK MyChart-এ আপনি যে রোগী শিক্ষা সম্পকির্ত উপকরণ পেয়েছেন, সেগুলো পড়ুন। তারা সাথে আনার জনয্ অনয্ানয্ জিনিসের তালিকাও দিতে পারে।

আপনার যদি JRSC-এ রাতে থাকার সম্ভাবনা থাকে, তাহলে ১ জন যত্নকারী বা দশর্নাথর্ী আপনার সঙ্গে থাকতে পারেন। তাদেরও পর্য়োজনীয় পর্সাধন সামগর্ী এবং পোশাকসহ একটি বয্াগ গুছিয়ে নেওয়া উচিত।

খুব কম ক্েষতের্, আমাদের JRSC থেকে সাজর্ারি মেমোরিয়াল হাসপাতালে, MSK-এর পর্ধান হাসপাতালে স্থানান্তর করতে হতে পারে। এটি ঘটলে, আপনার যত্নকারী বা দশর্নাথর্ী আপনার সঙ্গে রাতযাপন করতে নাও পারেন। আপনার পরিচযর্া দল আপনাকে আরও তথয্ দেবে।

**কোথায় যাবেন**

JRSC-এর ঠিকানা হলো:

১১৩৩ ইয়র্ক অ্যাভিনিউ (ইস্ট ৬১তম ও ইস্ট ৬২তম স্ট্রিটের মধ্যে)
New York, NY ১০০৬৫

JRSC-এ রোগীদের নিরাপদে নামানোর জন্য একটি ড্রাইভওয়ে রয়েছে। আপনি ইয়র্ক অ্যাভিনিউর দক্ষিণমুখী লেন থেকে ওই ড্রাইভওয়েতে যেতে পারেন।

আপনি যদি FDR ড্রাইভ বা ইয়র্ক অ্যাভিনিউর উত্তরমুখী লেন থেকে আসেন, তাহলে ৬১তম স্ট্রিটে বামে মোড় নিন। ব্লকটি ঘুরে আসুন, যাতে আপনি দক্ষিণমুখী ইয়র্ক অ্যাভিনিউর ড্রাইভওয়েতে প্রবেশ করতে পারেন।

**যেখানে পার্ক করতে হবে**

MSK রোগী এবং দর্শনার্থীরা JRSC-এর পাশের গ্যারেজে পার্কিং সংরক্ষণ করতে পারেন। এর ঠিকানা হলো:

425 E. ৬১তম স্ট্রিট (ইয়র্ক এবং ১ম অ্যাভিনিউর মধ্যে)
নিউ ইয়র্ক, NY ১০০৬৫
প্রবেশপথটি JRSC-এর একটু পরে অবস্থিত, রাস্তার পাশে। **ডান পাশে** রাস্তার ডান পাশে।

কীভাবে নিবন্ধন এবং সংরক্ষণ করতে হবে তা জানতে www.msk.org/parking ভিজিট করুন। পার্কিং বিকল্প সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য ৬৪৬-৮৮৮-৭১০০ নম্বরে কল করুন।

JRSC-এর কাছাকাছি আরও বেশ কয়েকটি গ্যারেজ রয়েছে। আমরা নিচে কয়েকটি তালিকাভুক্ত করেছি।

- ১১১৩ ইয়র্ক অ্যাভিনিউ (ইয়র্ক অ্যাভিনিউ ও ৬১তম স্ট্রিটের

কোণে)
নিউ ইয়র্ক, NY ১০০৬৫
প্রবেশপথটি ৬১তম স্ট্রিটে, রাস্তার বাম পাশে অবস্থিত।

- 501 ই. ৬১তম স্ট্রিট (FDR ড্রাইভ এবং ইয়র্ক অ্যাভিনিউর মধ্যে)
  নিউ ইয়র্ক, NY ১০০৬৫
- 403 ই. ৬০তম স্ট্রিট (১ম এবং ইয়র্ক অ্যাভিনিউর মধ্যে)
  নিউ ইয়র্ক, NY ১০০৬৫

MSK-এর এই গ্যারেজগুলোর সাথে কোনো সম্পর্ক নেই। আরও তথ্যের জন্য সরাসরি তাদেরকে কল করুন।

চিত্র 1. MSK-এর পার্কিং গ্যারেজ (নীল) এবং কাছাকাছি অন্যান্য গ্যারেজ (টিল)

## JRSC-এ চেক-ইন করুন

আপনি JRSC-এ প্রবেশ করলে একজন কনসিয়াজ্র আপনাকে স্বাগত জানাবেন। তারা আপনাকে ৩য় তলার চেক-ইন এলাকায় নিয়ে যাবে।

