

PARKINSON'S^{UK} CHANGE ATTITUDES. FIND A CURE. JOIN US.



பாக்கின்சன்ஸ்
நோய்பற்றிய
தகவல்களும்
உதவியும்



Parkinson's information and support
Tamil

பாக்கின்சன்ஸ் நோயைக் கண்டுபிடிப்பதால் உங்கள் வாழ்க்கை தலைகீழாக மாறும் - எங்களிடம் வாருங்கள்.

பாக்கின்சன்ஸ் நோய் உங்களுக்கோ
அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த
ஒருவருக்கோ இருந்தால், பெரும்பாலும்
உங்களிடம் அதிக கேள்விகளும்
சிலவேளைகளில் கவலைகளுமிருக்கும்.
அங்குதான் பாக்கின்சன்ஸ் யு கே வருகிறது.

பாக்கின்சன்ஸால் பாதிக்கப்பட்ட ஒவ்வொருவருக்கும்
பலவித தகவல்களையும் உதவிகளையும் நாங்கள்
அளிக்கிறோம். உங்களுக்குத் தேவைப்படும் போதெல்லாம்,
நீங்கள் எங்களுடன் எந்த வகையில் தொடர்பு கொள்ள
முயன்றாலும், நாங்கள் இங்கு காத்திருக்கிறோம்.

இந்தத் துண்டுப்பிரசுரம் பாக்கின்சன்ஸ் பற்றிய
தகவல்களையும் உதவிகளையும் நீங்கள் அடைவதற்கான
எல்லாவிதமான வழிமுறைகளையும் விளக்குகிறது.
உங்களுக்குப் பொருத்தமான சிறந்ததைத் தெரிவு
செய்யுங்கள், இந்த நிலைமையுடன் வாழ்வது பற்றி சிறிது
அதிகமாக அறிந்துகொள்ள உங்களுக்கு உதவ எங்களை
விடுங்கள்.

நான் இணையத்தின் மூலம் பாக்கின்சன்ஸ்
நோய் பற்றி அறிய விரும்புகிறேன்.
பக்கங்கள் 6, 8, 11 ஐப் பார்க்கவும்.

என்னிடம் அதிக
கேள்விகள் உள்ளன,
உள்ளூரில் நான்
யாருடனாவது பேச
முடியுமா?
பக்கங்கள் 5, 7 ஐப்
பார்க்கவும்.



நம்பக்கூடிய தகவல்களை
நான் எங்கு பெற முடியும்?
பக்கம் 8 ஐப்
பார்க்கவும்.



நான்
யாரையாவது
அழைத்துப் பேச
முடியுமா?
பக்கங்கள் 5, 7
ஐப் பார்க்கவும்.



பாக்கின்சன்ஸ் பற்றிய
இதுநாள்வரையான செய்திகளைப்
பெற விரும்புகிறேன்.
பக்கம் 10 ஐப் பார்க்கவும்.

எங்களது எந்தவொரு தகவலையோ உதவியையோ
அணுக: **0808 800 0303** அல்லது
parkinsons.org.uk/supportnetworks இணைய
முகவரியை தொடர்பு கொள்ளவும்.

பாக்கின்சன்ஸ் யுகே குழுவினரிடமிருந்து தகவல்களும் உதவிகளும்

ஒருவருக்கு இன்று ஓர் அழைப்பு
விடுக்க அல்லது உள்ளூரில்
ஒருவருடன் பேச

உதவி இணைப்பு

எங்களது தாதி நிபுணர்களும் ஆலோசகர்களும் பாக்கின்சன்ஸ் நோயுடன் வாழ்வதிலுள்ள எல்லா விடயங்களிலும் தகவல்களை வழங்க தொலைபேசியின் மறுமுனையில் காத்திருக்கிறார்கள்

இது, நோய் அறிகுறிகளைச் சமாளித்து மருந்துகளை எடுப்பது உட்பட நாளாந்த வாழ்க்கை, சமூகப் பராமரிப்பு, தொழில், நலஉதவிகள் போன்ற பலதை உள்ளடக்கும்.

