

বিশেষীদের জন্য মার্সিং
কেয়ার ওয়ার্কবের জাতীয় পরীক্ষা

একটি প্রশ্নের জন্য একটি উত্তর

বাংলা সংস্করণ

জাপান অ্যাকাডেমি অফ
সার্টিফাইড কেয়ার ওয়ার্কস

বিদেশীদের জন্য নার্সিং

কেয়ার ওয়ার্কারের

জাতীয় পরীক্ষা

একটি প্রশ্নের জন্য একটি উত্তর

বাংলা
সংস্করণ

জাপান অ্যাসোসিয়েশন অফ সার্টিফাইড কেয়ার ওয়ার্কার্স

ভূমিকা

এই বইটি বিদেশীদের জাপানের নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের পরীক্ষার জন্য অধ্যয়নের টেক্সট (ওয়ার্কবুক) হিসাবে প্রশ্নোত্তর বিন্যাসে তৈরি করা হয়েছে। জাতীয় পরীক্ষায় আসা প্রশ্নকে প্রশ্নোত্তর (একটি প্রশ্নের জন্য একটি উত্তর) বিন্যাসে সংশোধন / তৈরি করা হলেও, নতুন প্রবণতার আলোকে, পরীক্ষার পরিধিকে ব্যাপকভাবে অধ্যয়ন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য কৌশল অবলম্বন করা হয়েছে। মোট 713 টি প্রশ্ন রয়েছে। উপরন্তু, পৃথক লার্নিং পয়েন্ট পেজ সেট আপ করে, দেখে সহজে বোঝার জন্য চিত্র ও চার্ট দিয়ে ব্যাখ্যা প্রদান করা হয়েছে।

নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের পরীক্ষা জাপানি ভাষায় গ্রহণ করা হয় বিধায় পরীক্ষার প্রশ্নে অভ্যস্ত হওয়ার উদ্দেশ্যে, প্রতিটি বিষয়ের প্রশ্ন অনুবাদ না করে, শুধুমাত্র ব্যাখ্যা বহুভাষায় প্রদান করা হয়েছে।

এছাড়াও, জাপানি সংস্করণে, জাপানের নার্সিং কেয়ার সম্পর্কে শিক্ষা গ্রহণকারী বিদেশীর জন্য অভিব্যক্তিকে সহজবোধ্য করার জন্য, জাপানি ভাষা বিশেষজ্ঞ কর্তৃক ব্যাখ্যা ইত্যাদি প্রদান করার মতো তত্ত্ববধান যোগ করা হয়েছে।

এই বইটি জাপানের নার্সিং কেয়ার অধ্যয়নরত বিদেশীদের নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের পরীক্ষার প্রস্তুতি হিসাবে ব্যবহার করার পাশাপাশি, জাপানের নার্সিং কেয়ার প্রদান করার স্থান বা তাদের নিজ দেশে নার্সিং কেয়ার অনুশীলনকারীর নার্সিং দক্ষতাকে আরও সমৃদ্ধ করার জন্য ব্যবহার করা হবে বলে প্রত্যাশা করা হচ্ছে।

উল্লেখ্য যে, এই বইটি স্বাস্থ্য, শ্রম ও কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের ভর্তুকি প্রকল্প "নার্সিং কেয়ারের জন্য জাপানি ভাষা শেখার সহায়তা প্রকল্প" ব্যবহার করে তৈরি করা হয়েছে।

জাপান অ্যাসোসিয়েশন অফ সার্টিফাইড কেয়ার ওয়ার্কার্স
বিদেশীদের জন্য নার্সিং কেয়ার অধ্যয়নের টেক্সট পর্যালোচনা কমিটি

সূচিপত্র

ভূমিকা

এই বইটি ব্যবহার করার পদ্ধতি

- 1 মানব মর্যাদা এবং স্বাধীনতা Q001•A001
- 2 মানব সম্পর্ক এবং যোগাযোগ Q005•A005
- 3 সামাজিক বোঝাপড়া Q009•A009
- 4 নাসিং কেয়ারের মৌলিক বিষয় Q026•A026
- 5 যোগাযোগ প্রযুক্তি Q039•A039
- 6 জীবনযাপনে সহায়তা প্রদানকারী প্রযুক্তি Q049•A049
- 7 নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়া Q072•A072
- 8 বিকাশ এবং বার্ধক্য উপলব্ধি করা Q081•A081
- 9 স্মৃতিহ্রংশ (ডিমেনশিয়া) বোঝা Q092•A092
- 10 সামাজিক বোঝাপড়া Q104•A104
- 11 মন এবং শরীরের গঠন Q117•A117
- 12 চিকিৎসা সেবার জন্য যত্ন Q133•A133

এই বইটি ব্যবহার করার পদ্ধতি

"বিদেশীদের জন্য নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের জাতীয় পরীক্ষার প্রশ্ন ও উত্তর" হল জাপানের নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হওয়াকে লক্ষ্য হিসাবে নেয়া বিদেশীদের পরীক্ষার প্রস্তুতির জন্য শিক্ষার উপকরণ।

● প্রশ্ন (Q) এবং উত্তর (A) একে অপরের সাথে সঙ্গতিপূর্ণ, এবং সহজে শেখার জন্য পৃষ্ঠাগুলি সারিবদ্ধ করা হয়েছে (উদাহরণ: Q001→A001)। [লার্নিং পয়েন্ট] (G) G001 হিসাবে প্রদান করা হয়েছে।

● এই বইটিতে, অতীতের নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের পরীক্ষার প্রশ্নকে রেফারেন্স হিসাবে নিয়ে, একটি প্রশ্নের জন্য একটি উত্তরের আকারে, শেখার বিষয়বস্তু (কোর্স) অনুসারে সাজানো হয়েছে।

● প্রশ্নের উত্তর ○ (সঠিক) বা × (ভুল) দ্বারা প্রদর্শিত হয়। উপরন্তু, প্রশ্নে বাক্যটি সঠিক হওয়া অথবা ভুল হওয়ার কারণ এবং পরিপূরক তথ্য ইত্যাদি দ্বারা ব্যাখ্যা প্রদান করা হয়।

● কিছু কোর্সের শেষে [লার্নিং পয়েন্ট] প্রদান করা হয়েছে। [লার্নিং পয়েন্ট] চিত্র ও চার্ট ব্যবহার করে, সেই কোর্সটিতে মনে রাখতে চাওয়ার বিষয়বস্তুকে দেখে সহজে বোঝার জন্য সংক্ষিপ্ত করেছে।



1

にんげん ぞんげん じりつ
人間の尊厳と自立



もん だい 問題



1-
001

さくせい えんめい ちりょう たい い し けってい けいかくしよ りようしゃ いこう
作成した延命治療に対する意思決定の計画書は、利用者の意向で
へんこう
変更することができる。

1-
002

えんめい ちりょう たい い し けってい けいかくしよさくせい ほんにん い し かくにん
延命治療に対する意思決定の計画書作成における本人の意思確認の
はな あ いちど じっし
ための話し合いは、一度だけ実施する。

1-
003

えんめい ちりょう たい い し けってい けいかくしよ ざいたく びょういん ちりょう
延命治療に対する意思決定の計画書は、在宅ではなく病院での治療
そうてい さくせい
を想定して作成する。

1-
004

かいご ふくしじょく りようしゃ みずか りよう じ こ けってい
介護福祉職は、利用者が自ら利用するサービスを自己決定できるよ
ひつよう じょうほう ていきょう ひつよう
うに、必要な情報を提供する必要がある。

1-
005

こんご じたく せいかつ けいぞく ふあん はな
今後も自宅での生活を継続したいが、そのことに不安があると話す
りようしゃ しせつ にゅうきよ かんが おうどう
利用者に、「施設に入居することを考えたらどうですか」と応答した。

1-006

ある 歩くことが不安と訴える消極的な利用者に対し、歩くように説得する。

1-007

エンパワメント (empowerment) とは、利用者のもっている力に注目し、その力を引き出していく考え方である。

1-008

アドボカシー (advocacy) とは、利用者の意思を代弁することを表す用語である。

1-009

1960年代後半からアメリカで展開した自立生活運動では、障害者の選択による自己決定の尊重を主張している。

1-010

障害者の自立生活は、施設や病院において実現される。

1-011

自立支援では、利用者自らが自分の意思で行動するという意欲をもつことが大切である。

1-012

利用者りようしゃが意欲いよくをもたない場合ばあひも、介護福祉職かいでふくししよくは自立支援じりつしえんのためにサービスの利用りようを強く勧めつよすする。

1-013

自立支援じりつしえんとは、「すべて自分じぶんでできるようにするための支援しえん」をいう。

1-014

ノーマライゼーション (normalization) の理念りねんは、すべての人間にんげんが尊重そんちようされ、ありのままの状態じようたいで普通ふつうに生活せいかつしていくことを目指めざすものである。

1-015

認知症高齢者にんちしゆくろうれいしゃには、安全あんぜんのため部屋へやから出でられないように外そとから施錠せじようする。

2

にんげんかんけい
人間関係と
コミュニケーション



問題



2-001

他者とのコミュニケーション場面での自己覚知は、自己の感情の動きとその背景を洞察することである。

2-002

自己覚知とは、自己の価値観を他者に合わせることである。

2-003

利用者との信頼関係を構築するためには、介護福祉職が話し手に徹するのがよい。

2-004

浮かない顔をしている利用者「自分の気持ちを我慢しなくてもいいですよ」と話しかけた。これはバイステック (Biestek, F.) の7原則のうち、自己決定の原則を指す。

2-005

自己開示は、相手に自分のことを良く思ってもらうために行う。

2-006

自己開示を行うことで、ジョハリの窓（Johari Window）の開放された部分（open area）が広がる。

2-007

バイステック（Biestek, F.）の7原則の1つである非審判的態度とは、介護福祉職の価値観で判断せずに利用者とかかわることである。

2-008

バイステック（Biestek, F.）の7原則の1つである個別化とは、利用者を個人としてとらえることである。

2-009

利用者との関係を構築するため、利用者の生活史を尊重してコミュニケーションをとるとよい。

2-010

盲ろう者（目と耳の両方が不自由な人）のコミュニケーション方法として触手話がある。

2-011

利用者の感情に共鳴して、同情的にかかわることを、共感的態度という。

2-012

聴覚障害のある利用者との間で筆談を行うときは、キーワードを活用して内容を伝達するとよい。

2-013

筋萎縮性側索硬化症（amyotrophic lateral sclerosis : ALS）で人工呼吸器装着により発声が困難な人に用いるコミュニケーション方法の1つとして、透明文字盤がある。

2-014

筆談は、中途失聴者が用いることが多い。

2-015

筆談は、多人数での双方向コミュニケーションに有効である。

3

しゃかい りかい
社会の理解



もん だい 問題



3-
001

じぶん う そだ かぞく ていい かぞく
自分が生まれ育った家族を、定位家族という。

3-
002

しんぞく しんとうない けつぞく はいぐうしゃ しんとうない いんぞく
親族とは、3 親等内の血族、配偶者、6 親等内の姻族をいう。

3-
003

かぞく きのう いしょくじゅう せいかつすいじゆん いじ きのう
家族の機能のうち衣食住などの生活水準を維持しようとする機能
は、生命維持機能である。

3-
004

こそだ こ しゃかい か きのう けいせい か
子育てにより子どもを社会化する機能は、パーソナリティの形成化
機能である。

3-
005

かぞく きのう かいご ひつよう こうせいいん かぞく ささ きのう
家族の機能のうち介護が必要な構成員を家族で支える機能は、ケア
機能である。

3-006

ち いききょうせいしやかい じゆうみん ささ あ じ ぶん かつやく
地域共生社会は、すべての住民が支え合い、自分らしく活躍できる
ち いき そうしつ め ざ
地域コミュニティの創出を目指している。

3-007

ち いききょうせいしやかい こうれいしやぶん や そうだん し えんたいせい きょう か とつ か
地域共生社会は、高齢者分野の相談支援体制の強化に特化している。

3-008

とくてい ひ えい り かつどうほうじん ほうじん しゅうえき あ きん
特定非営利活動法人（NPO 法人）は、収益を上げることが禁じら
れている。

3-009

にんていとくてい ひ えい り かつどうほうじん ぜいせいじょう ゆうぐう そ ち う
認定特定非営利活動法人は、税制上の優遇措置を受けることができ
る。

3-010

ち いき き の う たか ひつよう
地域の機能を高めるために、ソーシャルキャピタルは必要である。

3-011

エンパワメントの対象には、ち いき ふく
地域が含まれている。

3-012

「働き方改革」の目的は、働く人々のニーズに応じた、多様な働き方を選択できる社会の実現を図ることにある。

3-013

ワーク・ライフ・バランスを実現するために、余暇時間の有効な活用が期待されている。

3-014

現在の日本の雇用保険の加入率は、正規雇用と非正規雇用で差がみられる。

3-015

日本の65歳以上の者の就業率は、2011年（平成23年）以降減少している。

3-016

現在の日本の雇用状況は、非正規雇用の割合が全雇用者数の3分の1を上回っている。

3-017

現在の日本では、農村部の人口減少（過疎化）が緩和されている。

3-018

と し ぶ ちゅうしん ぶ くうどう かげんしやう お
都市部では中心部の空洞化現象が起きている。

3-019

ち いきほうかつ じ じよ こうてき ふ じよ りやう みずか
地域包括ケアシステムにおける自助は、公的扶助を利用して、自ら
せいかつ い じ
生活を維持することをいう。

3-020

ち いきほうかつ きやうじよ しやかい ほしやうせいど ふく
地域包括ケアシステムにおける共助は、社会保障制度に含まれない。

3-021

ち いきほうかつ こうじよ じ じよ じ じよ きやうじよ たいおう
地域包括ケアシステムにおける公助は、自助・互助・共助では対応
せいかつ こんきゆうとう たいおう
できない生活困窮等に対応する。

3-022

ち いきほうかつ ささ ご じよ ち いきふく し こうじやう じゆうみん
地域包括ケアシステムを支える互助は、地域福祉向上のための住民
ささ あ め ぎ
の支え合いを目指している。

3-023

しやかい ほしやう たいしやう かい ご じやう か だい かか ひとびと ふく
社会保障の対象は、介護上の課題を抱えた人々を含んでいる。

3-024

社会保障は、生活の安定が損なわれた人々に対して、セーフティネットとしての機能を果たしている。

3-025

「育児・介護休業法（育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律）」において契約社員は、育児休業を取得できないと定められている。

3-026

介護休業は、対象家族一人につき連続して取得しなければならないと定められている。

3-027

育児休業は介護休業よりも先に制度化された。

3-028

パートやアルバイトは、労働者災害補償保険制度の保険給付の対象である。

3-029

労働者災害補償保険制度の保険料は、雇用主と労働者がそれぞれ負担する。

3-030

通勤途上の事故は、労働者災害補償保険制度の給付対象外である。

3-031

従業員がいない自営業者は、労働者災害補償保険制度の保険給付の対象ではない。

3-032

日本国憲法第 25 条で定められている権利は、生存権である。

3-033

社会福祉法第 1 条は、「福祉サービス利用者の利益の保護及び地域福祉の推進を図る」ことを規定している。

3-034

2015 年度（平成 27 年度）以降の後期高齢者医療制度の財源で、最も割合が大きいものは、後期高齢者の保険料である。

3-035

2015 年度（平成 27 年度）以降の社会保障給付費の財源では、社会保険料の占める割合が最も大きい。

3-036

2015 年度（平成 27 年度）以降の生活保護費の財源内訳は、社会保険料と税である。

3-037

「人口推計」によれば、2011 年（平成 23 年）以降、総人口は減少し続けている。

3-038

介護保険法第 1 条は高齢社会対策の基本理念や基本となる事項を規定している。

3-039

介護保険法に契約制度が導入されたことにより、民間営利企業がサービス事業者として参入できるようになった。

3-040

2018 年度（平成 30 年度）に創設された共生型サービスの対象となるサービスに、通所介護（デイサービス）は含まれる。

3-041

2018 年度（平成 30 年度）に創設された共生型サービスの対象となるサービスに、通所リハビリテーションは含まれる。

3-042

2018年（平成30年）の介護保険制度改革に伴い、介護医療院が創設された。

3-043

2018年（平成30年）の介護保険制度改革に伴い、定期巡回・随時対応型訪問介護看護が創設された。

3-044

2015年（平成27年）の介護保険制度改革に伴い、在宅医療・介護連携推進事業の地域支援事業への位置づけが示された。

3-045

2018年（平成30年）の介護保険制度改革に伴い、地域包括支援センターに認知症連携担当者が配置された。

3-046

介護保険制度の第一号被保険者は、65歳以上の者である。

3-047

介護保険制度の第一号被保険者の保険料は、都道府県が徴収する。

3-048

ち い き し え ん じ ぎ ゃう かい ご よ ぼ う に ち じ ゃ う せ い かつ し え ん そ う じ ゃ う じ ぎ ゃ う ほう かつ て き し え ん
地域支援事業は、「介護予防・日常生活支援総合事業」「包括的支援
じ ぎ ゃ う に ん い じ ぎ ゃ う じ ぎ ゃ う わ に ち じ ゃ う せ い かつ し え ん じ ぎ ゃ う
事業」「任意事業」の3事業に分けられるが、家族介護支援事業は、
かい ご よ ぼ う に ち じ ゃ う せ い かつ し え ん そ う じ ゃ う じ ぎ ゃ う ふ く
介護予防・日常生活支援総合事業に含まれる。

3-049

よ ぼ う け ゃ う ふ かい ご よ ぼ う に ち じ ゃ う せ い かつ し え ん そ う じ ゃ う じ ぎ ゃ う ふ く
予防給付は、介護予防・日常生活支援総合事業に含まれる。

3-050

ち い き し え ん じ ぎ ゃ う け ん り よ う じ ぎ ゃ う かい ご よ ぼ う に ち じ ゃ う せ い かつ し え ん そ う じ ゃ う じ ぎ ゃ う ふ く
地域支援事業のうち権利擁護事業は、介護予防・日常生活支援総合
事業に含まれる。

3-051

だ い い ち じ ゃ う ほう も ん じ ぎ ゃ う ほう も ん が た かい ご よ ぼ う に ち じ ゃ う せ い かつ し え ん そ う じ ゃ う じ ぎ ゃ う ふ く
第一号訪問事業（訪問型サービス）は、介護予防・日常生活支援総
合事業に含まれる。

3-052

ね ん へ い せ い ね ん かい ご ほ けん せい ど かい せい と も な かい ご ほ けん せい ど
2018年（平成30年）の介護保険制度改正に伴い、介護保険制度
り よ う し ゃ ほ そ く け ゃ う ふ し き ゃ う よ う けん し ざ ん よ う けん く わ
の利用者の補足給付の支給要件に資産要件が加わった。

3-053

かい ご ほ けん せい ど き ゃ た く かい ご け い かく ひ じ こ ふ た ん
介護保険制度における居宅介護サービス計画費の自己負担はない。

3-054

2018年（平成30年）の介護保険制度改正に伴い、一定以上の所得のある利用者に対して3割負担が導入された。

3-055

介護保険のサービス事業所の対応に不満がある場合、介護保険審査会に申し出る。

3-056

介護保険制度における地域ケア会議は、個別ケースの課題分析等を行うことによる地域課題の把握を目的としている。

3-057

障害福祉計画に関して厚生労働大臣は、基本的な指針を定めなければならない。

3-058

障害福祉計画に関して市町村による策定は、努力義務である。

3-059

障害福祉計画と障害児福祉計画は、計画期間が同じである。

3-060

しょうがいしゃ きほんけいかく ぶんか げいじゅつかつどう しんこう
障害者基本計画において文化芸術活動・スポーツの振興についての
もくひょうせつてい
目標設定をしなければならない。

3-061

しょうがいしゃ さべつかいしょうほう しょうがい りゆう さべつ かいしょう すいしん かん
「障害者差別解消法（障害を理由とする差別の解消の推進に関する
ほうりつ ふとう さべつてきと あつか きんし じょうりてきはいりよ てい
法律）」には「不当な差別的取り扱いの禁止」と「合理的配慮の提
きょう きてい
供」が規定されている。

3-062

しょうがいふくし きょたくかいご りよう きょじゅう しちょうそん
障害福祉サービス（居宅介護）を利用するには、居住する市町村の
そうだんまどぐち しきゅうしんせい
相談窓口を支給申請をする。

3-063

ねん へいせい ねん しょうがいしゃそうごう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせいかつ
2012年（平成24年）の「障害者総合支援法（障害者の日常生活
およ しゃかいせいかつ そうごうてき し えん ほうりつ かいせい ほう
及び社会生活を総合的に支援するための法律）」の改正により、放
か ご きゅうじつ じどう せいと かつどう し えん ほうか ごとう
課後や休日に児童・生徒の活動を支援する放課後等デイサービスが
そうせつ
創設された。

3-064

ねん へいせい ねん しょうがいしゃそうごう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせい
2016年（平成28年）の「障害者総合支援法（障害者の日常生
かつおよ しゃかいせいかつ そうごうてき し えん ほうりつ かいせい ほう
活及び社会生活を総合的に支援するための法律）」の改正により、
ひとりぐ きぼう しょうがいしゃ たい ちいせいかつ し えん じりつせい
一人暮らしを希望する障害者に対して、地域生活を支援する自立生
かつえんじょ そうせつ
活援助が創設された。

3-065

ねん へいせい ねん しょうがいしゃそうごう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせいかつ
2016年（平成28年）の「障害者総合支援法（障害者の日常生活
およ しゃかいせいかつ そうごうてき し えん ほうりつ かいせい しゅう
及び社会生活を総合的に支援するための法律）」の改正により、就
ろうていちゃく し えん そうせつ
労定着支援が創設された。

3-066

じゆうど ほうもんかいご しょうがい し えん く ぶん い じょう り ようしや り よう
重度訪問介護は、障害支援区分4以上の利用者でなければ利用で
きない。

3-067

こうどうえんご ちできしょうがいしや がいしゅつしえん
行動援護は、知的障害者のための外出支援サービスである。

3-068

ねん へいせい ねん じどうふくしほう かいせい いりょうてき
2012年（平成24年）の「児童福祉法」の改正により、医療的ケ
あを必要とする障害児への支援として、医療型障害児入所施設が創
せつ
設された。

3-069

しょうがいしや しえん せんもんしよく せいしんほけんふくしし しんりけんさ じつし
障害者を支援する専門職として精神保健福祉士は、心理検査を実施
して精神面の判定を行う。

3-070

しょうがいしや しえん せんもんしよく さぎょうりょうほうし しゅげい こうさく さぎょう
障害者を支援する専門職として作業療法士は、手芸や工作の作業、
かじ くんれん おこな
家事の訓練を行う。

3-071

しょうがいしや しえん せんもんしよく げんごちょうかくし ちょうかくけんさ げんごくん
障害者を支援する専門職として言語聴覚士は、聴覚検査や言語訓
れん えんげくんれん おこな
練、嚙下訓練を行う。