আপনি যখন ৩য় তলায় পৌঁছাবেন, তখন আপনাকে পরার জনয্ একটি নীল বয্াজ দেওয়া হবে। আপনার সঙ্গে যদি কোনো যত্নকারী বা দশর্নাথরী্ থাকে, তবে তাকে একটি হলুদ বয্াজ দেওয়া হবে। এই বয্াজগুলো আপনার পরিচযরা্ দলকে আপনাকে এবং আপনার যত্নকারীকে খুঁজে পেতে সাহাযয্ করে, যাতে তারা আপনার অগর্গতির সম্পকের্ জানাতে পারে।

আপনার অস্ত্রোপচারের পর আপনাকে বাড়ি নিয়ে যাবেন যে বয্ক্তি, তার নাম এবং যোগাযোগের তথয্ আমরা চাইব। এই বয্ক্তি তাদের ফোন নমব্র দিয়ে আপনার অস্ত্রোপচারের আগে, চলাকালীন এবং পরে টেক্সট মেসেজের মাধয্মে আপডেট পেতে পারেন।

**অস্ত্রোপচারের পূবর্বতরী্ কেন্দ্রে কী আশা করবেন**

আপনার পরিচযরা্ দলের একজন সদসয্ আপনাকে পর্স্তুত হলে ৬ষ্ঠ তলার পির্-সাজির্কয্াল সেন্টারে নিয়ে যাবেন। আপনি অপারেশন রুমে যাওয়া পযর্ন্ত আপনার যত্নকারী বা দশর্নাথরী্ আপনার সঙ্গে থাকতে পারেন।

পির্-সাজির্কয্াল সেন্টারে আপনি একটি গাউন, হাসপাতালের রোব এবং পিছল-রোধী মোজা পরবেন। আপনার পোশাক, ফোন, চশমা এবং অনয্ানয্ জিনিসপতর্ রাখার জনয্ আমরা আপনাকে একটি বয্াগ দেব। আপনার অস্ত্রোপচারের সময় আমরা এই বয্াগটি একটি তালাবদ্ধ আলমারিতে রাখব এবং আপনাকে পুনরুদ্ধার কক্ষে এনে দেব।

আপনি পির্-সাজির্কয্াল সেন্টারে আপনার পরিচযরা্ দলের সঙ্গে দেখা করবেন। তারা আপনার চিকিৎসার ইতিহাস পযরা্লোচনা করবেন এবং আপনার পর্শ্নের উত্তর দেবেন। আপনার যদি কোনো খাদয্-সংকর্ান্ত বিধিনিষেধ থাকে, যেমন আপনি কোশার, গ্লুটেন-মুক্ত বা নিরামিষভোজী হন, তাহলে তাদের জানান। তারা নিশ্চিত করবে যে আপনি পর্য়োজনীয়

খাবার ও পানীয় পাচ্ছেন।

আপনার অস্ত্রোপচারের সময় হলে নাসর্ আপনাকে অপারেশন রুমে নিয়ে যাবেন।

**যত্নকারী ও দশর্নাথর্ীদের জনয্ তথয্**

আমাদের রোগী ও কমর্ীদের নিরাপদ ও সুস্থ রাখতে আমরা মাঝে মাঝে দশর্নাথর্ী নীতি হালনাগাদ করি। সবর্শেষ তথেযর্ জনয্www.msk.org/visitওয়েবসাইটে যান।

আমরা রোগীকে অপারেশন রুমে নিয়ে গেলে, আপনি ৩য় তলার অপেক্ষার এলাকায় ফিরে যাবেন। অপেক্ষা এলাকায় ওয়াই-ফাই, চাজির্ং স্টেশন এবং অস্ত্রোপচারের সবর্শেষ তথয্ দেখানোর জনয্ স্ক্রিন রয়েছে। এছাড়াও সেখানে একটি কয্াফে রয়েছে, যেখানে আপনি খাবার, পানীয় এবং উপহার কিনতে পারেন।

সম্ভব হলে, একজন নাসর্ লিয়াজোঁ অপেক্ষা এলাকায় এসে আপনাকে অস্ত্রোপচারের সবর্শেষ অবস্থা জানাবেন। অস্ত্রোপচারের পরে, রোগী দশর্নাথর্ীদের জনয্ পর্স্তুত হলে একজন স্টাফ সদসয্ আপনাকে তার পুনরুদ্ধার কক্ষে নিয়ে যাবেন।

# আপনার অস্ত্রোপচারের পরে

## JRSC-এ

আপনার পরিচযর্া দলের একজন সদসয্ আপনাকে ৪থর্, ৫ম বা ৬ষ্ঠ তলার বয্ক্তিগত পুনরুদ্ধার কক্ষে নিয়ে যাবেন। আপনি যখন দশর্নাথর্ীদের জনয্ পর্স্তুত হবেন, তখন আপনার পরিচযর্া দল আপনার যত্নকারী বা দশর্নাথর্ীকে আপনার কক্ষে নিয়ে আসবে।