நீங்கள் பாக்கின்சன்ஸ் நோயுடன் வாழ்வது பற்றி யாருடனாவது கதைக்க, அதாவது அந்த நிலையிலுள்ள ஒரு நண்பர் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர் அல்லது சகபாடியுடன் தொடர்பேற்படுத்தலாம்.

இந்த உதவி இணைப்பு இலவசமானதும் அந்தரங்கமானதுமாகும். மொழிபெயர்ப்பு, எழுத்து மூலப் பரிமாறல் வசதிகளுமுண்டு.

*அழைப்புக்கள் யுகே நில இணைப்புகளுக்கும், அனேக செல்லிடத் தொலைபேசி வலைப்பின்னல்களுக்கும் இலவசமானது.

உள்ளூர் தகவல், உதவி

சேவையாளர்கள்

எங்கள் தகவல், உதவிச் சேவையாளர்கள் பாக்கின்சன்ஸ் நோய் பற்றியும், உள்ளூர் சேவைகள் பற்றியும் அந்தரங்கமான தகவல்களை நேருக்கு நேராக வழங்குகின்றனர்.

அவர்கள் இந்த நிலையினால் பாதிக்கப்பட்ட எவருக்கும் - குடும்பம், நண்பர்களுட்பட, உதவுகின்றனர். அவர்கள் உள்ளூர் உதவிச் சேவைகள் மூலமும், தேவையானால் உடல்நல சமூகப்பராமரிப்பு உத்தியோகஸ்தர்களுடன் தொடர்புபட்டும் உங்களது தேவைகளைப் பெற உதவுவர்.

நலஉதவிகளுக்கான தகவல்களை வழங்குவதிலிருந்து உணர்வுபூர்வமான உதவிகளைப் புரிவதுவரை எமது தகவல் உதவிச் சேவையாளர்கள் செய்யக் காத்திருக்கிறார்கள்.



இதுபற்றி மேலும் அறிய **0808 800 0303** (எழுத்துரு அஞ்சல் **18001 0808 800 0303** இல் தொடர்பு கொள்ளவும். மொழிபெயர்ப்புச் சேவையுமுண்டு.

ஒருவர்

புரிந்துகொண்டு

பாக்கின்சன்ஸ் நோயினால்
பாதிக்கப்படும் பிறருடன்
பேசுவது

இணையத்தள மன்றம்

எங்கள் மன்றம் பாக்கின்சன்ஸ் நோயின் அனுபவங்களை அதே நிலைமையிலுள்ள பிறருடன் இணையத்தில் பகிர்ந்துகொள்ளச் சிறந்த வழியாகும். இந்த மன்றம் பாக்கின்சன் நோயுடையோர், பாதிக்கப்பட்டவரின் குடும்பத்தினர், நண்பர்கள் போன்றோருக்குரியது.

இந்தத் தளத்தை நோயை அறிந்தபோது ஏற்பட்ட உளத்தாக்கம், நாளாந்த வாழ்க்கையைச் சற்று இலகுவாக்குவதற்கான ஆலோசனைகள் போன்ற பரவலான விடயங்களில் உங்கள் அனுபவங்களையும் கருத்துக்களையும் பகிர்ந்துகொள்ளப் பாவிக்கலாம்.



இணையான உதவிச் சேவை

பாக்கின்சன்ஸ் நோயினால் பாதிக்கப்பட்டு ஒரேவகையான பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்ளும் ஒருவருடன் நீங்கள் தொலைபேசியில் உரையாட வேண்டுமானால், நாங்கள் ஒரு பயிற்றப்பட்ட இணையான உதவிச்சேவைத் தொண்டரை உங்களுடன் தொடர்புபடுத்திச் செய்வோம்.

நீங்கள், சிகிச்சையின்போதான தனிப்பட்ட அனுபவங்கள், நிலைமையுடன் சமாளித்துப் போகும் வழிமுறைகள், பாக்கின்சன்ஸால் பாதிக்கப்படும் ஒருவரைப் பராமரிக்கும் வழிமுறைகள் போன்ற எதைப்பற்றியும் கலந்துரையாட முடியும்.