3-072

しょうがいしゃそうどう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせいかつおよ しゃかいせいかつ そうどうてき し
「障害者総合支援法（障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支
えん ほうりつ ほ そうぐ くるま ふく
援するための法律）」における補装具には、車いすが含まれる。

3-073

しょうがいしゃそうどう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせいかつおよ しゃかいせいかつ そうどうてき し
「障害者総合支援法（障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支
えん ほうりつ ほ そうぐ て ふく
援するための法律）」における補装具には、手すりが含まれる。

3-074

しょうがいしゃそうどう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせいかつおよ しゃかいせいかつ そうどうてき し
「障害者総合支援法（障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支
えん ほうりつ ち ほうこうきょうだんたい せつ ち きょうぎ かい き
援するための法律）」により、地方公共団体が設置する協議会の機
のう しょうがいふく し けいかく さくてい きてい
能として障害福祉計画の策定が規定されている。

3-075

しょうがいしゃそうどう し えんほう しょうがいしゃ にちじょうせいかつおよ しゃかいせいかつ そうどうてき し
「障害者総合支援法（障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支
えん ほうりつ し ちようぞん やくわり じりつ し えんきゆうふ
援するための法律）」により、市町村の役割として自立支援給付と
ちいせいかつ し えん じぎょう じっし きてい
地域生活支援事業の実施が規定されている。

3-076

ねん へいせい ねん ぜんこくとうけい せいねんこうけんせい ど
「2018年（平成30年）の全国統計」によれば、成年後見制度の
ほじょ ほさ こうけん もっと おお もうた こうけん
補助、保佐、後見のうち、最も多い申立ては後見である。

3-077

ねん へいせい ねん ぜんこくとうけい しんぞく い がい こうけん
「2018年（平成30年）の全国統計」によれば、親族以外の後見
にん やく わり し
人が約8割を占めている。

3-078

2015年（平成27年）の「個人情報保護法（個人情報の保護に関する法律）」の改正では、不当な差別や偏見が生じないように要配慮個人情報が規定され、ここには心身の障害が含まれている。

3-079

任意後見制度では、候補者のなかから家庭裁判所が成年後見人を選任する。

3-080

虐待を受けたと思われる障害者を発見した場合は、速やかに市町村または都道府県に通報しなければならない。

3-081

社会福祉法人は収益事業を実施することができる。

3-082

「消費者契約法」では契約した事業者が不当な勧誘をした場合、消費者は一度結んだ契約でも5年以内なら取り消すことができる。

3-083

社会福祉法人は、評議員会の設置が任意である。

3-084

とくていけんこうしん さ せいかつしゅうかんびょう けん さ ふく
特定健康診査には、生活習慣病の検査が含まれる。

3-085

とくていけんこうしん さ けんしん ふく
特定健康診査には、がん検診が含まれる。

3-086

とくていけんこうしん さ たいしやう さい い じやう もの
特定健康診査の対象は75歳以上の者である。

3-087

つ こうれいしや む じゅうたく かくきよじゅう ぶ ぶん だいどころ すいせんべんじよ
サービス付き高齢者向け住宅では、各居住部分に台所、水洗便所、
しゅうのうせつび せんめんせつび およ よくしつ せつち ぎ む
収納設備、洗面設備及び浴室の設置が義務づけられている。

3-088

つ こうれいしや む じゅうたく しょくじ ていきやう ぎ む
サービス付き高齢者向け住宅では、食事の提供が義務づけられてい
る。

3-089

つ こうれいしや む じゅうたく にゅうきよしや ひつやう おう かいご ほ
サービス付き高齢者向け住宅では、入居者は必要に応じて、介護保
けん りやう
険サービスの利用ができる。

3-090

せいかつこんきゆうしゃ じりつし えんぽう せいかつこんきゆうしゃ たい じりつし えんさく きょうか
生活困窮者自立支援法は、生活困窮者に対する自立支援策を強化し
じりつそくしん はか もくてき
て、その自立促進を図ることを目的としている。

3-091

せいかつ ほ ぽう ほ そくせい げんり し さん のうりよくとう かつよう
生活保護法における補足性の原理とは、資産・能力等を活用したう
え ぽ ぶごな
えで保護を行うことをいう。

3-092

せいかつ ほ ぽ せたい たんい じっし
生活保護は、世帯を単位として実施される。

3-093

ねんきん か どうしゅうにゅう こうれいしゃ せいかつ ほ ぽ たいしゅう
年金や稼働収入のある高齢者は、すべて生活保護の対象にならない。

3-094

せいかつ ほ ぽ せいど じゅうたく ふ じよ きんせんきゅうふ や ちん じゅうたく しゅう
生活保護制度における住宅扶助は、金銭給付として家賃や住宅の修
り い じ ひつよう ひよう たいしゅう
理・維持に必要な費用も対象としている。

4

かいごのきほん
介護の基本



もん だい 問 題



4-
001

けいざい れんけい きょうてい もと かい
経済連携協定 (Economic Partnership Agreement) に基づく介
ごふくし しこう ほしやとう う い ねんど へいせい ねんど
護福祉士候補者等の受け入れは、2008 年度 (平成 20 年度) から
はじ
始まった。

4-
002

けいざい れんけい きょうてい もと かい
経済連携協定 (Economic Partnership Agreement) に基づく介
ごふくし しこう ほしやとう う い しせつ ようけん じょうきんかい ごしよくいん わり
護福祉士候補者等の受け入れ施設の要件は、常勤介護職員の 4 割
いじょう かいごふくしし
以上が介護福祉士であることである。

4-
003

けいざい れんけい きょうてい もと かい
経済連携協定 (Economic Partnership Agreement) に基づく介
ごふくし しこう ほしや かいごふくしし かいごぎょうむ じゅうじ かぎ に
護福祉士候補者は、介護福祉士として介護業務に従事する限り、日
ほん ざいりゅう
本に在留できる。

4-
004

しゃかいふくし しおよ かいごふくしし ほうだい じょう せいじつ ぎ む き
社会福祉士及び介護福祉士法第 44 条の 2 では、「誠実義務」が規
てい
定されている。

4-
005

しゃかいふくし しおよ かいごふくしし ほうだい じょう しんようしつていこうい きんし
社会福祉士及び介護福祉士法第 45 条では、「信用失墜行為の禁止」
きでい
が規定されている。

4-006

しゃかいふくし し およ かいご ふくし し ほうだい じょう
社会福祉士及び介護福祉士法第 47 条の 2 では、「資質向上の責務」
が規定されている。

4-007

かいご じゆうじ もの かいご ふくし し な の
介護に従事している者は、介護福祉士を名乗ることができる。

4-008

かいご ふくし し ぎょう かいご しゃ たい かいご かん しどう ふく
介護福祉士の業として、介護者に対する介護に関する指導が含まれ
る。

4-009

きん こ いじょう けい しょ しつこう お しつこう う
禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わり、または執行を受ける
ことがなくなった日から起算して 2 年を経過しない者は介護福祉
士となることができない。

4-010

かいご ふくし し どうろく と け とりけ ひ きさん
介護福祉士の登録を取り消され、その取消しの日から起算して
2 年を経過しない者は介護福祉士となることができない。

4-011

かいご ふくし し ひみつ ほ じ ぎ む いほん ぼ あい ぼつそく ねん い
介護福祉士は秘密保持義務に違反をした場合、罰則により 1 年以
下の懲役または 30 万円以下の罰金に処せられる。

4-012

介護福祉士試験に合格した日から、介護福祉士を名乗ることができる。

4-013

利用者の生活の質（QOL）を高めるための介護福祉職の在り方として、どの利用者に対しても同じ方法で介護をする。

4-014

介護福祉職は、施設に入所する利用者の自己決定を促すはたらきかけが重要である。

4-015

介護福祉職が行う自立に向けた支援とは、他者の支援を受けずに、利用者自らの力で生活できる状態にすることである。

4-016

介護福祉職が行う自立に向けた支援では、利用者が介護を受けていることを理由に社会参加の機会が失われることがないように支援することである。

4-017

ICF（International Classification of Functioning, Disability and Health：国際生活機能分類）の構成要素として、利用者の疾病は「健康状態」にあたる。

4-018

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health : 国際生活機能分類) の構成要素として、利用者がレクリエーションで歌の伴奏をすることは、「参加」にあたる。

4-019

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health : 国際生活機能分類) の構成要素として、利用者の過去の職業は「個人因子」にあたる。

4-020

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health : 国際生活機能分類) の構成要素の組み合わせとして、「車いすを使用して、美術館に行く」ことは、環境因子と心身機能の関連を表している。

4-021

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health : 国際生活機能分類) の構成要素の組み合わせとして、「ストレスが溜まると、活力が低下する」ことは、環境因子と心身機能の関連を表している。

4-022

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health : 国際生活機能分類) の構成要素の組み合わせとして、「床面の性状が柔らかいと、バランスを崩す」ことは、環境因子と心身機能の関連を表している。

4-023

「平成 30 年版高齢社会白書」(内閣府) で示された、65 歳以上のもの家庭内事故の発生割合が最も高い場所(屋内)は居室である。

4-024

認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）では、利用者それぞれの要求には応えられないので、同じ日課で過ごしてもらおう。

4-025

認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）では、利用者の情報収集を行う際に、現在よりも過去の身体的・精神的状態の把握が優先される。

4-026

認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）では、入居後も、利用者のなじみのある人や店との関係を継続していくために必要な支援を行うことが適切である。

4-027

訪問介護事業所のサービス提供責任者は、具体的な援助目標および援助内容を記載した訪問介護計画を作成する。

4-028

訪問介護事業所のサービス提供責任者は、判断能力が十分でない人に対して、日常的な金銭管理を行う。

4-029

訪問介護事業所のサービス提供責任者は、居宅サービス事業者を招集して、介護保険に規定されるサービス担当者会議を主催する。

4-030

てい き じゆんかい ずい じ たいおうがたほうもんかい ご かん ぞ かい
定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスのオペレーターは、介
ご ふくし し にな
護福祉士が担うことができる。

4-031

てい き じゆんかい ずい じ たいおうがたほうもんかい ご かん ぞ り ようしや じょうたい へん
定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスは、利用者の状態の変
か おう ずい じ ほうもん り よう
化に応じて、随時訪問サービスを利用することができる。

4-032

てい き じゆんかい ずい じ たいおうがたほうもんかい ご かん ぞ よう し えんしや ようかい ご しや
定期巡回・随時対応型訪問介護看護は、要支援者、要介護者のどち
り よう
らも利用できる。

4-033

しょう き ぼ た き のうがたきよたくかい ぞ ちよう き かん しゆくはく もくてき
小規模多機能型居宅介護は、長期間の宿泊を目的としている。

4-034

しょう き ぼ た き のうがたきよたくかい ぞ とどう ふ けんいき ていきよう おこな
小規模多機能型居宅介護は、都道府県域でのサービス提供を行う。

4-035

かん ぞ しょう き ぼ た き のうがたきよたくかい ぞ かん ぞ かい ぞ いったいてき ていきよう
看護小規模多機能型居宅介護は、看護と介護を一体的に提供する。

4-036

たん きにゆうしよせいかつかい じ りようしゃ かい ごろうじんふくし しせつ にゆうしよ もう こ
短期入所生活介護の利用者は、介護老人福祉施設への入所の申し込
もの かぎ
みをした者に限られる。

4-037

かい ご よ ぼう にちじようせいかつ し えんそうどう じぎょう かい ご よ ぼう せいかつ し えん じ
介護予防・日常生活支援総合事業の介護予防・生活支援サービス事
ぎょう ほうもんがた よう し えんしゃ きほん がいとうしゃ
業の訪問型サービスは、要支援者および基本チェックリスト該当者
たい そう じ せんたくどう にちじようせいかつじよう し えん ていきょう
に対し、掃除、洗濯等の日常生活上の支援を提供するサービスであ
る。

4-038

つうしよかい ご じぎょうしゃ ひじょうさいがいたいさくけいかく さくせい さだ
通所介護事業者には、非常災害対策計画の作成が定められている。

4-039

ほうもんかい ご じぎょうしゃ せいとう りゆう ていきょう ごぼ
訪問介護事業者は、正当な理由なくサービスの提供を拒んではなら
ない。

4-040

かい ご ろうじんふくし しせつ にゆうしよしゃ がいしゅつ きかい かく ほ つと
介護老人福祉施設は、入所者の外出の機会を確保するよう努めなけ
ればならない。

4-041

かい ご じっせん たしよくしゅれんけい い し ちゅうしん
介護実践における多職種連携では、医師が中心となる。

4-
042

介護実践における多職種連携では、民生委員やボランティアも、多職種連携チームの一員である。

4-
043

介護実践における医療と介護の連携とは、利用者の体調不良時に医療機関を受診させることをいう。

4-
044

介護実践における多職種連携では、利用者のケアの方向性に関する情報を共有して、課題の解決に取り組む。

4-
045

介護福祉職の職務上の倫理として、介護の技術が伴わなくても、利用者の要望を最優先に実施することは適切である。

4-
046

介護福祉職の職務上の倫理として、利用者が求めた医行為を実施することができる。

4-
047

介護福祉職の職務上の倫理として、利用者のプライバシーに関する情報を取り扱う際は、利用者本人や家族に説明して同意を得る必要がある。

4-048

ぼうりょく
暴力をふるう
りようしゃ
利用者には
じしつ
自室から
で
出られないようにする
ひつよう
必要がある。
る。

4-049

こうかん
おむつ交換をスムーズに行うために、
おこな
利用者の居室（個室）のドア
あ
を開けておく。

4-050

てんらく
ベッドから転落した
りようしゃ
利用者が「大丈夫」と言ったが、
だいじょうぶ
医療関係者に
い
連絡し
い
りようかんけいしゃ
連絡し連携を行った。

4-051

りようしゃ
利用者から、
にゅういん
入院しているほかの
りようしゃ
利用者の
びょうじょう
病状を
き
聞かれたので
はな
話した。

4-052

りようしゃ
利用者が
くるま
車いすから
たあ
立ち上がると
きけん
危険なため、
かいごふくししょく
介護福祉職の
はんだん
判断で、
こし
腰ベルトをつけた。

4-053

いしきしょうしつ
意識消失と
けいれん
けいれん
発作を
おこした
りようしゃ
利用者の
こじんじょうほう
個人情報
きゅうきゅうたいいん
を救急隊員に
ていきょう
提供する場合、
ばあい
利用
りようしゃほんにん
者本人
かぞく
や家族
への
せつめい
説明
どうい
と同意
がなくとも
ていきょう
提供
することができる。

4-054

していかい こ じ ぎょうしゃ たんとうしゃかい ぎ り ようしゃ こ じんじょうほう ていせう
指定介護事業者が、サービス担当者会議に利用者の個人情報を提供
する場合はあらかじめ利用者本人や家族の同意が必要である。

4-055

し せつ こうほうとう り ようしゃ かおじやしん しやう ぼ あい り ようしゃほんにん か
施設の広報等に利用者の顔写真を使用する場合は、利用者本人や家
族への説明と同意が必要である。

4-056

にゅうしょ し せつ てんきよ ぼ あい てんきよさき し せつ もと おう り ようしゃ
入所施設を転居する場合、転居先の施設の求めに応じて、利用者の
個人情報を提供する場合でも、現在入所している施設は、利用者
本人や家族への説明と同意が必要である。

4-057

かい こ ろうじんふくし し せつ ぼうさいたいさく しやうぼうほう ねん
介護老人福祉施設における防災対策では、消防法において、年
1回以上の消火・避難訓練が義務づけられている。

4-058

さいがいたいさく き ほんほう もと ひ なんこうどうよう し えんしゃめい ぼ さくせい し ちょうそんちやう
災害対策基本法に基づき、避難行動要支援者名簿の作成は市町村長
に義務づけられている。

4-059

こうれいしゃかい こ し せつ たいせいおうしよく きやうきん ほ
高齢者介護施設で、MRSA（メチシリン耐性黄色ブドウ球菌）の保
菌者が確認されたときは、入所者全員の保菌の有無を調べる。

4-060

高齢者介護施設で、MRSA（メチシリン耐性黄色ブドウ球菌）の保菌者が確認されたときは、保菌者はレクリエーションへの参加を制限する。

4-061

介護老人福祉施設は、感染対策のための委員会を開催することが義務づけられている。

4-062

高齢者介護施設の感染対策として、洗面所のタオルは共用にする。

4-063

高齢者介護施設の入所者の健康状態の異常を発見したら、すぐに医師や看護師に報告する。

4-064

おむつ交換は、使い捨て手袋を着用して行うことが基本である。

4-065

燃え尽き症候群（バーンアウト（burnout））の特徴として、無力感、疲労感や無感動がみられる。

4-066

「育児・介護休業法（育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律）」に基づく育児休業期間は、子が満3歳になるまでである。

4-067

「育児・介護休業法（育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律）」に基づき要介護状態にある家族の通院の付添いをするときは、介護休暇を取得できる。

4-068

「育児・介護休業法（育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律）」に基づく介護休業とは、2週間以上要介護状態が続いている家族を介護するためのものである。

4-069

「ストレスチェック制度」を用いたストレスチェックは、労働者数50人以上の事業者に義務づけられている。

4-070

「ストレスチェック制度」を用いたストレスチェックは、労働者のメンタルヘルス不調の未然防止が主な目的である。

4-071

「ストレスチェック制度」を用いたストレスチェックは、各事業所で1年に1度実施することが規定されている。

5

コミュニケーション^ぎ技術^{じゆつ}



問題



5-001

ちよくめん か ぎ ほう り ようしや かんじょう こうどう む じゆんてん してき
直面化の技法とは、利用者の感情と行動の矛盾点を指摘することで
ある。

5-002

い か ぎ ほう あいて はな ないよう せいり つた
言い換えの技法とは、相手が話した内容を、整理して伝えることで
ある。

5-003

めいかく か ぎ ほう あいて はな
明確化の技法とは、相手がまだ話していないこと、はっきりしてい
ないことや感情を明らかにしていく技法である。

5-004

と しつもん こた しつもん
閉ざされた質問とは、「はい」や「いいえ」だけで答えられる質問
である。

5-005

いよく ていか ひと きほん かんが かた か
意欲が低下した人とのコミュニケーションの基本は、考え方を
変えるように促すことである。

5-006

意欲が低下した人とのコミュニケーションの基本は、意欲低下の背景を考えることである。

5-007

意欲が低下した人とのコミュニケーションの基本において、自己決定してもらうことは避ける。

5-008

視覚障害のある人とのコミュニケーションで、方向を示すときは「あちら」「そちら」と表現する。

5-009

傾聴とは、ただ話を聞くことである。

5-010

介護福祉職が行う傾聴において、利用者が話す内容を介護福祉職の価値観で判断する。

5-011

共感的な態度とは、相手もっている感情を察することをいう。

5-012

じゆよう ひ ていてきかんじょう よくあつ
受容とは、否定的感情を抑圧することをいう。

5-013

ひら しつもん もくてき しょたいめん りようしゃ かいわ はじ
開かれた質問をする目的には、初対面の利用者とは話を始めるとき
きんちよう
に緊張をほぐすきっかけをつくることがある。

5-014

ひら しつもん はな きぶん くちかず すく りよう
開かれた質問をするときは、話す気分になれず、口数が少ない利用
しゃ かいわ つづ たいせつ
者とも会話を続けることが大切である。

5-015

ひら しつもん ぼくぜん つた りようしゃ かんが めいかく
開かれた質問は、漠然としていて伝わらない利用者の考えを明確に
することができ。

5-016

と しつもん じゆうど にん ちしやう
閉ざされた質問は、重度の認知症（dementia）でコミュニケーション
のうりよく ていか りようしゃ ふたん
ン能力が低下している利用者には負担をかける。

5-017

と しつもん はなし かつよう
閉ざされた質問はあまり話をしなくてよいので、できるだけ活用す
る。

5-018

こうおんしょうがい ひと はなし はつおん うなが
構音障害のある人と話をするときは、はっきりと発音するように促す。

5-019

かんかくせいしつごしょう ひと ぶんぽう あやま い み こと ば じ ぶん あた
感覚性失語症のある人は、文法の誤りや意味のない言葉、自分で新しい言葉をつくることが多い。

5-020

うんどうせいしつごしょう ひと はなし え しゃしん かつよう
運動性失語症のある人と話をするときは、絵や写真を活用したり、閉ざされた質問で質問する。

5-021

ちやうかくしょうがい ひと はなし てん じ もち
聴覚障害のある人と話をするときは、点字を用いる。

5-022

ろうじんせいなんちやう ひと ほ ちやう き ゆうこう
老人性難聴のある人とのコミュニケーションでは、補聴器が有効である。

5-023

し かくしょうがい ひと ちやうかく しよつかく きやうかく
視覚障害のある人とのコミュニケーションでは、聴覚、触覚、嗅覚を活用する。

5-024

視覚障害がある人と話をするとき、声の強弱などの準言語の活用は控える。

5-025

介護福祉職が行う傾聴においては、会話の話題を介護福祉職の関心で展開する。

5-026

介護福祉職が行う傾聴は、利用者が体験した客観的事実の把握を目的とする。

5-027

介護福祉職が行う傾聴においては、利用者が沈黙する時間も大切にする。

5-028

抑うつ状態（depressive state）の利用者への介護福祉職の対応として、時には沈黙している時間を共有する。

5-029

抑うつ状態（depressive state）の利用者への介護福祉職の対応として、会話を促す。

5-030

よく じょうたい 抑うつ状態 (depressive state) の利用者への かいご 福祉職の たいおう 対応
として、きば 気分 さんぽ 散歩 させ 誘う。

5-031

よく じょうたい 抑うつ状態 (depressive state) の利用者への かいご 福祉職の たいおう 対応
として、みまも 見守 つか っていることを伝える。

