



## Membantu seseorang dalam kesakitan

Cari cara anda dapat menolong seseorang yang kesakitan

Laman utama ▸ Kesakitan ▸ Membantu seseorang dalam kesakitan

### Membantu seseorang dalam kesakitan

## Membantu seseorang dalam kesakitan

Hidup dengan kesakitan adalah sesuatu keadaan yang mematahkan semangat, melemahkan dan menimbulkan rasa tersisih. Jika anda mempunyai ahli keluarga atau kenalan yang hidup dengan kesakitan, terdapat beberapa cara yang anda boleh lakukan untuk membantu.

Langkah pertama ialah dengan memahami apa yang mereka alami, tanya mereka apa yang mereka perlukan, dan berikan mereka sokongan fizikal dan emosi.

Anda boleh **BANTU** ahli keluarga atau kenalan anda yang hidup dengan kesakitan.



**BANTU** mereka menerangkan simptom kesakitan mereka, termasuklah bagaimana rasa kesakitan tersebut dan tunjukkan di mana bahagian tubuh yang sakit.

**BANTU** dan galakkan mereka menerangkan kepada doktor simptom dan tahap kesakitan mereka dan sertai kumpulan sokongan pesakit.

**BANTU** mereka dengan memahami pelan pengurusan kesakitan mereka, dan pastikan mereka mengambil ubat mengikut jadual dan pada dos yang ditetapkan. Berbincanglah dengan mereka tentang keperluan fizikal, emosi, dan sosial mereka, dan juga batasan mereka, dan tanyakan mereka bagaimana anda dapat membantu dalam menambah baik keadaan tersebut supaya mereka dapat mengekalkan kualiti kehidupan yang baik.

**BANTU** mereka jika mereka perlukan alat sokongan berjalan atau alat sokongan pergerakan tangan (splint), dan pastikan keadaan persekitaran kehidupan dan pekerjaan mereka lebih selesa dan selamat.

PP-UPC-MYS-0059-23SEPT2021