நீங்கள் பாக்கின்சன்ஸால் பாதிக்கப்பட்ட இன்னொருவருடன் சும்மா அளவளாவ வேண்டுமாயின் எங்களது தொண்டர்களும் அதற்கு உதவிசெய்வதில் மகிழ்ச்சியடைவர். அந்தச் சேவை இலவசமானதும் அந்தரங்கமானதுமாகும். எங்கள் தொண்டர்கள் உங்களுக்கு வசதியானவோர் நேரத்தில் போன் செய்வர்.

உள்ளூர்க் குழுவினர்

பாக்கின்சன்ஸினால் பாதிக்கப்பட்ட பிறரின் நட்பையும் உதவியையும் எங்களது உள்ளூர் குழுவொன்றில் சந்தித்துப் பெறலாம்.

உள்ளூர்க் குழுக்கள் எல்லாவித வடிவங்களிலும் அளவுகளிலுமுள்ளன. குறிப்பாக அவற்றில் சில பாக்கின்சன்ஸினால் பாதிக்கப்பட்ட இளம் வயதினருக்கானவை.

நட்பு, உதவி போன்றவற்றுடன், பல குழுக்கள், உடற்பயிற்சி வகுப்புகள், நடனம், பகல் சுற்றுலா, பாக்கின்சன்ஸுடன் தொடர்புடைய பல விடயங்களைப் பற்றிய உரையாடல்கள் போன்ற பலவகைச் செயற்பாடுகளிலும் ஈடுபடுகின்றன.

இதுபற்றி மேலும் அறிய **0808 800 0303** (எழுத்துரு அஞ்சல் **18001 0808 800 0303** இல் தொடர்பு கொள்ளவும். மொழிபெயர்ப்புச் சேவையுமுண்டு.

நீங்கள் அறிந்திருக்க வேண்டியதெல்லாம்

நீங்கள் நம்பக்கூடிய தகவல்களையே

தகவல் மூலங்கள்

எங்கள் இதுநாள்வரையான தகவல் மூலங்கள் தகவல்களுக்கான அங்கீகரிக்கப்பட்ட தரநியமமுடையவையாகும். அவை பாக்கின்சன்ஸுடன் வாழ்வதற்கான எல்லா விடயங்களையும் அதிகளவில் அறிய ஓர் சிறந்த வழிமுறையாகும்.

எங்களது மூலங்கள் பாக்கின்சன்ஸ் என்றாலென்ன, எவ்வாறு அதற்குச் சிகிச்சையளிக்கப்படுகின்றது என்பன போன்ற பரவலான விடயங்களைச் சுற்றியுள்ளன. அவை உணர்வ பூர்வமான பிரச்சனைகளிலும், அந்த நிலைமை நாளாந்த வாழ்வை எப்படிப் பாதிக்கின்றது என்பதிலும் கவனஞ் செலுத்துகின்றன. அத்துடன் குடும்பத்தினர் நண்பர்களுக்கான தகவல் மூலங்களும் எங்களிடமுண்டு.

எங்களது எல்லா தகவல் மூலங்களையும் இலவசமாக ஆர்டர் செய்யவோ தரவிறக்கம் செய்யவோ முடியும். நீங்கள் அவற்றை வேறு மொழிகளிலும் பெற முடியும்.

இணையத் தளங்கள்

எங்களது இணையத்தளம் பாக்கின்சன்ஸ் நோய்பற்றிய தகவலால் நிரப்பப்பட்டுள்ளது. இந்த நிலைமையைப் பற்றியும், இதனுடன் வாழ்வது எத்தகையது என்பதோடு இதுநாள்வரையான புதிய பாக்கிசன்ஸ் ஆராய்ச்சிகள் தொடர்பாகவும் இங்கு அதிகம் அறியலாம்.

அத்துடன், அருகிலுள்ள உதவிச்சேவைகள், உதவிச் சேவையாளர்கள், உள்ளூர்க் குழு உட்பட எங்கள் எல்லாத் தகவல் உதவிச் சேவைகள் பற்றிய தொடர்பு விபரங்களையும் நீங்கள் அறியலாம்.