5-032

じょじゆつたい 叙 じょうほう ほう とうもくべつ せいり 述体とは、情報 を項目別 に整理 するとき に用いる 文体 である。

5-033

ようやくたい 要 もんだい 点 めいかく 明確 にする とき に用いる 文体 である。

5-034

せつめいたい 説 かいご 福祉職の かいしゃく ぎろく 明 かい 釈 を記 録 するとき に用いる 文体 である。

5-035

ちくごたい 逐 しょうしや かいご 福祉職の 話の 内容 をそのまま 記 録 するとき
に用いる 文体 である。

5-036

介護福祉職が行う報告の留意点は、起こった出来事の事実の結論から報告する。

5-037

介護福祉職が行う報告の留意点は、予定より時間がかかる業務であっても、完了後に報告する。

5-038

介護福祉職が行う報告の留意点は、起こった事実を抽象的な言葉で報告する。

5-039

介護福祉職が行う報告の留意点は、指示を受けた業務の報告は、指示者に行う。

5-040

介護福祉職が行う報告の留意点は、自分の推測を、事実であるとみなして伝えることである。

5-041

介護業務の事故報告に関する口頭での報告は、結論を述べてから事故に至った経過を説明する。

5-042

かいごぎょうむ じごほうこくしょ かんりしゃいがい えつらん
介護業務の事故報告書は、管理者以外も閲覧できるようにしておく。

5-043

かいごぎょうむ じごほうこく けいび じご ぼあい じじつほうこく
介護業務の事故報告は、軽微な事故の場合は、後日報告する。

5-044

かいごぎょうむ じごほうこく かいごふくししょく ほんだん じょがい ほうこく
介護業務の事故報告は、介護福祉職としての判断を除外して報告する。

5-045

かいごぎょうむ じごほうこくしょ きろく ないよう こうとう ほうこく ひつよう
介護業務の事故報告書に記録する内容は、口頭での報告も必要である。

5-046

かいぎ もくてき じょうほう きょうゆう
会議の目的は情報を共有することである。

5-047

かいぎ さんか じぜん しりょう め とお のぞ
会議に参加するときは事前に資料に目を通しておくことが望ましい。

5-
048

ケアカンファレンスは専門職の意見を中心に、利用者によりよいケアを提供するために行われる。

5-
049

スーパービジョンとはスーパーバイザーが、スーパーバイザーの専門職としての能力を高めるためにはたらきかけることである。

5-
050

ブレインストーミング (brainstorming) の原則の1つは、他人の意見を批判することである。

6

せい かつ し えん ぎ じゅつ
生活支援技術



もん だい 問題



6-
001

じりつしえん たいしやうしや いしひやうじ りやうしや かぎ
自立支援の対象者は、意思表示できる利用者に限られる。

6-
002

かいごふくししよく ひと せいかつ しんしん あんせい じゆうし せい
介護福祉職は、その人らしい生活よりも、心身の安静を重視した生
かつしえん じっせん
活支援を実践する。

6-
003

せいかつしえん ひと せいちやう ほうたつねんれい しやうてん じっせん おこな
生活支援は、その人の成長、発達年齢に焦点をあてて実践を行う。

6-
004

かいごふくししよく りやうしや けんこうじやうたい しんしん きのう しんたいこうぞう
介護福祉職は、利用者の「健康状態」や「心身機能・身体構造」な
ちやくもく りやうしや せいかつ みちび だ
どもに着目し、利用者の生活ニーズを導き出す。

6-
005

ようかいごじやうたい りやうしや じしん つよ いま せいかつ
要介護状態になったとしても、利用者自身の強さや今まで生活して
けいけん はつ き しえん
きた経験を発揮することができるよう支援する。

6-006

ながねん す な ぼしよ す つづ こうれいしゃ じゅうよう い
長年住み慣れた場所に住み続けることは、高齢者にとって重要な意
味をもっている。

6-007

に ほん でんとうてき す とくちゅう か
日本の伝統的な住まいの特徴は、ベッドやいす、テーブルなどの家
具を床に置いて生活する様式である。

6-008

しんたい きのう てい か ひと ぼあい ふとん しゅうしん きほん
身体機能が低下した人の場合は、布団での就寝を基本とする。

6-009

ききよ よう い ようしきべん き ひざ ふたん かる ざめん ひく
起居が容易な洋式便器は、膝への負担を軽くするよう座面を低くす
る。

6-010

わ ようせつちゅう よくそう よくそうない あんてい しせい かた つ
和洋折衷タイプの浴槽は、浴槽内で安定した姿勢で肩まで浸かるこ
とができる。

6-011

おくない てんとう ふせ あんぜんたいさく るい せいかつどうせん
屋内での転倒を防ぐための安全対策としては、コード類は生活動線
上に這わせて置く。

6-012

布団ふとんについて、ダニしがいの死骸かふんや花粉じよきよなどのアレルギーほうほうを除去する方法は、布団ふとんを強く叩くつよたた。

6-013

一戸建て住宅いつこだに暮らす利用者じゆうたくの地震対策くに関する訪問介護員りようしや（ホームヘルパー）じしんたいさくの助言かんとして、家具ほうもんかいごいんにはキャスターかいごをつけるよう助言じよげんする。

6-014

一戸建て住宅いつこだに暮らす利用者じゆうたくの地震対策くに関する訪問介護員りようしや（ホームヘルパー）じしんたいさくの助言かんとして、外ほうもんかいごいんへの避難経路かいごは、玄関そとの1方向ひなんけいろとするよう助言げんかんする。

6-015

介護保険かいごほけんの住宅改修じゆうたくかいしゆうを利用してトイレりようを改修かいしゆうするときに、介護福祉職かいごふくししよくが助言かいごする内容じよげんとして、開き戸ないようは自動ドアひらきどに変更じどうできることを助言へんこうする。

6-016

介護保険かいごほけんの住宅改修じゆうたくかいしゆうを利用してトイレりようを改修かいしゆうするときに、介護福祉職かいごふくししよくが助言かいごする内容じよげんとして、滑りにくい床材すべに変更ゆかざいできることを助言へんこうする。

6-017

介護保険かいごほけんの住宅改修じゆうたくかいしゆうを利用してトイレりようを改修かいしゆうするときに、介護福祉職かいごふくししよくが助言かいごする内容じよげんとして、現在使用げんざいしている洋式便器しよくに、洗浄機能ようしきべんきを付加せんじゆうきのうできることを助言ふかする。

6-018

ユニバーサルデザイン (universal design) の7原則^{げんそく}の1つに、
高齢者^{こうれいしゃ}が優先的^{ゆうせんてき}に利用^{りよう}できる」がある。

6-019

ユニバーサルデザイン (universal design) の7原則^{げんそく}の1つに、
情報伝達^{じょうほうでんたつ}の手段^{しゅだん}は一つにまとめる」がある。

6-020

ユニバーサルデザイン (universal design) の7原則^{げんそく}の1つに、
誰でも使える十分な大きさ^{だれ つか じゅうぶん おお ひろ}と広さ」がある。

6-021

歩行可能^{ほ こう かのう}な脊髄小脳変性症^{せきずいしょうのうへんせいしょう} (spinocerebellar degeneration) の
高齢者^{こうれいしゃ}の転倒^{てんとう}予防^{よぼう}に留意^{りゅうい}した環境整備^{かんきょうせいび}では、弾力性^{だんりょくせい}が高い床材^{たか ゆかざい}を使用^し
する。

6-022

入所施設^{にゅうしょしせつ}における居室^{きむしつ}の環境整備^{かんきょうせいび}で留意^{りゅうい}すべき点^{てん}は、利用者^{りようしゃ}が使い
慣れた家具^{な かぐ}が置けるように配慮^{はいりよ}することである。

6-023

障害者支援施設^{しょうがいしゃしえんしせつ}は、入浴^{にゅうよく}、排泄^{はいせつ}、食事等^{しょくじとう}の介護等^{かいごとう}を提供^{ていきょう}する。

6-024

施設入所に伴う、利用者の心身の負担軽減のための方策として、施設の生活時間に合わせてもらう。

6-025

理学療法士は、身体に障害がある利用者の基本動作能力などの評価を行う専門職である。

6-026

更衣の介護では、手指の細かな動作が難しい利用者には、マグネット式のボタンを勧める。

6-027

高齢者の整容支援の注意点として、目やにを拭き取るときは、目頭から目尻に向かって拭く。

6-028

高齢者の整容支援の注意点として、爪を切るときは、少しずつ切る。

6-029

実行機能障害のある利用者への更衣の介護では、必要な衣類をまとめて渡す。

6-030

じつこう きのうしょうがい りようしゃ こうい かいご とわり ようふく き
実行機能障害のある利用者への更衣の介護では、隣で、洋服を着る
どうさ しめ
動作を示す。

6-031

くろま いじょうかいご かいご ふくししよく さいしょ おこな
ベッドから車いすへの移乗介護で、介護福祉職が最初に行うことは、
いじょう もくてき せつめい どうい え
移乗の目的を説明して同意を得ることである。

6-032

りょうかし きんりょくていか りようしゃ じょうし かつよう くろま
両下肢の筋力低下がある利用者が、上肢を活用してベッドから車い
いちぶ かいじょ いじょう ゆうこう
すへ一部介助で移乗するためには、スライディングボードが有効で
ある。

6-033

にゅうしょし せつ りようしゃ くろま しょう がいしゆつ かいご ふくししよく
入所施設の利用者が車いすを使用して外出するときに、介護福祉職
けいかく がいしゆつさき けいる じょうほう あつ
が計画することとして、外出先の経路情報を集める。

6-034

せいかつこうい いどう ともな せいかつどうせん ひつよう いじょう なが
生活行為には移動を伴うことから、生活動線が必要以上に長くな
せいかつくうかん
ないよう生活空間をゾーニングする。

6-035

かいごしゃ あし ぜんご さゆう ひら し じきていめん
ボディメカニクスでは、介護者の足を前後・左右に開き支持基底面
せき ひろ りつ い し せい あんていせい たか
積を広くし、立位姿勢の安定性を高める。

6-036

麻痺がある場合の利用者の移動介護では、介護福祉職は健側に注意をはらう。

6-037

移動介護に必要な物品は、事前に準備し点検しておく。

6-038

右片麻痺の利用者が、手すりを利用して階段を昇るときに、介護福祉職は利用者の左後方に立つ。

6-039

右片麻痺の利用者が、手すりを利用して階段を降りるときに、介護福祉職は利用者の右前方に立つ。

6-040

ベッドで利用者の上半身を起こす動作では、介護福祉職は手首の力で持ち上げる。

6-041

関節リウマチ（rheumatoid arthritis）の利用者が、歩行時に使用する杖としては、ロフストランドクラッチ（Lofstrand crutch（前腕固定型杖））が適している。

6-042

かた まひ りようしゃ た あ かいご かいご ふくししょく りようしゃ けん
片麻痺の利用者の立ち上がりの介護では、介護福祉職は利用者の健
そく た
側に立つ。

6-043

おくがい くま かいじょほうほう だん さ さ うし む
屋外での車いすの介助方法として、段差を下がる時は、後ろ向き
こうりん お
で後輪から下りる。

6-044

おくがい くま かいじょほうほう きゅう くだ ざか まえ む すず
屋外での車いすの介助方法として、急な下り坂では前向きで進む。

6-045

こきゅう くる らく しせい うつた りようしゃ
呼吸が苦しいため「楽な姿勢にしてほしい」と訴えている利用者
たい かいご ふくししょく ぎょうがい やす
に対して、介護福祉職は、仰臥位にして休んでもらった。

6-046

しかくしょうがいしゃ ほこうかいじょ かいごしゃ りようしゃ なな はんぼまえ た
視覚障害者への歩行介助では、介護者は利用者の斜め半歩前に立ち
ゆうどう
誘導する。

6-047

ぎょうがい りようしゃ ひだりそくがい ぼあい たいい へんかん かいじょ せつめい
仰臥位の利用者を左側臥位にする場合の体位変換は、介助の説明を
かた ひざ どうじ たお
したあと、肩と膝は同時に倒す。

6-048

パーキンソン病（Parkinson disease）の姿勢反射障害のある人への歩行介助では、曲がり角では勢いをつけて曲がってもらようよう支援する。

6-049

脊髄損傷の利用者の移動介護では、体温や血圧の変動に留意する。

6-050

狭心症の持病がある利用者の外出支援では、発作に備えた薬を携行する。

6-051

重症心身障害児への移乗介護は、全介助の場合が多く、介護者主導で支援する。

6-052

施設における介護福祉職と他職種との連携として、寝たきりの利用者等の仙骨部に発赤を見つけたときは、看護職に相談する。

6-053

障害者等の身体機能を補完、代替し長期に渡り継続して使用する補装具の支給は、介護保険法に位置づけられている。

6-054

BMI（たいかくしすう 体格指数）の標準値は 22 とされている。

6-055

行事食として、せつぶん 節分ではおせち料理を準備する。

6-056

座位で食事をする利用者の姿勢として、顎は上げてもらうようにする。

6-057

誤嚥を防ぐために、しよくぜん えんげたいそう おこな 食前に嚥下体操を行うことは有効である。

6-058

食事介護は、かいごしゃ おこな 介護者のペースで行う。

6-059

食事が終わったら、こうぐない しよくもつざん さ かくにん 口腔内の食物残渣を確認する。

6-060

総義歯の取りはずしは、上顎からはずし、下顎から装着する。

6-061

骨粗鬆症 (osteoporosis) の予防には、ビタミン D (vitamin D) の摂取を勧める。

6-062

便秘の予防には、水分摂取を控えるよう勧める。

6-063

逆流性食道炎 (reflux esophagitis) の予防として、食後すぐに横になるよう勧める。

6-064

左半側空間無視のある利用者の食事では、利用者の左側に配膳する。

6-065

半側空間無視のある利用者の食事では、クロックポジションに従って配膳する。

6-066

はんそくくうかん むし りようしゃ しよくじかいご かいごふくししよくできぎしよつ
半側空間無視のある利用者の食事介護として、介護福祉職は適宜食
器の位置を変える。

6-067

みかく ていか りようしゃ たい えんぶん ふ あじつ こ
味覚の低下がある利用者に対しては、塩分を増やして味付けを濃く
する。

6-068

ちよう ぜんどううんどう ていか たい しよくもつせんい おお しよくひん と い
腸の蠕動運動の低下に対しては、食物繊維の多い食品を取り入れる。

6-069

かたまひ りようしゃ ざい しよくじかいご りゆういてん くち かんそく
片麻痺の利用者の座位での食事介護の留意点としては、口の患側に
食物を入れる。

6-070

かたまひ りようしゃ しよくじ きざ しよく
片麻痺の利用者の食事は、刻み食にする。

6-071

じんこうとうせき りようしゃ なま やさい すず
人工透析をしている利用者には生野菜を勧める。

6-072

義歯の取扱いについて、上顎用の総義歯は、義歯の後方を下げるようにしてはまず。

6-073

義歯の取扱いについて、保管容器に、義歯の半分がつかれる程度の水を入れて保管する。

6-074

ドライマウス（dry mouth）の予防として、柔らかい食物を勧める。

6-075

骨粗鬆症（osteoporosis）の予防に必要なビタミンKを多く含む食品は、牛乳である。

6-076

心臓機能障害があり、抗凝固薬（ワルファリン）を内服している利用者は、納豆を摂らないようにする。

6-077

皮膚の乾燥が強くなった高齢者の入浴介護では、アルカリ性の石鹸で身体を洗う。

6-078

ベッド上で行う清拭の介護として、背部は患側を下にして拭く。

6-079

清拭の介護として、両下肢は末梢から中枢に向かって拭く。

6-080

清拭の介護として、皮膚についた水分は最後にまとめて拭く。

6-081

ベッド上で足浴を実施するときの留意点として、ズボンを脱がせて、下肢を露出する。

6-082

ベッド上で足浴を実施するときの留意点として、洗う側の足関節を保持しながら洗う。

6-083

入浴介護に関する注意点として、湯温は、介護福祉職が直接肌で触れて確認する。

6-084

入浴介護に関する注意点として、浴槽への出入りにシャワーチェアを用いるときは、浴槽と同じ高さに調整する。

6-085

入浴介護に関する注意点として、片麻痺の利用者の場合は、健側から浴槽に入る。

6-086

血液透析を受けている人は、透析直後の入浴は避ける。

6-087

胃ろうを造設している人は、入浴を控える。

6-088

心臓機能障害がある人は、半身浴にする。

6-089

回腸ストーマを造設している人は、食後1時間以内に入浴する。

6-090

はいせつ もと はいせつかいご ふくぶ か
排泄メカニズムに基づく排泄介護において、腹部マッサージは、下
こうけつちよう おうこうけつちよう じようこうけつちよう じめん おこな ゆうこう
行結腸、横行結腸、上行結腸の順に行うことが有効である。

6-091

はいせつ もと はいせつかいご べんざ すわ そくてい ゆか
排泄メカニズムに基づく排泄介護において、便座に座って足底を床
ぜんけい しせい ふくあつ たか ゆうこう
につけた前傾姿勢は、腹圧を高めるために有効である。

6-092

さ こ べんき はいせつかいご ほうほう しようまえ べんき あた
差し込み便器による排泄介護の方法として、使用前の便器を温めて
おく。

6-093

じよせい いんぶ せいしき にようどうこう こうもん む ふ と
女性の陰部清拭については、尿道口から肛門に向かって拭き取る。

6-094

さいきん にようしつきん ひんかい そうちやく せいかつ
最近、尿失禁が頻回にみられるので、すぐおむつを装着し生活して
もらった。

6-095

だんせい じよう にようき しよう ばあい ぎようが い はいによう
男性がベッド上で尿器を使用する場合は、仰臥位のほうが排尿しやすい。

6-096

おむつは汚れを内側にして片づける。

6-097

腸管出血性大腸炎で下痢が続いている利用者のおむつ交換の留意点
は、汚れたおむつをビニール袋に入れて、袋の口を固く縛る。

6-098

膀胱留置カテーテルを使用している利用者への介護福祉職の対応として、カテーテルが折れていないことを確認する。

6-099

膀胱留置カテーテルを使用している利用者への介護福祉職の対応として、採尿バッグは膀胱と同じ高さに置く。

6-100

膀胱留置カテーテルを使用している利用者への介護福祉職の対応として、尿漏れが起きていたらカテーテルを抜去する。

6-101

消化管ストーマを造設している利用者の生活支援では、ラジオ体操は控えるよう助言する。

6-102

じん ぎ のうしようがい りようしゃ ぼ あい にち にようりよう とうせき じよすいりよう
腎機能障害のある利用者の場合、1日の尿量や透析による除水量に
おう すいぶんりよう き はいにようりよう は あく
応じ、水分量が決められていることから、排尿量を把握しておく。

6-103

りようり とくい ふだん み つ あ ものりようり
Aさんは、料理が得意で、普段はエプロンを身に着けて揚げ物料理
をガスコンロでつくっている。このとき、ぼうか いしき ちようり しえん
を、防火を意識した調理支援
そでぐち しほ いふく き しえん
では、袖口を絞った衣服を着てもらおうよう支援する。

6-104

りようり とくい ふだん み つ あ ものりようり
Aさんは、料理が得意で、普段はエプロンを身に着けて揚げ物料理
をガスコンロでつくっている。このとき、ぼうか いしき ちようり しえん
を、かざいほうち き ゆか ちか ぶぶん せっち
では、火災報知器は床に近い部分に設置する。

6-105

りようしゃ じたく せいそう おこな ちゆういてん たたみ たたみ め そ
利用者の自宅の清掃を行うときの注意点として、畳は畳の目に沿っ
て拭く。

6-106

りようしゃ じたく せいそう おこな ちゆういてん そうじ たか ところ
利用者の自宅の清掃を行うときの注意点として、掃除は高い所から
はじめる。

6-107

ふとん しがい かふん じよきよ ほうほう
布団についた、ダニの死骸や花粉などのアレルゲンを除去する方法
として、そうじき す と
として、掃除機で吸い取る。

6-108

布団ふとんについて、ダニしがいの死骸かや花粉かふんなどのアレルゲンじょきよを除去ほうほうする方法として、表面ひょうめんを絞しぼったタオルふで拭く。

6-109

眠れないねむと訴えるうた高齢者こうれいしやに介護福祉職かいごふくししよくが行う助言おこなとして、夕食後じゆうしょくご2時間以内じかんに就寝いするように勧めるすす。

6-110

安眠あんみんを促すうなが生活習慣せいかつしゅうかんとして、就寝前しゅうしんまえに、軽いストレッチかるを行うおこな。

6-111

安眠あんみんを促すうなが生活習慣せいかつしゅうかんとして、就寝前しゅうしんまえに、カフェインふくを含む飲料いんりようを飲むとよい。

6-112

施設しせつにおける安眠あんみんを促すための環境うながとして、介護福祉職かんきぎょう同士の会話かいごふくししよくどうしが響かいわかないようにするひび。

6-113

概日リズムがいじつ（サーカディアンリズム（circadian rhythm））を回復かいふくさせるための介護福祉職かいごふくししよくの対応たいおうとして、起床後きしやうごはカーテンあを開けて、日光にっこうを浴びるあように勧めるすす。

6-
114

つえ ほ ころう せい しゃ しんしつ かんきょうせい び あしもととう よう い
杖歩行している高齢者の寝室の環境整備では、足元灯を用意する。

6-
115

びょう
パーキンソン病 (Parkinson disease) (ホーエン・ヤール重症度
ぶんるい ころういしゃ しんしつかんきょう かいごしゃ あ
分類ステージ3) の高齢者の寝室環境では、ベッドは介護者に合わ
たか せってい
せた高さに設定する。

6-
116

すいみんやく ふくよう ころういしゃ かいご ふくししよく たいおう ふくようご
睡眠薬を服用している高齢者への介護福祉職の対応として、服用後
ぶん い ない ところ うなが
30分以内に床につくように促した。

6-
117

すいみんやく ふくよう ころういしゃ かいご ふくししよく たいおう につちゅう
睡眠薬を服用している高齢者への介護福祉職の対応として、日中、
い し つた
ふらつきがみられたので医師に伝えた。

6-
118

すいみんやく ふくよう ころういしゃ かいご ふくししよく たいおう つうじょう
睡眠薬を服用している高齢者への介護福祉職の対応として、通常の
りょう ねむ い ついか の つた
量では眠れないと言われたので、追加して飲むように伝えた。

6-
119

ちゅう や ぎゃくてん りようしゃ かいご ふくししよく たいおう ゆうがた さん
昼夜逆転している利用者への介護福祉職の対応として、夕方に、散
ぼ うなが
歩をするように促す。

6-
120

ちゆうやぎやくてん りようしゃ かいごふくししよく たいおう ね ちくぜん
昼夜逆転している利用者への介護福祉職の対応として、寝る直前に
あつ ふろ はい うなが
熱いお風呂に入るように促す。

6-
121

にゆうしよしせつ さいご す きぼう りようしゃ たいおう
入所施設で最期まで過ごすことを希望する利用者への対応として、
しゆうまつき かいごほうしん つた いしかくにん おこな
終末期の介護方針を伝え、意思確認を行う。

6-
122

にゆうしよしせつ さいご す きぼう りようしゃ たいおう ほん
入所施設で最期まで過ごすことを希望する利用者への対応では、本
にん いし かぞく いこう ゆうせん
人の意思よりも家族の意向を優先する。

6-
123

にゆうしよしせつ さいご す きぼう りようしゃ たいおう
入所施設で最期まで過ごすことを希望する利用者への対応として、
いしかくにん ぎょうい ないよう ぶんしよ きょうゆう
意思確認の合意内容は、文書で共有する。

6-
124

しゆうまつき りようしゃ しせつ みと かぞく しえん かぞく り
終末期にある利用者を施設で看取る家族への支援として、家族が利
ようしゃ たいあん
用者のためにできることを提案する。

6-
125

しゆうまつき りようしゃ しせつ みと かぞく しえん かんじょう ひょう
終末期にある利用者を施設で看取る家族への支援として、感情を表
しゅつ じよげん
出さないように助言する。