আপনি জেগে উঠলে, আপনার নার্স যা করবেন:

- আপনাকে হাঁটতে উৎসাহিত করবেন।
- আপনার অস্ত্রোপচারের পর অনুমতি থাকলে আপনাকে খাবার ও পানীয় দেবেন।
- আপনার সঙ্গে আপনার ছাড়পত্রের নির্দেশনা পর্যালোচনা করবেন।
- আপনার প্রশ্নগুলোর উত্তর দেবেন।

আপনার কক্ষ থেকে আপনি পারবেন:

- আপনার পরিচর্যা দলের সঙ্গে যোগাযোগ করতে পারবেন।
- টিভিতে মিউজিক চ্যানেল দেখতে বা শুনতে পারবেন।
- ফোন বা ট্যাবলেট ব্যবহার করে কল করা, গান শোনা বা ভিডিও চ্যাট করতে পারবেন।

আপনার অস্ত্রোপচারের ওপর নির্ভর করে আপনি JRSC-এ ১ রাত থাকতে পারেন। আপনার কক্ষে একটি লাউঞ্জ চেয়ার বা স্লিপার সিট থাকবে, যাতে ১ জন যত্নকারী বা দর্শনার্থী আপনার সঙ্গে থাকতে পারেন।

আপনার পরিচর্যাকারী দল যদি মনে করেন আপনার আরও সময় থাকার প্রয়োজন, তাহলে আপনাকে MSK-এর প্রধান হাসপাতাল মেমোরিয়াল হাসপাতালে নিয়ে যাওয়া হবে। এটি ১২৭৫ ইয়র্ক অ্যাভিনিউতে অবস্থিত, ইস্ট ৬৭তম এবং ইস্ট ৬৮তম স্ট্রিটের মধ্যে।

## বাড়িতে

আপনি বাড়ি যাওয়ার পরের দিন আপনার পরিচর্যা দলের একজন সদস্য

আপনাকে ফোন করবেন। তারা আপনার কেমন লাগছে তা জানতে চাইবেন এবং আপনার পর্শ্নের উত্তর দেবেন।

### আপনার রিকভারি টর্যাকার পূরণ করুন

আপনি JRSC ছেড়ে যাওয়ার পর কেমন অনুভব করছেন তা আমরা জানতে চাই। আপনার যত্ন অবযাহত রাখতে, আমরা আপনার অস্ত্রোপচারের পর ৫ থেকে ১০ দিন পর্তিদিন আপনার MSK MyChart অ্যাকাউন্টে পর্শ্ন পাঠাব। এই পর্শ্নাবলী আপনার সুস্থ হওয়ার টর্যাকার হিসাবে পরিচিত।

পর্তিদিন মধযরাতের আগে (রাত 12টা) আপনার সুস্থ হওয়ার টর্যাকারটি পূরণ করুন। এটি সম্পূণর্ করতে মাতর্ 2 থেকে 3 মিনিট সময় লাগে। এই পর্শ্নাবলীর আপনার উত্তর আমাদের বুঝতে সহায়তা করবে যে আপনি কেমন বোধ করছেন এবং আপনার কী পর্য়োজন।

আপনার উত্তরের ভিত্তিতে আমরা আপনার সাথে আরও তথেযর জনয্ যোগাযোগ করতে পারি বা আপনার সাজর্নের অফিসে ফোন করতে বলতে পারি। আপনার কোনো পর্শ্ন থাকলে আপনি সবর্দা আপনার সাজর্নের অফিসে যোগাযোগ করতে পারেন।

আপনার রিকভারি টর্যাকার সম্পকের্ আরও তথেযর জনয্ নিচের ভিডিওটি দেখুন।

Please visit www.mskcc.org/bn/cancer-care/patient-education/video/about-your-recovery-tracker to watch this video.

আপনার কোনো পর্শ্ন বা উদেব্গ থাকলে আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন। আপনার পরিচযর্া দলের একজন সদসয্ সোমবার থেকে শুকর্বার পযর্ন্ত উত্তর দেবেন সকাল 9:00 টা থেকে বিকেল 5:00 টার পর এই সময়ের বাইরে, আপনি একটি বাতর্া রেখে যেতে পারেন বা অনয্ একজন MSK পর্দানকারীর সাথে কথা বলতে পারেন। কলে সবর্দা একজন ডাক্তার বা নাসর্কে পাবেন। আপনি যদি আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীর সঙ্গে কীভাবে যোগাযোগ করবেন তা নিশ্চিত না হন, তাহলে ফোন করুন। ২১২-৬৩৯-২০০০.

আরো রিসোসের্র জনয্ www.mskcc.org/pe-এ ভিজিট করে আমাদের ভাচুর্য়াল লাইবের্রি দেখুন।


Memorial Sloan Kettering Cancer Center কতৃর্ক সবর্সব্তব্ সংরকি্ষত