உள்ளூர் தகவல் நிகழ்வுகள்.

வருடம் முழுவதும் நாங்கள் யுகே முழுவதிலும் பலவித தகவல் நிகழ்வுகளை ஒழுங்கு செய்கிறோம். நீங்கள் உள்வந்து உங்களது உள்ளூர் பாக்கின்சன்ஸ் யுகே குழுவினரைச் சந்திப்பதோடு உள்ளூரில் என்ன உதவிகளும் சேவைகளும் கிடைக்கின்றன என்பதையும் அறியலாம்.

அத்துடன், பாக்கின்சன்ஸுடன் வாழ்வது பற்றிய தகவல்களையும் நீங்கள் அறியமுடியும். இந்த நிலைமையால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள எவரும் எங்கள் தகவல் நிகழ்வுக்கு வரும்படி வரவேற்கப்படுகிறீர்கள்.

இதுபற்றி மேலும் அறிய **0808 800 0303** (எழுத்துரு அஞ்சல் **18001 0808 800 0303** இல் தொடர்பு கொள்ளவும். மொழிபெயர்ப்புச் சேவையுமுண்டு.

தொடர்பில் இருங்கள்

எல்லா சமகாலச் செய்திகளையும் பெறுவதோடு பாக்கின்சன்ஸால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள மற்றவர்கள் கூறுவதையும் கேளுங்கள்.

பாக்கின்சன்ஸ் யுகே இல் அங்கத்துவம்

நீங்கள் தகவல்கள், உதவிகள், செய்திகள் போன்றவற்றுடன் தொடர்பிலிருக்க விரும்பினால் ஏன் பாக்கின்சன்ஸ் யுகே இல் ஏன் அங்கத்தவராகக் கூடாது?

அங்கத்தவர்கள் “த பாக்கின்சன்” காலாண்டுச் சஞ்சிகையைப் பெறுகிறார்கள். ஒவ்வொரு வெளியீடும் பாக்கின்சன்ஸுடன் வாழுகின்றவர்களின் அனுபவக் கதைகளுடன் இந்த நிலைமை பற்றிய சமகாலச் செய்திகளாலும் நிரம்பியுள்ளன.

நீங்கள் பாக்கின்சன்ஸ் ஆராய்ச்சியில் புதிய முன்னேற்றங்களை உள்ளடக்கிய “புரோகிரஸ்” சஞ்சிகையையும் பெறுவீர்கள்

அத்துடன் நிகழ்வுகள், செய்திகள், உள்ளூராட்களிடமிருந்து வரும் கதைகள் உட்பட உங்கள் பிரதேசத்தில் என்ன நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது என்கின்ற தகவல்களையும் நாங்கள் உங்களுக்கு அனுப்புவோம்.

பாக்கின்சன்ஸ் யுகே அங்கத்துவத்திற்கு வருடாந்தம் £4 மட்டுமே செலவாகிறது.

இதுபற்றி மேலும் அறிய **0808 800 0303** (எழுத்துரு அஞ்சல் **18001 0808 800 0303** இல் தொடர்பு கொள்ளவும். மொழிபெயர்ப்புச் சேவையுமுண்டு.

சமூகத் தொடர்பு

நீங்கள் இணைய வலையைப் பாவிப்பவராயின் அறக்கட்டளை பற்றி அடிக்கடி சேர்க்கப்படுபவை, ஆராய்ச்சி முன்னேற்றங்கள் உட்பட வேறு பாக்கின்சன்ஸ் செய்திகளையும் “ருவிற்றர்” நுண்வலைப் பதிவில் பெறலாம்.