6-
126

高齢者施設において介護福祉職が行う死亡後の介護として、家族に、
死亡後の介護を一緒に行くかどうかを確認する。

6-
127

施設において、介護福祉職の行う死後の処置として、着物の場合は
帯紐を縦結びにする。

6-
128

施設において、死後の処置は、死後3時間経過してから行う。

7

かいごかてい
介護過程



問題



7-001

介護過程の目的は、利用者の望んでいる、よりよい生活を実現することである。

7-002

介護計画の作成にあたっては、抽出されたニーズを踏まえて目標を設定する。

7-003

介護計画は、介護福祉職の価値観に沿って実施する。

7-004

介護過程の目的は、画一的に介護を実践することである。

7-005

介護過程では、介護福祉職が理想とする生活の実現を目指す。

7-006

生活課題の優先順位を決定する際、利用者が要望する頻度の多いものから決定する。

7-007

アセスメント (assessment) では、介護福祉の知識を活用して情報を解釈する。

7-008

介護過程におけるアセスメント (assessment) は、1つの場面に焦点をあてた観察を目的としている。

7-009

介護福祉職は、収集した情報を取捨選択して記録する。

7-010

利用者の情報を収集するにあたり、利用者と介護福祉職との信頼関係が築かれていることが重要である。

7-011

利用者の思いや考えは、主観的情報として扱う。

7-012

介護福祉職は、先入観をもって利用者の情報を収集する。

7-013

介護福祉職が収集する情報には、主観的情報と客観的情報がある。

7-014

介護福祉職は、利用者のできないことを中心に情報収集を行う。

7-015

アセスメント (assessment) とは、利用者の情報を収集することを含む。

7-016

年齢、性別、価値観などは、ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health: 国際生活機能分類) モデルの構成要素の個人因子に含まれる。

7-017

介護福祉職の五感による観察は、情報収集の手段として適切である。

7-018

かいご かてい もくひょう りようしゃ はな あ せってい
介護過程の目標は、利用者と話し合いながら設定する。

7-019

かいご かてい もくひょう せってい さい しゆご りようしゃ ひょうげん
介護過程の目標を設定する際、主語は利用者で表現する。

7-020

かいご かてい もくひょうせってい りようしゃ ことば しよう
介護過程の目標設定では、利用者にもわかりやすい言葉を使用する。

7-021

かいご かてい ちようきもくひょう きかん め やす げつ ねんていど
介護過程における長期目標の期間の目安は、6か月から1年程度
である。

7-022

かいご かてい せいかつ かだい めいかく だんかい こじんいんし かだい
介護過程の生活課題を明確にする段階では、個人因子による課題よ
りも環境因子による課題を優先する。

7-023

かいご かてい せいかつ かだい せいかつじよう こんなん はっせい げんいん
介護過程における生活課題は、生活上の困難を発生させている原因
のことである。

7-
024

介護計画を立案するにあたっては、安全性よりも効果を優先する。

7-
025

SOAP方式で記録する場合のPに該当するのは、介護福祉職が行う今後の介護計画である。

7-
026

介護計画を立案する際、事前に利用者に及ぼす影響を予測する。

7-
027

介護計画は、チームで介護方法の統一を図るために、具体的に記述する。

7-
028

介護計画の立案では、長期目標と短期目標を連動させる。

7-
029

介護計画を実施するときは、利用者の反応や変化を観察する。

7-030

介護記録では、事実をありのままに記録する。

7-031

介護計画を実施する際、利用者の状態に変化があっても、計画どおりに実施する。

7-032

介護記録には、多職種とのかかわりについても記録する。

7-033

介護計画の評価の基準は、目標設定の段階で決めておく。

7-034

介護計画の評価は利用者本人に伝える。

7-035

介護計画の目標が達成された場合、利用者に対する介護過程は終了する。

7-
036

チームアプローチの^{じっせん}実践において、^{ちいきじゅうみん}地域住民やボランティアはチームの^{いちいん}一員である。

7-
037

介護支援専門員（ケアマネジャー）は、サービス^{たんとうしゃかいぎ}担当者会議を^{かいさい}開催する。

7-
038

他^た職種と^{れんけい}連携する際は、互いの^{しよくいき}職域を理解し、^{そんちよう}尊重し^あ合いながら^{たい}対等な^{かんけい}関係を保つ。

7-
039

ケアカンファレンスの^ば場合は、^{しよくいん}職員の^{きかい}スーパービジョンの^う機会になり得る。

7-
040

ケアチームの^{ちゅうしん}中心は、^{かいごふくししよく}介護福祉職である。

7-
041

社会福祉士^{しやかいふくし}及^{しおよ}び^{かいごふくし}介護福祉士^{しほう}法では、^{たしよくしゆ}他^{れんけい}職種との^{ぎむ}連携が義務^むづけられている。

7-
042

チームアプローチの^{さい}際には、グループダイナミクスを^い意図的^とに^{かつ}活用^{よう}することが^{ひつ}必要^{よう}である。

8

は っ た つ ろ う か り か い
発 達 と 老 化 の 理 解



もん だい 問 題



8-
001

せいご げつごろ なんご ほつ
生後2か月頃になると喃語を発するようになる。

8-
002

さい げつ こ お げんしょう しゃかいてきさんしょう
1歳3か月の子に起こる現象に社会的参照がある。

8-
003

せいご げつごろ ゆび つか つ き
生後3か月頃、指を使って積み木がつかめるようになる。

8-
004

せいご げつごろ だ
生後6か月頃、つかまり立ちができるようになる。

8-
005

さいごろ にごぶん はな
2歳頃、二語文を話すようになる。

8-006

3歳頃、愛着（アタッチメント（attachment））が形成され始める。

8-007

「高齢者虐待防止法（高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対するしえんどう かん ほうりつ）」では、高齢者を65歳以上としている。

8-008

高齢者の医療の確保に関する法律では、後期高齢者を80歳以上としている。

8-009

道路交通法では、免許証の更新の特例がある高齢運転者を60歳以上としている。

8-010

老化学説のフリーラジカル説では、加齢による臓器や器官の萎縮や縮小に対して、それを補う再生機能が低下することで老化が生じると考える。

8-011

「つらい治療を我慢して受けるので助けてほしいと願う」ことはキューブラー・ロス（Kübler-Ross, E.）が提唱した死の受容過程における「取り引き」にあてはまる。

8-
012

加齢に伴う嚥下機能の低下の原因には、舌骨の位置の上昇がある。

8-
013

流動性知能は、加齢とともに衰えやすい。

8-
014

騒がしい場所での作業効率は、若年者より高齢者が高い。

8-
015

エピソード記憶は、加齢による影響を受けない。

8-
016

加齢により周辺視野は広がる。

8-
017

加齢により低い音から聞こえにくくなる。

8-
018

か れい み かく かんじゆせい てい か
加齢により味覚の感受性は低下する。

8-
019

か れい きゆうかく びんかん
加齢により嗅覚は敏感になる。

8-
020

にん ちしゅう にょう も ふくあつせいにょうしつきん
認知症で尿を漏らすことを、腹圧性尿失禁という。

8-
021

 が まん にょう も せつぱくせいにょうしつきん
トイレまで我慢できずに尿を漏らすことを、切迫性尿失禁という。

8-
022

ぜんりつせん ひ だいしゅう にょう も き のうせいにょうしつきん
前立腺肥大症で尿を漏らすことを、機能性尿失禁という。

8-
023

こうれいしゃ ふくすう まんせいしつかん
高齢者が複数の慢性疾患をもつことは、まれである。

8-
024

こうれいしゃ ふくよう やくざい しゆるい じやくねんしゃ すく
高齢者が服用する薬剤の種類は、若年者より少ない。

8-
025

こうれいしゃ ないふくやく しゆるい ふ くすり ふくさよう あらわ
高齢者は内服薬の種類が増えると、薬の副作用は現れやすい。

8-
026

こうれいしゃ こうけつあつしやう ちりょうもくびやう じやくねんしゃ おな
高齢者の高血圧症（hypertension）の治療目標は、若年者と同じ
にする。

8-
027

こうれいしゃ ばあい やくざい こうか つよ で
高齢者の場合は、薬剤の効果が強く出ることがある。

8-
028

ろうか ともな こつみつど じやうしやう
老化に伴い骨密度は上昇する。

8-
029

ろうか ともな だえき ぶんびつりやう ぞうか
老化に伴い唾液の分泌量は増加する。

8-
030

ろうか ともな はいかつりょう ぞうか
老化に伴い肺活量は増加する。

8-
031

ろうか ともな ひんけつ
老化に伴い貧血になりやすい。

8-
032

ろうか ともな ひふ ひようめん しつじゆんか
老化に伴い皮膚の表面が湿潤化する。

8-
033

しょくじ えんげしょうがい
食事のときにむせることは、嚥下障害の1つである。

8-
034

しんふぜん しんこう あらわ いきぎ あんせい
心不全 (heart failure) が進行したときに現れる息切れは、安静に
すすることで速やかに治まる。

8-
035

こうれいしゃ しんふぜん
高齢者の心不全 (heart failure) ではチアノーゼ (cyanosis) が
生じやすい。

8-
036

心不全 (heart failure) による呼吸苦は、座位より仰臥位 (背臥位) のほうが軽減する。

8-
037

高齢者の心不全 (heart failure) では下肢に局限した浮腫が生じる。

8-
038

褥瘡の原因には長時間による圧迫がある。

8-
039

仰臥位による褥瘡の好発部位には腸骨部がある。

8-
040

高齢者には良質なたんぱく質の摂取を推奨する。

8-
041

1日に1回、排便がない状態を便秘という。

8-
042

びょうき げんいん べんび
病気が原因で便秘になることがある。

8-
043

ふつきん きんりょくてい か べんび
腹筋の筋力低下で便秘になることがある。

8-
044

やくざい げんいん べんび
薬剤が原因で便秘になることはない。

8-
045

こうれいしゃ ぼあい べんび げざい ゆうせん しょうほう
高齢者の場合、便秘には下剤を優先して処方する。

8-
046

へんけいせいしつかんせつしょう ぼあい ほこう ひか
変形性膝関節症 (knee osteoarthritis) の場合は歩行を控える。

8-
047

へんけいせいしつかんせつしょう ぼあい せいざ すわ
変形性膝関節症 (knee osteoarthritis) の場合は正座で座る。

8-
048

へんけいせいしつかんせつしょう
変形性膝関節症 (knee osteoarthritis) の場合は膝を冷やす。

8-
049

へんけいせいしつかんせつしょう
変形性膝関節症 (knee osteoarthritis) の場合は杖の使用を推奨する。

8-
050

びょう
パーキンソン病 (Parkinson disease) の利用者の姿勢は後屈しや
すい。

8-
051

びょう
パーキンソン病 (Parkinson disease) の利用者の歩行は大腿にな
る。

8-
052

びょう
パーキンソン病 (Parkinson disease) の場合、血圧は上昇する。

8-
053

びょう
パーキンソン病 (Parkinson disease) の利用者は無表情になるこ
とがある。

8-
054

高齢者の肺炎ではインフルエンザ（influenza）に合併することはまれである。

8-
055

高齢者の肺炎では初期から高熱がでる。

8-
056

甲状腺機能低下症（hypothyroidism）の症状として、浮腫がある。

8-
057

保健師は薬の処方箋を交付できる。

8-
058

訪問介護員（ホームヘルパー）は居宅サービス計画を立案する。

9

にん ち しょう り かい
認知症の理解





9-
001

キットウッド (Kitwood, T.) が提唱したパーソン・センタード・ケアは、認知症という症状を中心とするのではなく、「人」を中心として認知症の人を理解するべきであるという考え方である。

9-
002

「平成 29 年版高齢社会白書」(内閣府)によると、2025 年(令和 7 年)には、認知症の人の数は、約 400 万人前後になると推計されている。

9-
003

地域密着型サービスは、認知症の人や中重度の要介護高齢者ができる限り住み慣れた地域での生活が継続できるように、市町村が事業者の指定や指導・監督を行う。

9-
004

「新オレンジプラン」では、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを継続できるように 7 つの柱が示された。

9-
005

認知症 (dementia) によって判断能力が不十分になった人を保護する制度として成年後見制度がある。

9-
006

にちじょうせいかつじりつしえんじぎょう にんちしやうひと じりつせいかつしえん
日常生活自立支援事業とは、認知症の人の自立した生活を支援する
せいど
制度である。

9-
007

にんちしやうちいきしえんすいしんいん とどうふけん ちいきほうかつしえん
認知症地域支援推進員は、都道府県ごとに、地域包括支援センター
にんちしやうしつかんいりやう とうはいち
や認知症疾患医療センター等に配置される。

9-
008

にんちしやう ちゆうかくしやうじやう たしやうさ にん
認知症（dementia）の中核症状とは、多少の差はあるものの、認
ちしやう だれ みと ちゆうしん しやうじやう
知症になると誰にでも認められる中心となる症状である。

9-
009

にんちしやう ものわす わす
認知症（dementia）による物忘れは、忘れてしまったということ
じかく おお
を自覚していることが多い。

9-
010

かれい ともな ものわす たいけん いちぶ わす けいこう
加齢に伴う物忘れは、体験の一部を忘れるという傾向がみられる。

9-
011

うんどうきのう そこ もくてき そ てきせつ こうどう
運動機能は損なわれていないのに、目的に沿った適切な行動がとれ
しつにん
なくなることを失認という。

9-
012

じっこう きのうしょうがい けいかく た じっこう
実行機能障害とは、計画を立て実行することができなくなることをいう。

9-
013

けんとうしきしょうがい にん ち しょう ちゅうかくしょうじょう
見当識障害は、認知症の中核症状の1つである。

9-
014

こうおん き かん ちゅうかく しょうがい げん ご きのう はな き
構音器官や聴覚に障害がないのに、言語機能としての話す・聞く・
か よ きのう せんたくてき うしな じょうたい しつにん
書く・読む機能が選択的に失われる状態を失認という。

9-
015

すいみんこうどうしょうがい よ なか ゆめ み ほんのう おおこえ だ
REM 睡眠行動障害とは、夜中に夢を見て反応して大声を出したり、
た あ こうどう
立ち上がったたりする行動のことをいう。

9-
016

き おくしょうがい しんこう じ ぶん じ しん しつぱい にんしき
記憶障害が進行すると、自分自身の失敗も認識しなくなる。

9-
017

もう せん妄 (delirium) とは、い しき こんだく じょうたい はつしょう きゅうげき
せん妄 (delirium) とは、意識の混濁した状態であり、発症が急激
であることが特徴である。

9-
018

うつ状態とは、気分が落ち込み、自分は生きている価値がないという悲哀を感じている状態である。

9-
019

アルツハイマー型認知症 (dementia of the Alzheimer's type) の発症時期は明確ではなく、ゆっくり進行する。

9-
020

アルツハイマー型認知症 (dementia of the Alzheimer's type) では、比較的、記憶力は良好な状態が保たれている。

9-
021

血管性認知症 (vascular dementia) とは、脳の血液の流れが障害されて起きる脳血管障害を基盤とした認知症である。

9-
022

血管性認知症 (vascular dementia) は、運動障害を伴うことは少ない。

9-
023

レビー小体型認知症 (dementia with Lewy bodies) は、幻視体験や転倒を繰り返しやすくなる。

9-
024

レビー小体型認知症（しょうたいがたにんちしょうdementia with Lewy bodies）では、しょうじょう症状
にちないへんどうすくの日内変動は少ない。

9-
025

前頭側頭型認知症（ぜんとうそくとうがたにんちしょうfrontotemporal dementia）では、じんかくへんか人格変化
とくちょうてきしょうじょうが特徴的な症状である。

9-
026

前頭側頭型認知症（ぜんとうそくとうがたにんちしょうfrontotemporal dementia）の特徴の1つと
じょうどうこうどうして、常同行動がある。

9-
027

クロイツフェルト・ヤコブ病（びょうCreutzfeldt-Jakob disease）は、
きゅうそくしんこうにんちしょうげんいんしつかん急速に進行する認知症の原因疾患である。

9-
028

慢性硬膜下血腫（まんせいこうまくかけっしゅchronic subdural hematoma）は、ちりょう治療によ
けっしゅとのおにんちしょうしょうじょうり血腫を取り除くと認知症の症状がなくなる。

9-
029

正常圧水頭症（せいじょうあつすいとうしょうnormal pressure hydrocephalus）では、ほこうしょう歩行障
がいみと害が認められる。

9-
030

甲状腺機能低下症（hypothyroidism）の症状では、物忘れがみられる。

9-
031

若年性認知症とは、40歳未満で発症した認知症のことをいい、原因疾患を問わない。

9-
032

老年期認知症に比べ、若年性認知症は進行が速い。

9-
033

HDS-R や MMSE は、認知症のスクリーニングテストとして使用されている。

9-
034

軽度の認知症においては、IADL（手段的日常生活動作）のアセスメントが有効である。

9-
035

認知症（dementia）の薬物療法は、病気の進行を完全に止めることができる。

9-
036

ドネペジル塩酸塩えんさんえんは、アルツハイマー型認知症がたにんちしやうやレビー小体型認知症しやうたいがたにんちしやうの症状進行を抑制する。

9-
037

認知症予防にんちしやうよぼうの考え方かんがには、健康的な人も含めたポピュレーションアプローチけんこうてきひとふくと、疾患を発症しやすいリスクの高い人を対象としたハイリスクアプローチがある。

9-
038

認知症 (dementia) の前段階である軽度認知障害 (MCI) 群ぐんを対象たいに、認知症予防を目的とした回想法などの脳活性リハビリテーションおこなが行われている。

9-
039

感情失禁かんじやうしつきんとは、感情を失ってしまった状態のことをいう。

9-
040

幻覚げんかくとは、現実にはないものを見たり聞いたりする症状である。

9-
041

妄想もうそうとは、論理的に誤っていることを直感的に確信して思い込む状態たいをいう。

9-
042

ゆうぐ しょうこうぐん ゆうがたごろ おつ しょうじょう あらわ
夕暮れ症候群とは、夕方頃になると落ち着かなくなる症状を現す。

9-
043

じょうどうこうどう おな どうさ く かえ けっかんせい にん ち しょう
常同行動は、同じ動作を繰り返すことをいい、血管性認知症
(vascular dementia) に特徴的な症状である。

9-
044

いしょく しょくもつ もの くち い た
異食とは、食物でない物を口に入れたり、食べたりすることをいう。

9-
045

ふけつこうい よご いるい かく こうい
不潔行為とは、汚れた衣類やおむつを隠す行為などをいう。

9-
046

しゅうじゅうへき もの く かえ か ひろ こうい
収集癖とは、ある物を繰り返し買ったり拾ったりする行為をいう。

9-
047

にん ち しょう こうどう しん り しょうじょう した ひと
認知症 (dementia) の行動・心理症状 (BPSD) には、親しい人
がわからなくなる症状がある。

9-
048

認知症 (dementia) の行動・心理症状 (BPSD) は、認知症の進行により生じるものである。

9-
049

認知症 (dementia) の行動・心理症状 (BPSD) を抑制・禁止することは、不安感を助長させるため避けたほうがよい。

9-
050

不安は、認知症 (dementia) の行動・心理症状 (BPSD) の1つであり、同時に多くの BPSD に共通する背景要因となる。

9-
051

認知症 (dementia) の人の自尊心を大切に、その人の主観的な世界観をそのままに受け入れようとする受容的態度は、認知症の人に安心感を与える。

9-
052

叱責、否定などの対応は、認知症 (dementia) の人が混乱しているときには有効である。

9-
053

失敗したことやできなくなったことを責めると混乱がひどくなることが多い。

9-
054

認知機能の低下により、どのような場所においても周囲からの影響を受けないため、環境への配慮は必要ない。

9-
055

リロケーションダメージとは、環境が変化することから生じる混乱のことである。

9-
056

介護者や周囲の人との信頼できる関係の形成は、認知症（dementia）の行動・心理症状（BPSD）を軽減させる効果がある。

9-
057

地域ケア会議は、地域包括ケアシステムの実現のために設けられたもので、都道府県に置かれる。

9-
058

地域包括支援センターには、社会福祉士、保健師、主任介護支援専門員という3つの専門職が配置される。

9-
059

認知症カフェは、インフォーマルサービスである。

9-
060

介護教室は、身体介護技術を学ぶ場であるため、認知症の人の家族にも有効である。

9-
061

認知症サポーターとは、認知症（dementia）に対する正しい知識をもって、地域や職域で認知症の人や家族を手助けする専門職である。

9-
062

認知症初期集中支援チームとは、初期の支援を包括的・集中的に行い、自立生活のサポートを行うチームのことである。

9-
063

認知症（dementia）の人の家族は、認知症の人の生活上の混乱に巻き込まれ、介護うつに陥ることがある。

9-
064

レスパイトケアは、認知症（dementia）の人の家族にとって有効である。

9-
065

レスパイトケアには、介護保険サービスを利用する以外にも、家族会等に参加し、同じ境遇の人と語り合い、励まし合うことも含まれる。

10

しょうがい りかい
障害の理解





10-001

ICIDH (International Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps: 国際障害分類) では、能力障害に より経済的不利益が起きるととらえている。

10-002

ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health: 国際生活機能分類) の社会モデルは、障害を個人の 問題ととらえている。

10-003

「障害者差別解消法 (障害を理由とする差別の解消の推進に関する 法律)」は、共生社会の実現を目指している。

10-004

障害者差別解消支援地域協議会は、国、地方公共団体で組織される。

10-005

障害者は、合理的配慮の提供に努めなければならない。

10-006

合理的配慮は、すべての障害者に同じ配慮をすることである。

10-007

バンク - ミケルセン (Bank-Mikkelsen, N.) は、ノーマライゼーション (normalization) の理念を 8 つの原理にまとめた。

10-008

ノーマライゼーション (normalization) の理念に沿うと、障害福祉計画の成果目標は、地域生活から福祉施設入所の設定が望ましい。

10-009

ソーシャルインクルージョン (social inclusion) とは、共に生き支え合うことである。

10-010

介護福祉職の役割は、利用者自身で生活課題を解決するよう支援することである。

10-011

介護福祉職は、利用者のできないことに着目して支援する。

10-012

アドボカシーは、社会的立場の弱い人の権利を守ることである。

10-013

世界保健機関（WHO）によるリハビリテーションの定義で、「**利き手交換**」は医学的リハビリテーションに該当する。

10-014

世界保健機関（WHO）によるリハビリテーションの定義で、「**職業上の援助**」は社会的リハビリテーションに該当する。

10-015

脊髄小脳変性症（spinocerebellar degeneration）の**主な症状**は、**運動失調**である。

10-016

脊髄小脳変性症（spinocerebellar degeneration）の**初期**には、**車いすの使用**が適している。

10-017

脳性麻痺（cerebral palsy）は、**妊娠中から生後4週まで**に脳が**損傷**を受けた**障害**である。

10-018

のうせい ま ひ
脳性麻痺（cerebral palsy）は、けいちよくがた 痙直型や ふ ずい い うんどうがた 不随意運動型（アテトーゼ型）などの分類がある。

10-019

ようずいそんしょう しょうがい し し ま ひ
腰髄損傷の障害に、四肢麻痺がある。

10-020

けいずいそんしょう き おん あ ねつ
頸髄損傷は、気温が上がると、うつ熱になる。

10-021

のうけつかんしょうがい う のう しょうがい げん ご しょうがい
脳血管障害は、右脳が障害されると言語障害がみられる。

10-022

ひだりくうかん む し ば あい り ようしや みぎがわ こえ
左空間無視がある場合、利用者の右側から声をかける。

10-023

りよくないしょう おも しょうじょう や もう
緑内障の主な症状に、夜盲がある。

10-024

とうりょうびょうせいもうまくしやう
糖尿病性網膜症 (diabetic retinopathy) では、がんあつ 眼圧が上昇して
ししんけい あっぼく
視神経が圧迫される。

10-025

もうまくしき そへんせいしやう
網膜色素変性症 (retinitis pigmentosa) の主な症状に、し や きやうさく 視野狭窄
がある。

10-026

はくじやう しかくしやうがいしや ささ つか
白杖は、視覚障害者がからだを支えるために使う。

10-027

しかくしやうがいしや がいしゆつしえん どうごうえんご
視覚障害者の外出支援に同行援護がある。

10-028

でんおんせいなんちやう ないじ ちやうしんけい ししやう お
伝音性難聴は、内耳から聴神経の支障で起こる。

10-029

てんじ ちやうかくしやうがいしや つか
点字は、聴覚障害者のコミュニケーションに使われる。

10-030

ウェルニッケ失語は、話の内容を理解できるが発語が困難である。

10-031

会話補助装置に、トーキングエイドがある。

10-032

狭心症は、強い胸痛が30分以上続く。

10-033

ペースメーカーを装着している利用者は、電磁波の影響を避ける。

10-034

慢性閉塞性肺疾患（COPD）の主な原因は、喫煙である。

10-035

パルスオキシメーターは、上腕部で計測する。

10-036

慢性腎不全が悪化すると、尿毒症を引き起こす。

10-037

慢性腎不全は、塩分を制限する。

10-038

血液透析は、シャントを造設する。

10-039

大腸がんは、上行結腸に多く発生する。

10-040

S状結腸ストーマから排泄される便の性状は、主に水様便である。

10-041

クローン病（Crohn disease）の主な症状に、腹痛や下痢がある。

10-042

ちゆうしんじゆうみやくえいようほう ほ えき ぜんわん ぶ じゆうみやく おこな
中心静脈栄養法の補液は、前腕部の静脈から行われる。

10-043

めんえき ふ ぜん めんえき き のうしようがい ひ より み かんせん
ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能障害は、日和見感染を引き起こす。

10-044

かんこうへん おも しょうじょう おうだん ふくすい
肝硬変の主な症状に、黄疸、腹水がある。

10-045

かんぞう き のうしようがい いんしゆ せいげん
肝臓の機能障害では、飲酒を制限する。

10-046

い ぞんじょう しんいんせいせいしんしょうがい
アルコール依存症（alcohol dependence）は、心因性精神障害に分類される。

10-047

どうごうしつちようじょう おも しょうじょう もうそう
統合失調症（schizophrenia）の主な症状に、妄想がある。

10-048

高次脳機能障害（higher brain dysfunction）で感情のコントロール低下は、記憶障害に含まれる。

10-049

重症心身障害の原因に、分娩時の異常がある。

10-050

知的障害は、てんかん（epilepsy）の合併率が高い。

10-051

知的障害者の療育手帳は、医師が交付する。

10-052

自閉症（autism）の特性は、読む、書く、計算することが苦手である。

10-053

注意欠陥多動性障害（ADHD）のある人には、一度に多くの指示を与える。

10-054

筋萎縮性側索硬化症（amyotrophic lateral sclerosis : ALS）は、免疫疾患である。

10-055

筋萎縮性側索硬化症（amyotrophic lateral sclerosis : ALS）は、視力や聴力が保たれる。

10-056

パーキンソン病（Parkinson disease）の主な症状は、対麻痺である。

10-057

パーキンソン病（Parkinson disease）の症状の進行度は、ホーエン・ヤールの重症度分類を用いる。

10-058

悪性関節リウマチ（malignant rheumatoid arthritis）は、言語機能障害がみられる。

10-059

悪性関節リウマチ（malignant rheumatoid arthritis）の人が使用するドアの取っ手は、丸いものが適している。

10-060

筋ジストロフィー (muscular dystrophy) は、デュシェンヌ型が多い。

10-061

筋ジストロフィー (muscular dystrophy) の主な症状は、手指関節のこわばりである。

10-062

筋ジストロフィー (muscular dystrophy) の利用者は、重度訪問介護を利用して電動車いすで外出することができる。

10-063

上田敏による障害受容のステージ理論の5つの心理過程のうち、最初の段階はショック期である。

10-064

上田敏による障害受容のステージ理論の5つの心理過程のうち、否定期は現実をとらえる支援を行う。

10-065

適応機制の「退行」は、認めたくない欲求をこころの中に抑え込もうとする状態をいう。

10-066

みしゅうがく こ はったつ おく ば あい じどうはったつ し えん
未就学の子どもの発達に遅れがある場合、児童発達支援センターに
そうだん
相談する。

10-067

しよく ば できおうえんじよしや しやうがいしや とくせい おう しゅうろう
職場適応援助者（ジョブコーチ）は、障害者の特性に応じた就労の
し えん
支援をする。

10-068

みんせい い いん せい ど か ちいき しやかい し げん
民生委員は、制度化された地域の社会資源の1つである。

10-069

そうだん し えんせんもんいん とう り ようけいかく さくせい
相談支援専門員は、サービス等利用計画を作成する。

11

こころとからだの
しくみ



もん だい
問題



11-
001

マズロー (Maslow, A.) の欲求階層説の承認欲求とは、自分自身の向上を示すことである。

11-
002

マズロー (Maslow, A.) の欲求階層説の生理的欲求とは、自分の遺伝子の継続を示すことである。

11-
003

マズロー (Maslow, A.) の欲求階層説で、生命を脅かされないことは最上層の欲求である。

11-
004

マズロー (Maslow, A.) の欲求階層説で、他者からの賞賛を受けたいというのは承認欲求である。

11-
005

ライチャード (Reichard, S.) による老年期の性格類型において、自分の過去に対して自責の念を抱くことは、円熟型に分類される。

11-006

ライチャード (Reichard, S.) による老年期ろうねん きの性格類型せいかく るいけいにおいて、
わかわかいとときの積極せつめく的な活動かつどうを維持いじすることは、依存型いぞんがたに分類ぶんるいされる。

11-007

ライチャード (Reichard, S.) による老年期ろうねん きの性格類型せいかく るいけいにおいて、
としとしをとることをありのままに受け入れていくことは、円熟型えんじゆくがたに分類ぶんるいされる。

11-008

短期記憶たん き きおくとは、数日間保持すうじつかん ほ じされる記憶きおくである。

11-009

記憶きおくには、記録きめい・保持ほ じ・想起そう きの3つの過程かていがある。

11-010

意味記憶い み きおくには、日付ひ づけや物ものの名称めいしやうなどがある。

11-011

観察学習かんさつがくしゅうとは、自分じ ぶんの行動こうどうを反省はんせいする学習がくしゅうである。

11-012

できおう きせい ぶんるい ぶんるい
よくあつ たいけん む い しき わす
適応機種の分類において、抑圧とは体験を無意識のうちに忘れよう
とすることをいう。

11-013

できおう きせい ぶんるい ぶんるい
ごうりか じぶん かんじょう せいはんたい こうどう
ほんとう じぶん かく
適応機種の分類において、合理化とは自分の感情と正反対の行動で
本当の自分を隠そうとすることである。

11-014

まつしょうどうみやく けつえき ぎゃくりゅう よ ぼう べん
末梢動脈には、血液の逆流を予防するための弁がある。

11-015

どうみやく たいひょう ぱくどう ふ
動脈は、体表から拍動に触れることができる。

11-016

だいのう き のうきょくざい ぶ い どうちやうよう い し けつてい すいこう やくわり
大脳の機能局在の部位として、頭頂葉は意思決定を遂行する役割が
ある。

11-017

だいのう き のうきょくざい ぶ い そくとうよう ちやうかく き おく かん やくわり
大脳の機能局在の部位として、側頭葉は聴覚や記憶に関する役割が
ある。

11-018

だいのう き のうきよくざい ぶ い ころとうよう し かくじょうほう にんしき やくわり
大脳だいのうの機能局在き のうきよくざいの部位ぶ いとして、後頭葉ころとうようは視覚情報し かくじょうほうの認識にんしきの役割やくわりがある。

11-019

だいのうへんえんけい き おく かん き のう
大脳辺縁系だいのうへんえんけいには、記憶き おくに関する機能かんがある。

11-020

かんぞう ちよぞう
肝臓かんぞうは、グリコーゲン (glycogen) の貯蔵ちよぞうをする。

11-021

ぼうこう にょう のうしゆく
膀胱ぼうこうは、尿にょうを濃縮のうしゆくするはたらきをもつ。

11-022

しょうのう こ きゅうちゅうすう
小脳しょうのうには、呼吸中枢こ きゅうちゅうすうがある。

11-023

すいぞう ぶんびつ おこな
膵臓すいぞうは、インスリン (insulin) 分泌ぶんびつを行う。

11 -
024

しんぞう こうかん おこな
心臓は、ガス交換を行う。

11 -
025

だ えき おお こうしゅう げんいん
唾液が多いと、口臭の原因となる。

11 -
026

こうしゅう た しや こうりゅう さ げんいん
口臭は、他者との交流を避ける原因となることがある。

11 -
027

ふくこうかんしんけい だ えきぶんびつ よくせい
副交感神経は、唾液分泌を抑制する。

11 -
028

じ か せん どうかん こうくうてい かいこう
耳下腺の導管は、口腔底に開口する。

11 -
029

だ えき こうきん さよう
唾液には、抗菌作用がある。

11-030

げつ かせん しょう だ えきせん
舌下腺は、小唾液腺である。

11-031

じょうづめ ば あい てつけつぼうせいひんけつ
さじ状爪がみられた場合、鉄欠乏性貧血 (iron deficiency anemia)
うたが
が疑われる。

11-032

じょうゆび ば あい えいようしょうがい うたが
ばち状指がみられた場合、栄養障害が疑われる。

11-033

ま つめ しんしつかん
巻き爪は、心疾患でみられる。

11-034

りょう し い にちじょうせいかつどう さ
良肢位とは、ADL (Activities of Daily Living : 日常生活動作) に
もつと ししょう すく しせい
最も支障が少ない姿勢である。

11-035

さき した む しせい りょうし い
つま先が下を向いた姿勢は良肢位である。

11-036

ほね きょうか につこう さ
骨を強化するためには、日光を避ける。

11-037

ほね きょうか せつしゆ
骨を強化するためには、ビタミンE (vitamin E) の摂取をする。

11-038

ほね きょうか てきど うんどう
骨を強化するためには、適度な運動をする。

11-039

こうれいしゃ こっせつ てんとう しょう もつ おお
高齢者の骨折 (fracture) で、転倒によって生じることが最も多い
だいたいこつけい ぶ こっせつ
のは大腿骨頸部骨折 (femoral neck fracture) である。

11-040

だいたいこつけい ぶ こっせつ ちよくご むしょうじょう
大腿骨頸部を骨折 (fracture) した直後は無症状である。

11-041

しつ しんたい こうせい しゅようせいぶん
たんぱく質は、身体を構成する主要成分である。

11-
042

とうしつ しようせい きゆうしゆう たす
糖質は、脂溶性ビタミンの吸収を助ける。

11-
043

ししつ げんりよう
脂質は、ホルモンの原料となる。

11-
044

すいようせい
ビタミンCは、水溶性ビタミンである。

11-
045

む きしつ たいない
無機質（ミネラル (mineral)）は、体内でつくることができる。

11-
046

せつしよく えん げ せんこう き だ えきぶんびつ ぞう か
摂食・嚥下のプロセスにおいて、先行期は唾液分泌が増加する。

11-
047

せつしよく えん げ じゅんび き えん げ せい む こきゅう
摂食・嚥下のプロセスにおいて、準備期は嚥下性無呼吸がみられる。

11 -
048

せつしょく えんげ 摂食・嚥下のプロセスにおいて、こうくう き こうとう へいせい 口腔期は喉頭が閉鎖する。

11 -
049

せつしょく えんげ 摂食・嚥下のプロセスにおいて、いんとう き しょっかい けいせい 咽頭期は食塊を形成する。

11 -
050

せつしょく えんげ 摂食・嚥下のプロセスにおいて、しょくどう き ずい い てき うんどう 食道期は随意的な運動である。

11 -
051

じょうけつちよう だいちよう いちぶ S 状結腸は、大腸の一部である。

11 -
052

くうちよう しょうちよう いちぶ 空腸は、小腸の一部である。

11 -
053

だつすい ともな しょうじょう かつどうせい ていか 脱水に伴う症状には、活動性の低下がみられる。

11-054

だっすい ともな しょうじょう ひ ふ しつじゅん
脱水に伴う症状には、皮膚の湿潤がみられる。

11-055

い しょう こうかん ふ ぼう
胃ろうに使用しているカテーテルは、交換不要である。

11-056

とうにょうびょう りょうほう う ば あい ていけつとうしょうじょう ちゅう い
糖尿病でインスリン療法を受けている場合には、低血糖症状に注意
する。

11-057

ゆ おん にゅうよく しょう か き の う こうしん
38～41℃の湯温での入浴は、消化機能を亢進させる。

11-058

かんせん お ひ ふ そうしょう ち ゆ うなが ほうほう かんそう
感染を起こしていない皮膚の創傷治癒を促す方法には、乾燥がある。

11-059

ひ ふ ひょうめん じやくさんせい たも
皮膚の表面は、弱酸性に保たれている。

11 -
060

かていない ふりよ じこ にゅうよく じこ すく
家庭内での不慮の事故のうち、入浴での事故は少ない。

11 -
061

たいじょうほうしん つよ しつかん
帯状疱疹 (herpes zoster) は、強いかゆみがある疾患である。

11 -
062

かいせん ひと かんせん ひ ふ しつかん
疥癬 (scabies) は、ほかの人に感染しない皮膚疾患である。

11 -
063

よくそう た あ おこな
浴槽からの立ち上がりは、ゆっくり行う。

11 -
064

しんぞう しつかん ひと はんしんよく すす
心臓に疾患のある人には、半身浴を勧める。

11 -
065

しょくご にゅうよく すす
食後、すぐに入浴を勧める。

11-066

にゆうよくご すいぶんせつしゆ ひか
入浴後、水分摂取は控える。

11-067

ひふ かんそう ともき ぼあい りようしゃ つめ みじか き
皮膚の乾燥に伴うかゆみがある場合は、利用者の爪は短く切る。

11-068

せいじよう によう はいにようちよくご しゆう
正常な尿は、排尿直後はアンモニア臭がする。

11-069

ぎよう が い はいべん しせい
仰臥位は、排便しやすい姿勢である。

11-070

こうかんしんけい ちよくちよう ぜんどううんどう そくしん
交感神経は、直腸の蠕動運動を促進させる。

11-071

しょくじ べんい
食事をとると、便意はおさまる。

11-072

いき は ふくあつ てい か はいべん うなが
息を吐きながら腹圧を低下させると、排便は促される。

11-073

はいべん じ がいこうもんかつやくきん いしきてき しかん
排便時には、外肛門括約筋を意識的に弛緩させる。

11-074

しかんせいべん び げんいん しょくもつせん い せつしゆ ぶ そく
弛緩性便秘の原因には、食物繊維の摂取不足がある。

11-075

ちよくちようせいべん び げんいん はいべん が まん しゅうかん かんけい
直腸性便秘の原因には、排便を我慢する習慣が関係する。

11-076

ね げり
寝たきりになると、下痢になりやすい。

11-077

ま やくせいちんつうざい しようちゅう べん び
麻薬性鎮痛剤の使用中は、便秘になりやすい。

11-
078

機能性尿失禁は、認知症のある利用者が見当識障害などにより生じる。

11-
079

腹圧性尿失禁は、くしゃみなどで生じる失禁である。

11-
080

膀胱炎（cystitis）では、排尿時痛が起こりやすい。

11-
081

加齢に伴い、睡眠時間は長くなる。

11-
082

運動は、体内時計を1日24時間の周期に修正する最も強力な因子となる。

11-
083

レストレスレッグス症候群（restless legs syndrome）は、下肢を安静にすることで症状が軽快する。

11-
084

不眠症 (insomnia) のうち、睡眠の時間は十分に取れているが、ぐっすり眠れた感じがしない状態を熟眠障害という。

11-
085

臨終期の身体の様子として、浮腫の出現は少ない。

11-
086

死亡直前にみられる身体の変化として、下顎呼吸の出現がある。

11-
087

キューブラー・ロス (Kübler-Ross, E.) が提唱した心理過程の5つの段階として、第1段階は怒りである。

12

い りょう て き
医療的ケア



もん だい
問題



12-001

2011年（平成23年）に社会福祉士及び介護福祉士法が改正され、介護福祉士は、病院で喀痰吸引を実施できるようになった。

12-002

介護福祉士が医師の指示の下で行う喀痰吸引のうち、鼻腔内吸引のチューブ挿入範囲は咽頭手前までである。

12-003

事故寸前の危険な状況が発生したが、処置や治療は行わなかった程度の出来事も記録に残す。

12-004

スタンダードプリコーション（標準予防策）において、唾液は感染する危険性のあるものとして取り扱う。

12-005

経鼻経管栄養に使用した物品は、消毒用エタノールに浸けて消毒することが望ましい。

12-006

パルスオキシメータは、じょうみやくけつ さん そほう わ ど そくてい 静脈血で酸素飽和度を測定することができる。

12-007

喀痰吸引を必要とする利用者に対する生活支援として、室内の湿度を30%以下に保つ。かくたんきゅういん ひつよう りようしゃ たい せいかつ し えん しつない しつ ど い か たも

12-008

鼻腔内の吸引物に血液が少量混じっていたので、吸引圧を弱くして再度吸引をした。びくうない きゅういんぶつ けつえき しょうりょう ま きゅういんあつ よわ さい ど きゅういん

12-009

喀痰吸引が必要な利用者に対して、入浴ケアの前後に吸引を行う。かくたんきゅういん ひつよう りようしゃ たい にゅうよく ぜん び きゅういん おこな

12-010

喀痰吸引の排液が、吸引びんの70～80%になる前に廃棄する。かくたんきゅういん はいえき きゅういん まえ はい き

12-011

口腔内・鼻腔内の喀痰吸引で使用した吸引チューブ内側の洗浄には、水道水を使用する。こうくうない びくうない かくたんきゅういん しょう きゅういん うちがわ せんじょう すいどうすい しょう

12-012

1 回の吸引で痰が取り切れなかったため、呼吸が落ち着いたことを確認して、再度吸引を行った。

12-013

経管栄養の実施時に、冷蔵庫に保管していた栄養剤を指示どおりの温度にせずにそのまま注入すると、低血糖を引き起こす。

12-014

経管栄養の対象である利用者は、口腔ケアは必要ない。

12-015

経管栄養中にしゃっくりがあった場合は、ただちに注入を中止する。

12-016

イルリガートル（注入ボトル）を用いた経鼻経管栄養は、半固形化栄養剤を用いる。

12-017

経鼻経管栄養のイルリガートル（注入ボトル）は、利用者の胃から栄養剤の液面までが約 50cm の高さになるようにする。

12-018

けいび けいかんえいよう おこな りようしゃ えいよう ぬ
経鼻経管栄養を行っている利用者の栄養チューブが10cm 抜けて
いたので、介護福祉職が抜けた部分を元に戻した。

12-019

きかん ない きゅういん きゅういんあつ じょうたい きゅういん
気管カニューレ内の吸引は、吸引圧をかけない状態で吸引チューブ
を挿入する。

1

মানব মর্যাদা এবং স্বাধীনতা

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

1 -
001



জীবন রক্ষাকারী (লাইফ সাপোর্ট) চিকিৎসার জন্য সিদ্ধান্ত গ্রহণের পরিকল্পনা, ব্যবহারকারী ব্যক্তির কাঙ্ক্ষিত জীবনযাপন অর্জনের জন্য, ঐ ব্যক্তি নিজের নির্বাচন এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণ করার উপর ভিত্তি করে তৈরি করা হয়। তাই, ব্যক্তির অভিপ্রায়কে গুরুত্ব প্রদান করে, পরিবর্তন করা সম্ভব।

1 -
002



ঐ ব্যক্তির অভিপ্রায়, সেই সময়কার শারীরিক ও মানসিক অবস্থা, পারিপার্শ্বিক পরিবেশের পরিবর্তন ইত্যাদির উপর নির্ভর করে পরিবর্তিত হতে পারে। সেই কারণে, অভিপ্রায় নিশ্চিত করার আলোচনা, প্রয়োজন অনুসারে পুনরাবৃত্তি করা উচিত।

1 -
003



জীবন রক্ষাকারী (লাইফ সাপোর্ট) চিকিৎসার জন্য সিদ্ধান্ত গ্রহণের পরিকল্পনা, বাড়ি ও হাসপাতালের উভয় স্থানেই চিকিৎসা গ্রহণ করাকে কল্পনা করে তৈরি করা হয়। চিকিৎসার মাধ্যমে ব্যক্তিগত পরিবর্তনকে শুধুমাত্র অনুমান করা নয়, ব্যক্তির চারপাশের পরিবেশের দিকেও মনোনিবেশ করে, সেই পরিবেশের উন্নত করার দৃষ্টিভঙ্গির প্রয়োজন রয়েছে।

1 -
004



ব্যবহারকারী ব্যক্তির আরও ভাল নার্সিং কেয়ার পরিষেবা নির্বাচন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য, নার্সিং কেয়ার কর্মী কর্তৃক সেই ব্যক্তিকে প্রয়োজনীয় তথ্য প্রদান করার প্রয়োজন রয়েছে।

1 -
005



ব্যক্তিটি ভবিষ্যতেও নিজের বাড়িতে জীবনযাপন করতে ইচ্ছুক। এমন ব্যক্তিকে প্রতিষ্ঠানে ভর্তি হওয়ার সুপারিশ করা ঠিক নয়। বাড়িতে জীবনযাপন করার অভিপ্রায়কে সম্মান করে, ব্যক্তির উদ্বেগের বিষয় সম্পর্কে শোনার প্রয়োজন রয়েছে।

1 -
006



বুঝিয়ে রাজী করানো, স্বাধীনতার দৃষ্টিকোণ থেকে যথাযথ নয়। নাসিং কেয়ার কর্মীর জন্য, ব্যক্তির উদ্বেগকে উপলব্ধি করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি নিজের শক্তি সম্পর্কে সচেতন হয়ে কাজ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করা গুরুত্বপূর্ণ।

1 -
007



ক্ষমতায়ন বলতে, অধিকার লঙ্ঘিত হওয়া বা নিপীড়িত হওয়ার পরিস্থিতিতে থাকা ব্যবহারকারী ব্যক্তি নিজ থেকে সেই পরিস্থিতি কাটিয়ে উঠার ক্ষমতা অর্জন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করাকে বোঝায়।