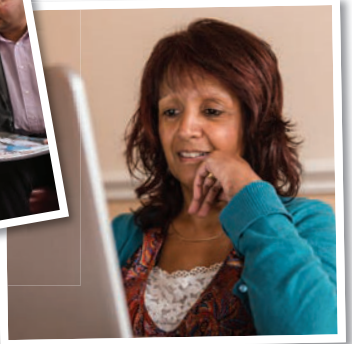
இதுநாள்வரையான புதிய செய்திகள், நிகழ்வுகள் பற்றியும் உங்கள் அனுபவங்களை பாக்கின்சன்ஸால் பாதிக்கப்பட்ட மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளவும் முகநூலை (பேஸ்புக்) பாவிக்கவும்.



www.facebook.com/parkinsonsuk



www.twitter.com/parkinsonsuk



யுகே யில் ஒவ்வொரு மணித்தியாலத்திற்கும் ஒருவரிடம் பாக்கின்சன்ஸ் நோயிருப்பதாகச் சொல்லப்படுகிறது. நாங்கள் இங்கிருப்பதால் யாரும் தனித்து நின்று பாக்கின்சன்ஸை எதிர்கொள்ள வேண்டியதில்லை.

எங்களது உள்வூர்க் குழுக்கள், இணையத்தளம், இலவச அந்தரங்க உதவி இணைப்பு ஆகியவற்றின் வலைப்பின்னலால் நாங்கள் பாக்கின்சன்ஸ் உள்ளவர்கள், அவர்களது பராமரிப்பாளர்கள், குடும்பத்தினரை ஒருங்கிணைக்கிறோம். தாதி நிபுணர்கள், எங்களது ஆதரவாளர்கள் மற்றும் அலுவலர்கள் பாக்கின்சன்ஸ் நோயின் எல்லா விடயங்களைப் பற்றியும் தகவல்களையும், பயிற்சிகளையும் அளிக்கிறார்கள்.

யுகே பாக்கின்சன்ஸ் உதவி, ஆராய்ச்சி அறக்கட்டளையாக நாங்கள் தலைமையேற்று நோயைச் சுகப்படுத்த வழிதேடுவதோடு, முன்னெப்போதையும்விட நெருக்கமாகவுள்ளோம். நாங்கள் எப்போதும் போக்கைமாற்ற பிரச்சாரம் செய்வதோடு சிறந்த சேவையையும் வலியுறுத்துகிறோம்.

எங்களது சேவை முழுவதாக நன்கொடைகளிலேயே தங்கியுள்ளது. பாக்கின்சன்ஸால் பாதிக்கப்பட்ட ஒவ்வொருவரினதும் வாழ்க்கையை முன்னேற்றவும், ஒரு சுகமாக்கும் தீர்வைக்காணவும் எங்களுக்கு உதவுங்கள்.

பாக்கின்சன்ஸ் யுகே

இலவசமு அந்தரங்க உதவி இணைப்பு 0808 800 0303

எழுத்துரு அஞ்சல் 18001 0808 800 0303

திங்களிருந்து வெள்ளிவரை 9முப - 8பிப வரை
சனிக்கிழமைகளில் 10முப - 2பிப வரை மொழிபெயர்ப்பு
கிடைக்கும்.

*யுகே நிலத்தொடர்பிலும் அனேக செல்லிடத் தொலைபேசி வலைப்பின்னல்களிலும் இலவசமாய் அழைக்கலாம்.

parkinsons.org.uk/supportnetworks
hello@parkinsons.org.uk



This resource is supported by The Medtronic Foundation and we are grateful for their generous gift. Our supporters don't have any input into the content of our publications.

இந்த தகவல் மூலமானது மெட்ரோனிக் நிறுவனத்தினரின் உதவியோடு உருவானதாகும். அவர்களது பெருந்தன்மையான அன்பளிப்புக்கு நாங்கள் நன்றியுடையவர்களாவோம். எங்களது இந்த வெளியீட்டில் எங்களது உதவியாளர்கள் தங்களது எந்த உள்ளடக்கத்தையும் உட்படுத்தவில்லை.

© பாக்கின்சன்ஸ் யுகே, ஆகஸ்டு 2012. பாக்கின்சன்ஸ் யுகே ஐக்கிய ராச்சியத்தில் செயற்படும் பாக்கின்சன்ஸ் நோய்ச் சமூகத்தின் பெயராகும். இது இங்கிலாந்திலும், வேல்ஸிலும்(258197), எஸ்கொட்லாந்திலும் (௭௫௭037554) பதியப்பட்ட அறக்கட்டளையாகும்.