1 -
008



অ্যাডভোকেসি বা ওকালতি, প্রতিনিধিত্ব করা বা ব্যবহারকারী ব্যক্তির অধিকারের জন্য ওকালতি করার অর্থে ব্যবহৃত হয়ে, নিজের অভিপ্রায় প্রকাশ করা কঠিন এমন ব্যবহারকারী ব্যক্তির অভিপ্রায়কে প্রতিনিধিত্ব করা বোঝায়।

1 -
009



ইন্ডিপেন্ডেন্ট লিভিং মুভমেন্টের (IL মুভমেন্ট) ক্ষেত্রে, স্বাধীনভাবে জীবনযাপন করা হল "সিদ্ধান্ত গ্রহণ বা দৈনন্দিন জীবনযাপনের জন্য অন্যের উপর নির্ভরতা হ্রাস করার জন্য, নিজের সন্তোষজনক পছন্দের উপর ভিত্তি করে নিজের জীবন পরিচালনা করা।"

1 -
010



প্রতিবন্ধী ব্যক্তির স্বাধীন জীবনযাপন শুধুমাত্র সুবিধা বা ফেসিলিটি এবং হাসপাতাল দিয়ে অর্জন করা যায় না। ব্যক্তির সন্তোষজনক পছন্দের উপর ভিত্তি করে, যতটা সম্ভব স্থানীয় কমিউনিটির মধ্যে অর্জন করা উচিত।

1 -
011



আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করার ক্ষেত্রে, সেই ব্যক্তির নিজ থেকে নিজের ইচ্ছা অনুযায়ী কাজ করাটা গুরুত্বপূর্ণ। সেইজন্য, "নিজ থেকে সক্রিয়ভাবে চলাচল করার" অভিপ্রায় থাকাটা অপরিহার্য।

1 -
012



ব্যবহারকারী ব্যক্তির অভিপ্রায় না থাকার পরিস্থিতিতে জোরপূর্বক স্বাধীনতা অর্জন করানো যায়। নার্সিং কেয়ার কর্মীর জন্য, ব্যবহারকারীর অভিপ্রায় না থাকার (অনুপ্রাণিত না হওয়া) পটভূমিকে উপলব্ধি করে, সক্রিয়ভাবে জীবন যাপন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য, ঐ ব্যক্তিকে অনুপ্রাণিত করার প্রয়োজন রয়েছে।

1 -
013



আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করা অর্থ, অন্যের সাহায্য গ্রহণ করা ছাড়াই সবকিছুই ঐ ব্যক্তি নিজেকে দিয়ে করানো নয় বরং ঐ ব্যক্তি নিজে করতে সক্ষম বিষয় ঐ ব্যক্তিকে দিয়ে করানো অব্যাহত রেখে, নিজের জীবন নিজেই পরিচালনা করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করা।

1 -
014



নরমালাইজেশনের ধারণাটি বাস্তবায়ন করার জন্য, জীবনযাপনে অভ্যস্ত এলাকা, জীবনযাপনে অভ্যস্ত বাড়িতে স্বাভাবিক জীবনযাপন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান অব্যাহত রাখা প্রয়োজন।

1 -
015



রুমে তালা দেওয়া, নিজের ইচ্ছায় করা কাজকে সীমাবদ্ধ করা হয় বিধায় মর্যাদাকে অবজ্ঞার মতো একটি কাজ।

2

মানব সম্পর্ক এবং যোগাযোগ

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

2-
001



উদাহরণস্বরূপ, অন্য ব্যক্তির সাথে যোগাযোগ করার সময়, ক্রোধান্বিত বোধ করলে, সে সম্পর্কে সচেতন হয়ে, তার পিছনের কারণকে বস্তুনিষ্ঠভাবে বিশ্লেষণ করাটা আত্ম-সচে-
তনতা হিসাবে গুরুত্বপূর্ণ।

2-
002



আত্মসচেতনতা হল, নিজের কর্ম, মূল্যবোধ, কুসংস্কার, পূর্ব ধারণা, ব্যক্তিত্ব ইত্যাদিকে বস্তুনিষ্ঠভাবে নিজে বিশ্লেষণ করা।

2-
003



আস্থার সম্পর্ক (সহানুভূতিপূর্ণ সম্পর্ক) গড়ে তোলার জন্য, প্রাথমিক পর্যায়ে, ব্যাক-চ্যা-
নেল ফিডব্যাক প্রদান করা, সম্মতি জানিয়ে মাথা নাড়ানোর মতো সহানুভূতি প্রকাশ করার সময় ব্যবহারকারী ব্যক্তির শ্রোতায় পরিণত হওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

2-
004



বিয়েসটেকের ৭টি নীতির মধ্যে "নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করার নীতির" পরিবর্তে "ইচ্ছাকৃ-
তভাবে আবেগ প্রকাশ করার" বিষয়বস্তু নির্দেশ করে। ব্যবহারকারী ব্যক্তি স্বাধীনভাবে তাদের আবেগ প্রকাশ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য ইচ্ছাকৃতভাবে সম্পৃক্ত হওয়া গুরুত্বপূর্ণ (► G001 দেখুন)।

2-
005



"নিজেই প্রকাশ করা" হল ব্যক্তির নিজের সাথে সম্পর্কিত তথ্য ব্যক্তির নিজের ইচ্ছায় অন্য ব্যক্তিকে অবহিত করা।

2-
006



জোহারির জানালা হল, আত্ম-উপলব্ধিকে সমৃদ্ধ করে, যোগাযোগ সহজতর করার জন্য চিন্তা করার একটি উপায়। যোগাযোগ করার সময়, একে অপরের কাছে নিজেকে প্রকাশ করে "মুক্ত করা অংশকে" ধীরে ধীরে প্রসারিত করার সময় বিশ্বাসের সম্পর্ক গড়ে তোলা (→ G001 দেখুন)।

2-
007



"বিচারহীন মনোভাব" হল নিজের মূল্যবোধের উপর ভিত্তি করে একতরফাভাবে অন্যের সমালোচনা না করা, বদ্ধ মন না নিয়ে ব্যবহারকারী সাথে সম্পৃক্ত হওয়া (→ G001 দেখুন)।

2-
008



"ব্যক্তিকরণ" হল ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে ব্যক্তি হিসাবে বিবেচনা করা এবং প্রতিটি ব্যবহারকারীর জন্য সর্বোত্তম সহায়তা পদ্ধতি অনুসন্ধান করে, অভিন্ন সহায়তা পদ্ধতি প্রয়োগ না করা (→ G001 দেখুন)।

2-
009



ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে সম্পর্ক গড়ে তুলতে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি তার জীবন জুড়ে কোন বিষয়টিকে গুরুত্ব দিয়ে এসেছে, কোন ব্যক্তিকে মূল্য দিয়েছে ইত্যাদির মতো জীবনের ইতিহাসকে সম্মান করা ভাল।

2-
010



"স্পর্শের ইশারা বা আঙুলের ভাষা" ছাড়াও "আঙুলের ব্রেইল" নামক যোগাযোগ পদ্ধতিও রয়েছে। বধির মানুষ বাইরে থেকে তথ্য পেতে তাদের স্পর্শ অনুভূতির উপর নির্ভর করে।

2-
011



"সহানুভূতিপূর্ণ মনোভাব" হল ব্যবহারকারী ব্যক্তির অনুভূতি সেই ব্যক্তির অবস্থান থেকে উপলব্ধি করে সম্পৃক্ত হওয়া।

2-
012

লিখিত বার্তার যোগাযোগের ক্ষেত্রে, দীর্ঘ বাক্য লিখে অবহিত করার চাইতে ডায়াগ্রাম, ছবি এবং কীওয়ার্ড ব্যবহার করে বিষয়বস্তু বোঝানো ভালো।



2-
013

টেট্রাপ্লেজিয়ায় আক্রান্ত হওয়া এবং কথা বলতে অসুবিধা হওয়া ব্যক্তির জন্য যোগাযোগের পদ্ধতি হিসাবে, ট্রান্সপারেন্ট কমিউনিকেশন বোর্ড ছাড়াও, গুরুতরভাবে প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য যোগাযোগের যন্ত্র রয়েছে। সামান্য নড়াচড়া করার ক্ষেত্রেও বহনযোগ্য কথোপকথন সহায়তা করার যন্ত্রও ব্যবহার করা যায়।



2-
014

লিখিত বার্তার ক্ষেত্রে কোন নতুন বিশেষ শিক্ষণীয় দক্ষতার প্রয়োজন হয় না বিধায় সম্প্রতি শ্রবণশক্তি হারানো পোস্ট-লিঙ্গুয়াল বধির ব্যক্তির সাথে যোগাযোগের মাধ্যম হিসেবে কার্যকর।



2-
015

লিখিত বার্তা, এক জনের সাথে আরেকজনের দ্বিপাক্ষিক যোগাযোগের ক্ষেত্রে একটি কার্যকর উপায়। বক্তৃতা ইত্যাদির ক্ষেত্রে, বিপুল সংখ্যক শ্রবণ-প্রতিবন্ধী মানুষের কাছে তথ্য পৌঁছে দেওয়ার জন্য "সারাংশ লেখা" (কম্পিউটার ইত্যাদি ব্যবহার করে কণ্ঠস্বরকে টেক্সটে পরিবর্তন করে স্ক্রিনে প্রজেক্ট বা প্রিন্ট করা) কার্যকর হয়ে থাকে।





লার্নিং পয়েন্ট

■ বিয়েসটেকের ৭টি নীতি

ব্যক্তিকরণ	প্রতিটি ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে ব্যক্তি হিসাবে বিবেচনা করে সহায়তার সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি বাস্তবায়ন করার চেষ্টা করা।
ইচ্ছাকৃতভাবে আবেগ প্রকাশ করা	ব্যবহারকারী ব্যক্তি স্বাধীনভাবে তাদের আবেগ প্রকাশ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সম্পূর্ণ হওয়া।
নিয়ন্ত্রিত আবেগময় সম্পৃক্ততা	সহায়তা প্রদানকারী ব্যক্তির নিজের আবেগ নিয়ন্ত্রণ করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে ইচ্ছাকৃতভাবে সাদা প্রদান করা।
গ্রহণ করা	ব্যবহারকারী ব্যক্তির মনোভাব এবং আচরণকে, যেমনটি আছে ঠিক তেমনি গ্রহণ করা।
বিচারহীন মনোভাব	ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে একতরফাভাবে সমালোচনা বা বিচার করা উচিত নয়।
নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা	ব্যবহারকারী ব্যক্তির নিজের সিদ্ধান্তের উপর ভিত্তি করে সমস্যা সমাধানের দিক নির্ধারণ করা।
গোপনীয়তা রক্ষা	ব্যবহারকারী ব্যক্তির কাছ থেকে জানতে পারা গোপন বিষয় ফাঁস না করা।

■ জোহারির জানালা

	নিজে জানতে পারা	নিজে জানতে না পারা
অন্যরা জানতে পারা অন্যরা জানতে না পারা	① উন্মুক্ত করা অংশ	② ব্লাইন্ড স্পটের অংশ
	③ লুকিয়ে ফেলা অংশ	④ অজানা অংশ

3

সামাজিক বোঝাপড়া

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

3-
001



নিজে শিশু হিসাবে জন্ম গ্রহণ করে, বেড়ে ওঠা পরিবারকে স্বাভাবিক বা জন্মগত পরিবার বলা হয়। উপরন্তু, নিজের ইচ্ছায় জীবনসঙ্গী বেছে নিয়ে, নতুনভাবে গঠিত হওয়া পরিবারকে প্রতিষ্ঠিত পরিবার বা বংশবৃদ্ধির পরিবার বলা হয়।

3-
002



আত্মীয় বলতে ষষ্ঠ ডিগ্রী বা মাত্রার জন্মসূত্রে আত্মীয়তার মধ্যে রক্ত সম্পর্কীয় আত্মীয়, স্বামী/স্ত্রী, এবং তৃতীয় ডিগ্রী বা মাত্রার জন্মসূত্রে আত্মীয়তার মধ্যে বিবাহের সূত্রের আত্মীয়কে বোঝায়। বিবাহের সূত্রের আত্মীয় বলতে নিজের স্বামী / স্ত্রীর রক্ত সম্পর্কীয় আত্মীয় বা নিজের রক্ত সম্পর্কীয় আত্মীয়ের স্বামী / স্ত্রীকে বোঝায়।

3-
003



জীবনকে সহায়তাকারী ফাংশন বলতে একজন ব্যক্তির বেঁচে থাকার সাথে সম্পর্কিত ক্ষুধা এবং যৌন আকাঙ্ক্ষার তৃপ্তি, নিরাপত্তা অর্জনের ফাংশনকে বোঝায়।

3-
004



পার্সোনালিটি ফাংশনকে গঠনমূলক ফাংশন এবং স্থিতিশীল ফাংশনে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়। স্থিতিশীল ফাংশন বলতে শুধুমাত্র পরিবার কর্তৃক শেয়ার করা চিত্তবিনোদনের ফাংশনকে বোঝায়।

3-
005



কেয়ার ফাংশন হল, নার্সিং কেয়ারের প্রয়োজন রয়েছে এমন সদস্যকে পরিবার কর্তৃক সমর্থন করার ফাংশনের পাশাপাশি পরিচর্যািকারী বা একসাথে বসবাসকারী পরিবার একে অপরকে মানসিক এবং সামাজিকভাবে সমর্থন করার ফাংশন।

3-
006



"আঞ্চলিক অন্তর্ভুক্তিমূলক সমাজ" কম জন্মহার এবং দীর্ঘায়ুর সমস্যা বা উল্লেখ্যভাবে বিভক্ত সামাজিক নিরাপত্তা ব্যবস্থা পর্যালোচনা করে, সব স্থানীয় বাসিন্দা তাদের ভূমিকা পালন করে, একে অপরকে সমর্থন করার সময় নিজের মতো করে সক্রিয় থাকতে সমক্ষ স্থানীয় কমিউনিটি গঠন করাকে লক্ষ্য হিসাবে নিয়েছে।

3-
007



"আঞ্চলিক অন্তর্ভুক্তিমূলক সমাজের" পরামর্শ সহায়তা ব্যবস্থা বয়স্ক ব্যক্তির জন্য বিশেষায়িত নয়। প্রতিটি উদ্দিষ্ট ব্যক্তির ক্ষেত্রে উপর নির্ভর করা সহায়তাকে অতিক্রমকারী ব্যাপক পরামর্শ সহায়তা ব্যবস্থা গঠন করার প্রয়োজন রয়েছে।

3-
008



নির্দিষ্ট অলাভজনক সংগঠন হল, নির্দিষ্ট অলাভজনক সংগঠন প্রবর্তন আইনের মাধ্যমে নির্ধারিত একটি সংগঠন, যার মূল উদ্দেশ্য হল নির্দিষ্ট অলাভজনক কার্যক্রম পরিচালনা করা হলেও, অর্থ উপার্জন করার ক্ষেত্রে কোন বিধিনিষেধ নেই।

3-
009



প্রত্যয়িত নির্দিষ্ট অলাভজনক সংগঠনের মধ্যে নির্দিষ্ট মানদণ্ড পূরণকারী সংগঠনকে যোগ্য কর্তৃপক্ষ (প্রিফেকচার / সরকার মনোনীত শহর) কর্তৃক স্বীকৃত সংগঠন বলা হয়। প্রত্যয়িত নির্দিষ্ট অলাভজনক সংগঠনের ক্ষেত্রে দানকারী পক্ষ, দানগ্রহণকারী পক্ষ, উভয়ের জন্য ট্যাক্স সুবিধা গ্রহণ করা সম্ভব।

3-
010



সোশ্যাল ক্যাপিটাল বলতে, সমাজ এবং স্থানীয় কমিউনিটির মধ্যে ব্যক্তিগত সংযোগ, সামাজিক নেটওয়ার্ক, নাগরিক অংশগ্রহণ এবং সেটি থেকে উদ্ভূত পারস্পরিক সুবিধা-দান ও বিশ্বাসযোগ্যতার নিয়মকে বোঝায়। এছাড়াও, সোশ্যাল ক্যাপিটালের প্রচার, স্বাস্থ্যের উন্নতি এবং মৃত্যুহার হ্রাসকেও প্রভাবিত করে বলে প্রমাণিত হয়েছে।

3-
011



ক্ষমতায়ন হল, মূলত উদ্দিষ্ট ব্যক্তির শক্তিকে টেনে বৃদ্ধি করাকে লক্ষ্য হিসাবে নেয়া একটি ধারণা। সাম্প্রতিক বছরগুলিতে, পরিবার বা সংগঠন, অঞ্চলের দ্রুত কার্যকারিতার দ্রুত অবনতির প্রতিক্রিয়ায়, লক্ষ্য হিসাবে গোষ্ঠী এবং স্থানীয় বাসিন্দাদেরও অন্তর্ভুক্ত করছে।

3-
012



কাজের চর্চার সংস্কার সম্পর্কিত আইন (কাজের চর্চার সংস্কারের প্রচারের জন্য সম্পর্কিত আইনের উন্নতি সম্পর্কিত আইন), বিভিন্ন ধরনের কাজের চর্চা নির্বাচন করতে সক্ষম সমাজ, দীর্ঘ কাজের সময় সংশোধন, কর্মসংস্থানের অবস্থা নির্বিশেষে ন্যায্য আচরণ নিশ্চিত করা ইত্যাদির বাস্তবায়নের উদ্দেশ্যে প্রণয়ন করা হয়েছিল।

3-
013



"ওয়ার্ক লাইফ ব্যালান্স" বলতে কাজ ও জীবনের ভারসাম্যকে বোঝায়। শুধু কাজ নয়, কর্মীদের শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য বা জীবনযাত্রার পরিবর্তনের সাথে সামঞ্জস্য রেখে, অবসর সময়ের দক্ষ ব্যবহারও গুরুত্বপূর্ণ হয়ে উঠেছে।

3-
014



জাপানে, কর্মসংস্থান বীমা বা কর্মীর জন্য প্রযোজ্য অন্যান্য বিভিন্ন ব্যবস্থায় নিয়মিত কর্মীর অংশগ্রহণের হার অনিয়মিত কর্মীর তুলনায় অনেক বেশি।

3-
015



2019 সালের "শ্রম শক্তির জরিপ" (পরিসংখ্যান ব্যুরো, অভ্যন্তরীণ বিষয় ও যোগাযোগ মন্ত্রণালয়) অনুসারে, 2011 সাল থেকে 65 বছর বা তার বেশি বয়সী ব্যক্তির কর্মসংস্থানের হার বৃদ্ধি পাচ্ছে।

3-
016



2019 সালের "শ্রম শক্তির জরিপ" (পরিসংখ্যান ব্যুরো, অভ্যন্তরীণ বিষয় ও যোগাযোগ মন্ত্রণালয়) অনুসারে, অনিয়মিত কর্মসংস্থানের অনুপাত 38.2%, যা মোট কর্মীর সংখ্যার এক-তৃতীয়াংশেরও বেশি। এ ছাড়া খণ্ডকালীন কর্মীর অনুপাত, অনিয়মিত কর্মীর সংখ্যার 70% দখল করে আছে।

3-
017



মোট জনসংখ্যার তুলনায় কম জনবহুল এলাকার জনসংখ্যার অনুপাতের পরিবর্তন দেখলে বোঝা যায় যে, জনসংখ্যার সমস্যা দেখা দিতে শুরু করা 1960 সালে 21.8%, 2015 সালে 8.6% এ হ্রাস পাওয়া অব্যাহত থেকে, প্রশমিত হচ্ছে না (2018 সালের সংস্করণ "কম জনসংখ্যার বিরুদ্ধে ব্যবস্থার বর্তমান অবস্থা" অভ্যন্তরীণ বিষয়ক ও যোগাযোগ মন্ত্রণালয়)।

3-
018



আবাসন, শিল্প, বাণিজ্য, ব্যবসা, জনসেবা ইত্যাদির মতো শহরের ফাংশন বা কার্যকারিতা মোটরা-ইজেশনের বিকাশের সাথে শহরতলিতে সরে যাওয়ার মাধ্যমে, ক্যাভিটেশন ফেনোমেনার (ডোনাট ফেনোমেনা) ঘটনা ঘটছে ("জমিকে ঘিরে সাম্প্রতিক পরিস্থিতি সম্পর্কে" জাতীয় স্থানিক পরিকল্পনা এবং আঞ্চলিক নীতি ব্যুরো, ভূমি, অবকাঠামো, পরিবহন ও পর্যটন মন্ত্রণালয় (জুন 2018))।

3-
019



সমন্বিত কমিউনিটি কেয়ার সিস্টেমে নিজেকে সহায়তা করার অর্থ হল, সরকারি সহায়তা ব্যবহার না করে নিজের কাজ নিজে করে, নিজ থেকে স্বাস্থ্য সংরক্ষণ (সেলফ কেয়ার) বা বাজারের পরিষেবা ক্রয় করে, স্বাধীনভাবে জীবনযাপন করা। সরকারি সাহায্য ব্যবহার করা হল সরকারি সহায়তা (➔ G002 দেখুন)।

3-
020



সমন্বিত কমিউনিটি কেয়ার সিস্টেমে পারস্পরিক সহায়তা, সরকারি সহায়তার পাশাপাশি সামাজিক নিরাপত্তা ব্যবস্থার মধ্যেও অন্তর্ভুক্ত। সামাজিক নিরাপত্তা ব্যবস্থা, সামাজিক কল্যাণ সহায়তা ব্যবস্থা (সরকারি সহায়তা) এবং সামাজিক বীমা ব্যবস্থা (পারস্পরিক সহায়তা) নিয়ে গঠিত হয় এবং পারস্পরিক সহায়তার সামাজিক বীমা ব্যবস্থা, প্রিমিয়ামকে তহবিলের প্রধান উৎস হিসাবে নিয়ে পারস্পরিক সহায়তার রূপ গ্রহণ করে (➔ G002 দেখুন)।

3-
021



সরকারি সহায়তার মাধ্যমে, নিজেকে সহায়তা করা / পারস্পরিক সহায়তা / প্রতিবেশীদের মধ্যে সহায়তা করার ক্ষেত্রে মোকাবেলা করা সম্ভব নয়, এমন দারিদ্র ইত্যাদির জন্য সরকারি বায়ে প্রয়োজনীয় জীবনের নিরাপত্তা প্রদান করা হয়। প্রতিবেশীদের মধ্যে সহায়তা বলতে, প্রতিবেশীদের মধ্যে পারস্পরিক সহযোগিতা বা স্বচ্ছাসেবকের মধ্যে পারস্পরিক সহায়তার মতো অনানুষ্ঠানিক পারস্পরিক সহায়তাকে বোঝায়। পারস্পরিক সহায়তা হল সামাজিক বীমার মতো প্রাতিষ্ঠানিকীকৃত পারস্পরিক সাহায্য।

3-
022



প্রতিবেশীদের মধ্যে সহায়তা হল প্রতিবেশীদের মধ্যে পারস্পরিক সহযোগিতা এবং এমন একটি স্বচ্ছাসেবী কর্মকাণ্ড যার ব্যয় প্রাতিষ্ঠানিকভাবে বহন করা হয় না।

3-
023



সামাজিক নিরাপত্তা, নার্সিং কেয়ার সম্পর্কিত সমস্যার সম্মুখীন ব্যক্তি ছাড়াও দারিদ্র্য, অসুস্থতা, বেকারত্ব, শিশু লালন-পালন, নার্সিং কেয়ার ইত্যাদির মতো জীবনের সমস্যার সম্মুখীন ব্যক্তিকে লক্ষ্য হিসাবে নিয়ে থাকে।

3-
024



সামাজিক নিরাপত্তা, সেফটি নেট (নিরাপত্তা বেষ্টনী) হিসেবে কাজ করে। ইদানিং পারস্প-
রিক সহায়তার উপর ভিত্তি করে, তিন-স্তরীয় নিরাপত্তা বেষ্টনী লক্ষ্য হিসাবে রেখে, প্রথম
স্তরে কর্মসংস্থান (শ্রম) বীমা, সামাজিক বীমা, দ্বিতীয় স্তরে দরিদ্রের জন্য সহায়তা ব্যবস্থা
এবং তৃতীয় স্তরে সরকারি সহায়তা (সামাজিক নিরাপত্তা) ব্যবস্থা বিদ্যমান রয়েছে।

3-
025



একজন চুক্তিবদ্ধ কর্মচারী হলেও, নিয়োগকর্তা কর্তৃক 1 বছর বা তার বেশি সময়কালের
জন্য নিয়োগপ্রাপ্ত হলে, প্রতিপালিত হওয়া শিশু দেড় বছর বয়সে পৌঁছানো পর্যন্ত, শ্রম
চুক্তির মেয়াদ শেষ না হওয়া ব্যক্তি মাতৃত্বকালীন ছুটি গ্রহণ করতে পারবে। কর্মসংস্থান
বীমা আইনের ভিত্তিতে মাতৃত্বকালীন ছুটির সুবিধা প্রদান করা হয়।

3-
026



জানুয়ারী 2017 সাল থেকে, নাসিং কেয়ার ছুটির লক্ষ্যের পরিবারের প্রতি সদস্যের জন্য
তিনবারে সীমাবদ্ধ করা হয়েছে এবং ভাগ করে মোট 93 দিন পর্যন্ত ছুটি গ্রহণ করা সম্ভব।
লক্ষ্যের পরিবারের সদস্যরা হলেন স্বামী/স্ত্রী, বাবা-মা, সন্তান, স্বামী / স্ত্রীর বাবা-মা, দাদা-
দাদি, ভাইবোন ও নাতি-নাতনি এবং আলাদাভাবে বসবাস করা পরিবারের সদস্যরাও যোগ্য।

3-
027



মাতৃত্বকালীন ছুটি, 1991 সালে মাতৃত্বকালীন ছুটি সম্পর্কিত আইন হিসাবে প্রণীত
হয়েছিল। 1995 সালে নাসিং কেয়ার ছুটি যুক্ত করে, শিশুর যত্ন /নাসিং কেয়ার ছুটি সং-
ক্রান্ত আইন (মাতৃত্বকালীন ছুটি ছুটি বা নাসিং কেয়ার ছুটির মতো শিশু যত্ন বা পরিবা-
রের যত্নে নিয়োজিত কর্মীদের কল্যাণ সংক্রান্ত আইন) প্রণয়ন করা হয়েছিল।

3-
028



নাম বা চাকরির ধরন নির্বিশেষে, মজুরি গ্রহণ করা সকল ব্যক্তি, শ্রমিকের দুর্ঘটনাজনিত
ক্ষতিপূরণ বীমা ব্যবস্থার অধীনে বীমা সুবিধা গ্রহণ করার জন্য যোগ্য ব্যক্তি হিসাবে
বিবেচিত হয়।

3-
029



কাজ সম্পর্কিত আঘাতের জন্য ক্ষতিপূরণের দায়বদ্ধতা সার্বিকভাবে নিয়োগকর্তার
রয়েছে বিধায়, নিয়োগকর্তাকে সকল ব্যয় বহন করতে হয়।

3-
030



শ্রমিকের দুর্ঘটনাজনিত ক্ষতিপূরণ বীমার সুবিধা, কর্মরত অবস্থায় বা যাতায়াতের সময় কোনো দুর্ঘটনা বা দুর্ঘটনার কারণে শ্রমিকের অসুস্থতা, আঘাত, অক্ষমতা বা মৃত্যুর ক্ষেত্রে প্রদান করা হয় বিধায়, যাতায়াতের সময় দুর্ঘটনার ক্ষেত্রেও এটি প্রযোজ্য। উপরন্তু, কাজের সাথে সম্পর্কিত মানসিক চাপের কারণে মানসিক অসুখও বীমা সুবিধার আওতায় পড়ে।

3-
031



শ্রমিকের দুর্ঘটনাজনিত ক্ষতিপূরণ বীমা ব্যবস্থা, শ্রমিকের জন্য একটি নিরাপত্তা ব্যবস্থা হওয়ায় বীমা সুবিধার আওতায় পড়ে না। এই কারণে, বিশেষ সদস্যতার ব্যবস্থা আছে এবং ছোট ও মাঝারি ব্যবসার মালিক, একক পিতামাতা এবং অন্যান্য স্ব-নিযুক্ত ব্যক্তিকে লক্ষ্য হিসাবে নেয়া হয়েছে।

3-
032



সংবিধানের ধারা 25, উপ-ধারা 1 এ, "সকল নাগরিকের একটি ন্যূনতম মানের সুস্থ ও সংস্কৃতিময় জীবনের অধিকার রয়েছে।" উপ-ধারা 2 এ "রাষ্ট্রকে জীবনের সকল ক্ষেত্রে সামাজিক কল্যাণ, সামাজিক নিরাপত্তা এবং জনস্বাস্থ্যের উন্নতি ও প্রচারের জন্য প্রচেষ্টা চালাতে হবে।" মর্মে বেঁচে থাকার অধিকার হিসাবে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
033



সামাজিক কল্যাণ আইন হল, প্রশাসনিক রায় ভিত্তিক ব্যবস্থা থেকে চুক্তি ব্যবস্থায় রূপান্তরকে লক্ষ্য হিসাবে নেয়া সামাজিক কল্যাণের মৌলিক কাঠামোগত সংস্কারের অংশ হিসাবে, 2000 সালে প্রাক্তন সমাজকর্ম আইন থেকে নতুন নামকরণ এবং সংশোধন করা আইন। সমাজকল্যাণ সম্পর্কিত আইনে কল্যাণমূলক পরিষেবার সাধারণ মৌলিক বিষয়গুলি নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
034



75 বা তার বেশি বয়সী বয়স্ক মানুষের জন্য বীমা প্রিমিয়ামের আর্থিক উৎসের অনুপাত হল, সরকারি তহবিল প্রায় 50% (দেশ: প্রিফেকচার: পৌরসভা = 4:1:1), অতি বৃদ্ধ ব্যক্তি ছাড়া অন্য ব্যক্তির জন্য বীমা প্রিমিয়াম প্রায় 40%, অতি বৃদ্ধ ব্যক্তি প্রায় 10% এবং অতি বৃদ্ধ ব্যক্তির অনুপাত ক্ষুদ্রতম।

3-
035



সামাজিক নিরাপত্তা সুবিধার ব্যয় বলতে, এক বছরে নাগরিককে প্রদান করা সামাজিক নিরাপত্তা ব্যবস্থার সাথে সম্পর্কিত মোট অর্থ এবং পরিষেবার পরিমাণকে বোঝায়। 2017 সালের সামাজিক নিরাপত্তা সুবিধার ব্যয়ের আর্থিক উৎস হিসাবে সামাজিক বীমা প্রিমিয়াম 50.0%, কর (সরকারি তহবিল) 35.3%, এবং অন্যান্য আয় 14.7% ছিল।

3-
036



সামাজিক নিরাপত্তার ভর্তুকি সম্পূর্ণভাবে কর দ্বারা অর্থায়ন করা হয়। ব্রেকডাউনের হিসাবে, জাতীয় সরকার তিন-চতুর্থাংশ, বাস্তবায়নকারী সংস্থা হিসাবে স্থানীয় সরকার (প্রিফেকচার, শহর, বা কল্যাণ অফিস প্রতিষ্ঠা করা শহর ও গ্রাম) এক-চতুর্থাংশের ব্যয়ভার বহন করে।

3-
037



2020 সালের মোট জনসংখ্যা (আনুমানিক) হল 125.88 মিলিয়ন জন এবং আগের বছরের তুলনায় 290,000 জন (0.23%) হ্রাস পেয়ে, 2011 সাল থেকে টানা 9 বছর ধরে হ্রাস পাচ্ছে।

3-
038



নাসিং কেয়ার বীমা আইনের 1 ধারায়, "নাসিং কেয়ার প্রয়োজন ব্যক্তিদের মর্যাদা অক্ষুণ্ণ রেখে, তাদের সামর্থ্য অনুযায়ী স্বাধীন দৈনন্দিন জীবন পরিচালনা করতে সক্ষম হওয়ার জন্য, বীমা সুবিধা প্রদান করা হয়।" মর্মে নিধারণ করা হয়েছে।

3-
039



নাসিং কেয়ার পরিষেবা প্রশাসনিক রায় ভিত্তিক ব্যবস্থা থেকে চুক্তি ব্যবস্থায় পরিবর্তিত হয়ে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি কেন্দ্রিক পরিষেবা এবং বেসরকারী বাণিজ্যিক প্রতিষ্ঠান সহ দীর্ঘমেয়াদী যত্ন পরিষেবা প্রদানকারীদের মধ্যে প্রতিযোগিতার নীতিও চালু করা হয়েছে।

3-
040



সমন্বিত পরিষেবা হল, নাসিং কেয়ার বীমা পরিষেবা এবং প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য কল্যাণ পরিষেবার উভয় সেবার জন্য একই ব্যবসা প্রতিষ্ঠান কর্তৃক প্রদান করা পরিষেবা। হোম হেল্প সার্ভিস, ডে সার্ভিস, শর্ট স্টের তিন ধরনের পরিষেবা রয়েছে।

3-
041



বহিরাগত রোগীদের পুনর্বাসন হল একটি নাসিং কেয়ার বীমার পরিষেবা এবং প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য কল্যাণ পরিষেবায় অন্তর্ভুক্ত নয় বিধায় সমন্বিত পরিষেবার ক্ষেত্রে প্রযোজ্য নয়।

3-
042



নার্সিং কেয়ারের জন্য চিকিৎসা কেন্দ্র হল, মেডিকেল ও নার্সিং কেয়ারের জন্য স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রের পরিবর্তে নতুনভাবে প্রতিষ্ঠিত একটি নার্সিং কেয়ার বীমা সুবিধা। প্রতিদিন নার্সিং কেয়ার প্রয়োজন এমন ব্যক্তিদের লক্ষ্য হিসাবে নিয়ে, আরোগ্য লাভের জন্য ব্যবস্থাপনা, নার্সিং কেয়ার, চিকিৎসা ব্যবস্থাপনার অধীনে নার্সিং কেয়ার / কার্যকরী প্রশিক্ষণ ছাড়াও অন্যান্য প্রয়োজনীয় চিকিৎসা সেবা বা দৈনন্দিন জীবনের যত্ন প্রদান করার জন্য একটি সুবিধা হিসাবে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
043



নিয়মিত টহল প্রদান / প্রয়োজন অনুসারে বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ার, 2012 সালের সংশোধনের মাধ্যমে প্রতিষ্ঠিত একটি অঞ্চল ভিত্তিক পরিষেবা। মানসিক এবং শারীরিক অবস্থার উপর নির্ভর করে, দিনে 24 ঘন্টা, বছরে 365 দিন প্রয়োজনীয় সেবা, নমনীয়তার সাথে প্রদান করার জন্য একটি পরিষেবা।

3-
044



বাড়িতে চিকিৎসা / নার্সিং কেয়ারের সাথে সম্পর্কিত প্রচার প্রকল্প, 2015 সালের সংশোধনের মাধ্যমে, আঞ্চলিক সহায়তা প্রকল্প হিসাবে নির্ধারণ করা হয়েছে। এই প্রকল্পটি, বাড়িতে চিকিৎসা প্রদান এবং নার্সিং কেয়ার পরিষেবাকে সমন্বিত ব্যবস্থা হিসাবে গড়ে তোলাকে লক্ষ্য হিসাবে নিয়েছে।

3-
045



ডিমেনশিয়ার জন্য সহযোগিতার দায়িত্বে থাকা ব্যক্তিকে, 2009 সালের নার্সিং কেয়ার বীমা আইনের সংশোধনের মাধ্যমে, আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা কেন্দ্রে নিয়োগ দানের সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা হয়েছে। উদ্দেশ্য হল ডিমেনশিয়া রোগ চিকিৎসা কেন্দ্রের সাথে সহযোগিতা করা।

3-
046



প্রাথমিক বীমাকৃত ব্যক্তির প্রয়োজনীয় যোগ্যতা হল পৌরসভা এলাকার মধ্যে বসবাস করা ও বয়স 65 বা তার বেশি হওয়া। নার্সিং কেয়ারের প্রয়োজন বা সহায়তার প্রয়োজন রয়েছে বলে প্রত্যাশিত হলে, নার্সিং কেয়ার সুবিধা গ্রহণ করা যেতে পারে। মাধ্যমিক বীমাকৃত ব্যক্তির প্রয়োজনীয় যোগ্যতা হল, বয়স 40 বছরের বেশি হওয়া ও চিকিৎসা বীমার গ্রাহক হওয়া।

3-
047



নার্সিং কেয়ার বীমা ব্যবস্থার প্রাথমিক বীমাকৃত ব্যক্তির বীমার প্রিমিয়াম, বীমাকারী পৌরসভা সংগ্রহ করে থাকে। মাধ্যমিক বীমাকৃত ব্যক্তির বীমার প্রিমিয়াম, চিকিৎসা বীমাকারী কর্তৃক চিকিৎসা বীমা প্রিমিয়ামের সাথে সংগ্রহ করা হয়।

3-
048



পারিবারিক নাসিং কেয়ার সহায়তা প্রকল্প এর মধ্যে স্বেচ্ছাসেবী প্রকল্পের অন্তর্ভুক্ত। স্বেচ্ছাসেবী প্রকল্প হল, স্থানীয় এলাকার অবস্থা অনুযায়ী পৌরসভা কর্তৃক স্বাধীনভাবে বাস্তবায়ন করা প্রকল্প। পারিবারিক নাসিং কেয়ার সহায়তা প্রকল্পের মধ্যে পারিবারিক নাসিং কেয়ার ক্লাস বা ডিমেনশিয়াল আক্রান্ত বৃদ্ধ ব্যক্তিকে পর্যবেক্ষণ করার প্রকল্প ইত্যাদি রয়েছে।

3-
049



প্রতিরোধের সুবিধা, নাসিং কেয়ার সুবিধার মতোই একইভাবে, নাসিং কেয়ার বীমা ব্যবস্থার বীমা সুবিধার অন্তর্ভুক্ত। নাসিং কেয়ার প্রতিরোধ / দৈনন্দিন জীবনকে সহায়তা করার সার্বিক প্রকল্প, 2014 সালের নাসিং কেয়ার বীমা আইনের সংশোধনের মাধ্যমে, নাসিং কেয়ার প্রতিরোধ / জীবনকে সহায়তা করা সেবার প্রকল্প, (প্রাথমিক প্রকল্প) এবং সাধারণ নাসিং কেয়ার প্রকল্প হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়েছে।

3-
050



অধিকারের জন্য ওকালতি করা প্রকল্প, ব্যাপক সহায়তা প্রকল্পের অন্তর্ভুক্ত। ব্যাপক সহায়তা প্রকল্প, আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা কেন্দ্রের পরিচালনা করা প্রকল্প, এবং সামাজিক নিরাপত্তা বৃদ্ধি করার জন্য প্রকল্প হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়।

3-
051



প্রাথমিক বাড়িতে যাওয়ার প্রকল্প (ভিজিট টাইপ সার্ভিস), নাসিং কেয়ার প্রতিরোধ / দৈনন্দিন জীবনকে সহায়তা করার সার্বিক প্রকল্পের মধ্যে নাসিং কেয়ার প্রতিরোধ / জীবনকে সহায়তা করা সেবার প্রকল্পের (প্রাথমিক প্রকল্প) অন্তর্ভুক্ত। এছাড়াও, প্রাথমিক ভ্রাম্যমান প্রকল্প (ভ্রাম্যমান পরিষেবা), প্রাথমিক জীবনকে সহায়তা করার প্রকল্প, প্রাথমিক নাসিং কেয়ার প্রতিরোধ সহায়তা প্রকল্প অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

3-
052



আগস্ট 2015 সাল থেকে, সম্পূর্ণ সুবিধার অর্থ প্রদানের প্রয়োজনীয়তার সাথে সম্পদের প্রয়োজনীয়তা যোগ করা হয়েছে। সম্পূর্ণ সুবিধা হল, নাসিং কেয়ার কল্যাণ সুবিধা ব্যবহারকারী ব্যক্তির খাদ্য ও জীবনযাত্রার ব্যয় ইত্যাদি, আয়ের স্তর অনুযায়ী নির্ধারিত ব্যয়ভার বহনের সীমা অতিক্রম করলে, নাসিং কেয়ার বীমার নির্ধারিত মানদণ্ডের পরিমাণের সাথে পার্থক্যের পরিমাণের অর্থ প্রদান করার ব্যবস্থা।

3-
053



আবাসিক নাসিং কেয়ার পরিষেবা পরিকল্পনার ব্যয়, নাসিং কেয়ার বীমা প্রতিষ্ঠার পর থেকে, নাসিং কেয়ার বীমা সুবিধার মাধ্যমে সম্পূর্ণ পরিমাণ ব্যবসায়ীকে প্রদান করা হয়।

3-
054



আগস্ট 2018 সাল থেকে, সক্রিয় কর্মীর আয় (প্রতি বছর 3.4 মিলিয়ন ইয়েন বা তার বেশি) থাকলে, কোপমেন্ট বা নিজে প্রদান করা অর্থের পরিমাণ 30% হবে। আয় 2.8 মিলিয়ন ইয়েন বা তার বেশি এবং 3.4 মিলিয়ন ইয়েনের কম হলে, 20% ব্যয় বহন করতে হবে।

3-
055



সেবামূলক ব্যবসা প্রতিষ্ঠানের ব্যবস্থা গ্রহণ বা সাড়া প্রদানে অসম্মত হলে, প্রথমে, ব্যবসা প্রতিষ্ঠানের অভিযোগে সাড়া প্রদানকারী প্রতিনিধির সাথে কথা বলা। পরামর্শ করে সমস্যা সমাধান করতে না পারলে, পৌরসভার দায়িত্বে থাকা ব্যক্তি, ফেডারেশন অফ ন্যাশনাল হেলথ ইন্স্যুরেন্স অর্গানাইজেশনের নার্সিং কেয়ার সার্ভিসের অভিযোগ কমিশনের সাথে পরামর্শ করা। নার্সিং কেয়ার বীমার পরীক্ষণ কমিটি হল, নার্সিং কেয়ারের প্রয়োজনের প্রত্যয়ন বা বীমা সুবিধা ইত্যাদি সম্পর্কিত অভিযোগের সাড়া প্রদানের জন্য একটি সংস্থা।

3-
056



আঞ্চলিক কেয়ার মিটিং এর উদ্দেশ্য হল, স্বতন্ত্র ক্ষেত্রের সহায়তার বিষয়বস্তু বিবেচনার মাধ্যমে, ① স্থানীয় নার্সিং কেয়ারের সহায়তার জন্য বিশেষজ্ঞের আইনি নীতির উপর ভিত্তি করে বয়স্ক ব্যক্তির আত্মনির্ভরতার সহায়তায় অবদান রাখা যত্ন ব্যবস্থাপনার জন্য সমর্থন, ② বয়স্ক ব্যক্তি প্রকৃত পরি-স্থিতি উপলব্ধি করতে এবং সমস্যা সমাধান করতে সক্ষম হওয়ার জন্য আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা নেটওয়ার্ক নির্মাণ, ③ স্বতন্ত্র ক্ষেত্রের সমস্যা বিশ্লেষণ করে আঞ্চলিক সমস্যা উপলব্ধি করা।

3-
057



প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনের (প্রতিবন্ধী ব্যক্তির দৈনন্দিন ও সামাজিক জীবনের জন্য ব্যাপক সহায়তার জন্য আইন) 87 ধারা "মৌলিক নির্দেশিকা" এর 1 উপ-ধারা, "স্বাস্থ্য, শ্রম ও কল্যাণ মন্ত্রী কর্তৃক, প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য কল্যাণ পরিষেবা বা পরামর্শ সহায়তা, (সংক্ষিপ্ত) স্বা-বলম্বী হওয়ার জন্য সহায়তা সুবিধা বা স্থানীয় এলাকার জীবনকে সহায়তা করার প্রকল্পের সুষ্ঠু বাস্তবায়ন নিশ্চিত করার জন্য মৌলিক নির্দেশিকা (মৌলিক নির্দেশিকা) নির্ধারণ করা হবে" মর্মে স্থির করা হয়েছে।

3-
058



পৌরসভা (স্থানীয় কর্তৃপক্ষ) এবং প্রিফেকচার উভয়ের জন্য প্রতিবন্ধী ব্যক্তির কল্যাণ পরিকল্পনা তৈরি করা একটি বাধ্যবাধকতা। স্থানীয় কর্তৃপক্ষের জন্য প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনের (প্রতিবন্ধী ব্যক্তির দৈনন্দিন ও সামাজিক জীবনের জন্য ব্যাপক সহায়তার জন্য আইন) 88 অনুচ্ছেদে, প্রিফেকচারের জন্য একই আইনের 89 অনুচ্ছেদে মৌলিক নির্দেশনা প্রদান করা হয়েছে।

3-
059



স্থানীয় কর্তৃপক্ষ ও প্রিফেকচারের প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য কল্যাণ পরিকল্পনাকে প্রতিবন্ধী শিশুদের জন্য স্থানীয় কর্তৃপক্ষ (পৌরসভা) / প্রিফেকচারের কল্যাণ পরিকল্পনার সাথে একীভূত করে তৈরি করা যাবে মর্মে নির্ধারণ করা হয়েছে (প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনের (প্রতিবন্ধী ব্যক্তির দৈনন্দিন ও সামাজিক জীবনের জন্য ব্যাপক সহায়তার জন্য আইন) 88 ধারা 6 উপ-ধারা এবং 89 ধারা 4 উপ-ধারা)।

3-
060



সাংস্কৃতিক ও শৈল্পিক কর্মকাণ্ড ও খেলাধুলার প্রচারের সাথে সম্পর্কিত লক্ষ্য, প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য মৌলিক আইনের ভিত্তিতে প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য মৌলিক পরিকল্পনায় নির্ধারণ করা হয়।

3-
061



প্রতিবন্ধী ব্যক্তির বৈষম্য দূর করা আইন অনুযায়ী, অন্তর্ভুক্তিমূলক সমাজ উপলব্ধি করার লক্ষ্যে, বৈষম্য দূরীকরণের প্রচারের মৌলিক বিষয় হিসাবে প্রশাসনিক সংস্থা এবং বিজিনেস অপারেটরের বাধ্যবাধকতা নির্ধারণ করে।

3-
062



পৌরসভায় অর্থপ্রদানের জন্য আবেদন করার পর প্রবাহটি "প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য সহায়তার শ্রেণী বিভাগের প্রত্যয়ন → মনোনীত নির্দিষ্ট পরামর্শ সহায়তা অফিসের পরামর্শ সহায়তা বিশেষজ্ঞ কর্তৃক পরিষেবা ইত্যাদি ব্যবহারের পরিকল্পনা তৈরি করা এবং পৌরসভাতে জমা দেওয়া → অর্থপ্রদানের সিদ্ধান্ত → পরিষেবা দায়িত্বে থাকা ব্যক্তির সভা → পরিষেবা ইত্যাদি ব্যবহারের পরিকল্পনা তৈরি করা → পরিষেবা ব্যবহার শুরু করা" অনুযায়ী হয়ে থাকে।

3-
063



আফটার স্কুল ডে সার্ভিস, এপ্রিল, 2012 সালে "শিশুর জন্য কল্যাণ আইন" এর সংশোধনের মাধ্যমে প্রতিষ্ঠা করা হয়েছিল। কিডারগার্টেন এবং বিশ্ববিদ্যালয় ব্যতীত অন্য স্কুলে পড়া প্রতিবন্ধী শিশুর জন্য, স্কুলের পরে এবং ছুটির দিনে জীবনের দক্ষতা উন্নত করার জন্য প্রশিক্ষণ বা সমাজের সাথে মিথস্ক্রিয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করার একটি পরিষেবা।

3-
064



স্বাধীন জীবনযাপনের জন্য সহায়তা, প্রশিক্ষণ ইত্যাদির জন্য একটি সুবিধা হিসাবে স্থাপন করা হয়েছে। একাকী বাস করতে চাওয়া প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য, নিয়মিত টহল প্রদান করে পরিদর্শন বা প্রয়োজনে সহায়তার মাধ্যমে, স্থানীয় এলাকার জীবন সহজভাবে পরিচালনা করার জন্য পরামর্শ, উপদেশ ইত্যাদি প্রদান করা হয়। ব্যবহারের সময়কাল নীতিগতভাবে এক বছর।

3-
065



কর্মসংস্থান ধরে রাখার জন্য সহায়তা, প্রশিক্ষণ ইত্যাদির জন্য একটি সুবিধা হিসাবে স্থাপন করা হয়েছে। পেশা (কর্মসংস্থান) পরিবর্তন করার জন্য সহায়তা ইত্যাদির মাধ্যমে সাধারণ চাকরিতে স্থানান্তরিত হওয়া প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য, কর্মসংস্থানের সাথে সম্পর্কিত জীবনের সমস্যা মোকাবেলার করার জন্য, ব্যবসা প্রতিষ্ঠান বা পরিবারের সাথে যোগাযোগ এবং সমন্বয় করা। ব্যবহারের সময়কাল নীতিগতভাবে 3 বছর।

3-
066



প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য সহায়তার শ্রেণীবিভাগকে 1 থেকে 6 তে বিভক্ত করা যায়। উপর-
ন্থ, শ্রেণীবিভাগ 5 বা তার চাইতে বেশি না হলে, আরোগ্য লাভের জন্য নার্সিং কেয়ার,
শ্রেণীবিভাগ 6 না হলে, গুরুতর প্রতিবন্ধী ব্যক্তি ইত্যাদির জন্য ব্যাপক সহায়তা, ব্যবহার
করা যাবে না।

3-
067



ক্রিয়াকলাপের জন্য সহায়তা হল, প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য সহায়তার শ্রেণীবিভাগ 3 বা
তার বেশি হওয়া বুদ্ধিবৃত্তিকভাবে অক্ষম ব্যক্তি বা মানসিকভাবে অসুস্থ ব্যক্তিকে লক্ষ্য
হিসাবে নিয়ে, ক্রিয়াকলাপের ক্ষেত্রে উল্লেখযোগ্য অসুবিধার সম্মুখীন হওয়ার ক্ষেত্রে, ঐ
ব্যক্তির বিপদ এড়াতে সহায়তা ও চলাচল করা সম্পর্কিত একটি পরিষেবা।

3-
068



প্রতিবন্ধী শিশুর জন্য চিকিৎসা সুবিধা, 2012 সালে "শিশুর জন্য কল্যাণ আইন"
এর সংশোধনের মাধ্যমে প্রতিষ্ঠা করা হয়েছিল। বুদ্ধি প্রতিবন্ধী বা শারীরিক প্রতিবন্ধী
শিশুকে ভর্তি করে, সুরক্ষা, দৈনন্দিন জীবনের নির্দেশিকা, জ্ঞান এবং দক্ষতা সম্পর্কিত
শিক্ষা ও চিকিৎসা প্রদান করার সুবিধা বা ফ্যাসিলিটি।

3-
069



মানসিক রোগের সামাজিক কর্মী, একজন পেশাদার হিসাবে মানসিকভাবে অসুস্থ ব্যক্তির
জন্য দৈনন্দিন জীবনের প্রশিক্ষণ বা সহায়তা প্রদান, সামাজিক অংশগ্রহণকে সহায়তা
করা বা পারিপার্শ্বিকতার সাথে সমন্বয় করার কাজ করে থাকেন। মনস্তাত্ত্বিক পরীক্ষা বা
মনস্তাত্ত্বিক মূল্যায়ন করা পেশাদারকে ক্লিনিকাল সাইকোলজিস্ট ইত্যাদি বল হয়।

3-
070



হস্তশিল্প ও কারুশিল্পের কাজ, গৃহস্থালির কাজের প্রশিক্ষণ প্রদানকারী পেশাদারকে
অকুপেশনাল থেরাপিস্ট বলা হয়। অন্যদিকে, ব্যায়াম থেরাপি বা তাপ বিদ্যুৎ ইত্যাদির
মাধ্যমে ফিজিওথেরাপি ব্যবহার করে স্বাধীনভাবে দৈনন্দিন জীবনযাপন করতে সক্ষম
হওয়ার জন্য ক্রিয়ামূলক প্রশিক্ষণ প্রদানকারী পেশাদারকে ফিজিওথেরাপিস্ট বলা হয়।

3-
071



স্পিচ থেরাপিস্ট হল, ভাষার ক্রিয়াকলাপ, শ্রবণ ক্রিয়াকলাপ, গলঃধরন ক্রিয়াকলাপ
ইত্যাদির ব্যাধির জন্য, পরীক্ষা, প্রশিক্ষণ ও নির্দেশনা প্রদানকারী একজন পুনর্বাসন
বিশেষজ্ঞ।

3-
072



প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনের 5 ধারা 25 উপ-ধারায়, সহায়ক সরঞ্জামকে "কৃত্রিম অঙ্গ, বন্ধনী, হুইলচেয়ার এবং স্বাস্থ্য ও কল্যাণ মন্ত্রী কর্তৃক নির্দিষ্ট করা বস্তু" হিসাবে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
073



ধরার হ্যান্ডেল বা হ্যান্ড রেল, প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনের পরিবর্তে, দৈনন্দিন জীবনযাপনের জন্য প্রযুক্তিগত সহায়তা প্রকল্পে, বাড়িতে জীবনযাপনের ক্ষেত্রে চলাচলের সহায়তার সরঞ্জামের জন্য বাড়ির সংস্কার ব্যয়ে অন্তর্ভুক্ত করা হয়। চালু পথ, সরলীকৃত বাথটাব, বেডসোর প্রতিরোধের সরঞ্জাম ইত্যাদিও একই প্রকল্পের অন্তর্ভুক্ত।

3-
074



প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য কল্যাণ পরিকল্পনা পৌরসভা এবং প্রিফেকচার কর্তৃক প্রণয়ন করা হয়। পরিষদের কাজকে "স্থানীয় এলাকা বা অঞ্চলের প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য সহায়তা ব্যবস্থার সাথে সম্পর্কিত বিষয় সম্পর্কে তথ্য ভাগ করে, সংশ্লিষ্ট সংস্থার মধ্যে ঘনিষ্ঠ সহযোগিতা করার পাশাপাশি অঞ্চলের প্রকৃত পরিস্থিতি অনুসারে একটি ব্যবস্থার উন্নতি সাধন করা সম্পর্কে আলোচনা করা।" হিসাবে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
075



প্রতিবন্ধী শিশু ও ব্যক্তি স্বাধীনভাবে দৈনন্দিন জীবনযাপন বা সামাজিক জীবনযাপন পরিচালনা করতে সক্ষম হওয়ার জন্য, জীবনের বাস্তব অবস্থা উপলব্ধি করার মাধ্যমে, কর্মসংস্থান বা শিক্ষার সম্পর্কের সাথে সহযোগিতা করে, "স্বাভাবিক হওয়ার জন্য সহায়তা সুবিধা" এবং পৌরসভার মৌলিকতা ও কৌশলের উপর ভিত্তি করে "আঞ্চলিক জীবনযাপনের জন্য সহায়তা প্রকল্প" ব্যাপকভাবে এবং পদ্ধতিগতভাবে পরিচালনা করাকে কর্তব্য হিসাবে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
076



2018 সালের জাতীয় পরিসংখ্যান অনুসারে, প্রাপ্তবয়স্কদের অভিভাবকত্ব ব্যবস্থার অধীনে অভিভাবকত্ব 76.6% দখল করে আছে, যা কিনা সবচেয়ে সাধারণ ধরনের অভিযোগ।

3-
077



আত্মীয় ছাড়া অন্য অভিভাবকদের অনুপাত 80%। ব্রেকডাউনের হিসাবে বিচার বিভাগীয় স্ক্রীভেনার (37.7%), আইনজীবী (29.2%), এবং সমাজ সেবী (17.3%)। আত্মীয় অভিভাবকের অনুপাত হল প্রায় 20% এবং শিশুদের সর্বোচ্চ 52.0% অনুপাতের জন্য বিবেচনা করা হয়।

3-
078



2015 সালের "ব্যক্তিগত তথ্য সুরক্ষা আইন" এর সংশোধনে সংবেদনশীল ব্যক্তিগত তথ্যের মধ্যে, ব্যক্তির জাতি, ধর্ম, সামাজিক অবস্থান, চিকিৎসার ইতিহাস এবং অপরাধমূলক ইতিহাস ছাড়াও, শারীরিক অক্ষমতা, বুদ্ধিবৃত্তিক অক্ষমতা, মানসিক অক্ষমতা (উন্নয়ন-মূলক অক্ষমতা সহ) ইত্যাদির মতো মানসিক ও শারীরিক ব্যাধিও অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

3-
079



স্বেচ্ছাকৃত অভিভাবকত্ব ব্যবস্থা হল, এমন একটি ব্যবস্থা যেখানে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতা হ্রাস পাওয়ার আগে, স্বেচ্ছাকৃত অভিভাবক বা সহায়তার বিষয়বস্তু বা পারিশ্রমিক আগেই নির্ধারণ করা হয়। একটি সাধারণ নিয়ম হিসাবে, নোটারি অফিসে নোটারি দলিলের মাধ্যমে চুক্তি সম্পাদন করা হয়। পারিবারিক আদালত স্বেচ্ছাকৃত অভিভাবকের তত্ত্বাবধানের জন্য স্বেচ্ছাকৃত অভিভাবকের জন্য সুপারভাইজার নিয়োগ করে থাকে।

3-
080



নির্ধারিত প্রতিরোধ সংক্রান্ত আইন প্রতিবন্ধী, বয়স্ক, শিশু, স্বামী / স্ত্রী; এই চার ধরনের ব্যক্তির প্রতিটির জন্য প্রণীত হয়েছে। রিপোর্ট করা সম্পর্কেও কর্তব্য, রিপোর্টিং করার প্রচেষ্টার বাধ্যবাধকতা, নোটিশ করার বাধ্যবাধকতা এবং বাধ্যবাধকতার মত পার্থক্য রয়েছে।

3-
081



সমাজ কল্যাণমূলক প্রতিষ্ঠান লাভজনক প্রকল্প পরিচালনা করতে পারলেও ব্যবসা থেকে অর্জিত আয় এই প্রতিষ্ঠান কর্তৃক পরিচালিত সামাজিক কল্যাণমূলক প্রকল্পের জন্য ব্যবহার করা হবে অথবা পাবলিক ইউটিলিটির ব্যবস্থাপনার জন্য প্রয়োজ্য হবে বলে বিবেচনা করা হয়।

3-
082



ভোক্তা চুক্তি আইন (2000 সালে প্রণীত) হল, অনুচিত অনুরোধের মাধ্যমে ভোক্তার ভুল শনাক্তকরণ, বিভ্রান্তি ইত্যাদির মতো অবস্থায় স্বাক্ষরিত চুক্তি বাতিল করার শর্ত প্রদান করা একটি আইন। বাতিল করার অধিকার প্রয়োগের সময়কাল নিশ্চিত করতে সক্ষম হওয়ার সময় থেকে এক বছর, চুক্তি স্বাক্ষরের তারিখ থেকে 5 বছর নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
083



সমাজকল্যাণ আইনের 36 ধারা (প্রতিষ্ঠান প্রতিষ্ঠা) অনুযায়ী সমাজ কল্যাণমূলক প্রতিষ্ঠানকে অবশ্যই কাউন্সিলর, কাউন্সিলর বোর্ড, ন্যাসপাল, পরিচালনা পর্ষদ এবং নিরীক্ষক নিয়োগ প্রদান করতে হবে। কাউন্সিলর বোর্ড, কাউন্সিলরদের সমন্বয়ে গঠিত একটি কলে-জিয়াল বডি এবং কর্পোরেট ব্যবস্থাপনার গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণকারী একটি সংস্থা।

3-
084



নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য পরীক্ষা, জীবনধারা সম্পর্কিত রোগ প্রতিরোধের দৃষ্টিকোণ থেকে, মেটাবলিক সিন্ড্রোম (ভিসারাল ফ্যাট সিন্ড্রোম) উপর মনোনিবেশ করা একটি পরীক্ষা বিধায়, জীবনধারা সম্পর্কিত রোগের জন্য পরীক্ষাও এর অন্তর্ভুক্ত। নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য পরীক্ষার ফলস্বরূপ, "জীবনধারা সম্পর্কিত রোগে আক্রান্ত হওয়ার উচ্চ ঝুঁকিতে থাকলেও প্রতিরোধের কার্যকারিতা প্রত্যাশা করা যায় এমন ব্যক্তিকে" লক্ষ্য হিসাবে নিয়ে নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য নির্দেশনা প্রদান করা হয়।

3-
085



নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য পরীক্ষা, জীবনধারা সম্পর্কিত রোগ (হাট অ্যাটাক, ব্রেইন স্ট্রোক, ডায়াবেটিস) প্রতিরোধ করার জন্য মেটাবলিক সিন্ড্রোম (ভিসারাল ফ্যাট সিন্ড্রোম) এর উপর মনোনিবেশ করা একটি পরীক্ষা বিধায়, ক্যান্সারের পরীক্ষা মৌলিক পরীক্ষায় অন্তর্ভুক্ত নয়।

3-
086



40 বা তার বেশি এবং 75 এর কম বয়সী চিকিৎসা বীমার গ্রাহকরা নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য পরীক্ষার যোগ্য ব্যক্তি হিসাবে বিবেচিত হয়।

3-
087



"ভূমি, অবকাঠামো, পরিবহন ও পর্যটন মন্ত্রণালয় / স্বাস্থ্য, শ্রম ও কল্যাণ মন্ত্রণালয় সম্পর্কিত বয়স্কদের বাসস্থানের স্থিতিশীলতা নিশ্চিত করার জন্য আইন প্রয়োগের জন্য অধ্যাদেশ" প্রতিটি বসবাসের স্থানে (নীতিগতভাবে 25 m²) রান্নাঘর, ফ্লাশ টয়লেট, স্টোরেজ সুবিধা, ওয়াশবেসিন সুবিধা এবং বাথরুম প্রতিষ্ঠা নির্ধারণ করা হলেও, রান্নাঘর, স্টোরেজ সুবিধা এবং বাথরুম যৌথভাবে ব্যবহারও সম্ভব বলে উল্লেখ করা হয়েছে (ধারা 8 এবং 9)।

3-
088



বয়স্কদের পরিষেবায়ুক্ত আবাসনের জন্য বাধ্যতামূলক পরিষেবার মধ্যে পরিস্থিতি উপলব্ধির পরিষেবা এবং জীবনযাপনের জন্য পরামর্শ পরিষেবা অন্তর্ভুক্ত থাকলেও, খাদ্য পরিষেবা বাধ্যতামূলক নয় (বয়স্ক নাগরিকের আবাসন আইন (বয়স্কদের আবাসনের স্থিতিশীলতা নিশ্চিত করা সম্পর্কিত আইন) ধারা 11)।

3-
089



বয়স্কদের পরিষেবায়ুক্ত আবাসনের জন্য পরিষেবা, পরিস্থিতি উপলব্ধির পরিষেবা এবং জীবনযাপনের জন্য পরামর্শ পরিষেবা হওয়ার কারণে, বসবাসকারীর প্রয়োজন অনুযায়ী ভ্রাম্যমান নার্সিং কেয়ার বা বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের মতো নার্সিং কেয়ার বীমার পরিষেবার ব্যবহার অনুমোদন করা হয়েছে।

3-
090



দরিদ্রের আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করা আইনের 1 ধারায় "দরিদ্রের আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করার ব্যবস্থা গ্রহণ করার মাধ্যমে দরিদ্রের আত্মনির্ভরতাকে ত্বরান্বিত করাকে লক্ষ্য হিসাবে নেয়া।" মর্মে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
091



সরকারি সহায়তা আইনের 4 ধারায় "পরিপূরকতার নীতি" এর মাধ্যমে, জীবনযাত্রার ন্যূনতম মান বজায় রাখতে আবেদনকারীর সম্পদ, ক্ষমতা ইত্যাদি কাজে লাগানোকে প্রয়োজনীয়তা হিসাবে নির্ধারণ করে, তার পরিপূরক হিসাবে সুরক্ষা প্রদান করা উচিত মর্মে নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
092



সরকারি সহায়তা আইনের 10 ধারায়, "সুরক্ষা, পরিবারকে ইউনিট হিসাবে নিয়ে প্রদান করা" মর্মে পারিবারিক বিভক্তির নীতি নির্ধারণ করা হয়েছে।

3-
093



কাজ করে আয় করা ব্যক্তির আয় এবং সম্পদ জীবনযাত্রার ন্যূনতম খরচ মেটাতে না পারলে, জীবনযাত্রার ন্যূনতম মানের নিরাপত্তার নীতি অনুযায়ী, ঐ ব্যক্তি সামাজিক নিরাপত্তা গ্রহণ করতে পারেন।

3-
094



সামাজিক নিরাপত্তার, জীবিকার জন্য সহায়তা থেকে শুরু করে, শিক্ষাগত সহায়তা, আবাসন সহায়তা, চিকিৎসা সহায়তা, নাসিং কেয়ার সহায়তা, মাতৃত্বকালীন সহায়তা, পেশাগত সহায়তা, অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার জন্য সহায়তা; এই আট ধরনের সহায়তা রয়েছে। সুবিধা প্রদানের পদ্ধতি হিসাবে আর্থিক সুবিধা প্রদান ও পণ্য প্রদান রয়েছে, আবাসন সহায়তা হিসাবে আর্থিক সুবিধা প্রদান রয়েছে এবং ভাড়া প্রদান বা বাড়ি মেরামত / রক্ষণাবেক্ষণের জন্য প্রয়োজনীয় ব্যয়ও নির্বাহ করা হয়।



লানিং পয়েন্ট

■ সামাজিক নিরাপত্তার ধরন

ধরন	সুবিধা প্রদানের পদ্ধতি (নীতি)	প্রধান বিষয়বস্তু
জীবিকার জন্য সহায়তা	আর্থিক সুবিধা	খাদ্য ও পানীয়ের খরচ, পোশাকের খরচ, ইউটিলিটি বিল ইত্যাদির মতো দৈনন্দিন জীবনযাত্রার ব্যয়ের মৌলিক ব্যয়
শিক্ষাগত সহায়তা	আর্থিক সুবিধা	স্কুলের মধ্যাহ্নভোজের ফি, স্কুল পরিবহন ফি, শিক্ষা উপকরণের ফি ইত্যাদির মতো বাধ্যতামূলক শিক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় খরচ
আবাসন সহায়তা	আর্থিক সুবিধা	ভাড়াকৃত বাড়ি / বাসার ভাড়া, বাড়ির রক্ষণাবেক্ষণ খরচ ইত্যাদি
চিকিৎসা সহায়তা	পণ্য প্রদান	ন্যূনতম জীবনযাপনের জন্য প্রয়োজনীয় মেডিকেল পরীক্ষা, ওষুধ, চিকিৎসার উপকরণ ইত্যাদি।
নাসিং কেয়ার সহায়তা	পণ্য প্রদান	ন্যূনতম জীবনযাপনের জন্য প্রয়োজনীয় আবাসিক নাসিং কেয়ার, নাসিং কেয়ার প্রতিরোধ, কল্যাণমূলক সরঞ্জাম, বাড়ির সংস্কার ইত্যাদি।
মাতৃত্বকালীন সহায়তা	আর্থিক সুবিধা	মিডওয়াইফারি এবং প্রসবের জন্য প্রয়োজনীয় নির্দিষ্ট পরিমাণের খরচ, ইত্যাদি
পেশাগত সহায়তা	আর্থিক সুবিধা	কাজের ক্ষমতার উন্নতির জন্য প্রয়োজনীয় পেশাগত ব্যয়, দক্ষতা অর্জনের ব্যয় ইত্যাদি।
অস্তোষ্টিক্রিয়ার জন্য সহায়তা	আর্থিক সুবিধা	মৃত ব্যক্তির পোস্টমর্টেম পরীক্ষা, পরিবহন, অস্তোষ্টিক্রিয়ার জন্য ব্যয়

■ সমন্বিত কমিউনিটি কেয়ার সিস্টেম কি?

সমন্বিত কমিউনিটি কেয়ার সিস্টেম হল, চিকিৎসা সেবা, নাসিং কেয়ার, প্রতিরোধমূলক নাসিং কেয়ার, আবাসন এবং জীবনযাপনের জন্য সহায়তার মতো পরিষেবা ক্রমাগত প্রদান করে, বসবাসে অভ্যস্ত এলাকায় আত্মনির্ভরশীল দৈনন্দিন জীবনযাপন পরিচালনার উদ্দেশ্যে তৈরি একটি ব্যবস্থা।

সমন্বিত কমিউনিটি কেয়ার সিস্টেমের ধারণা হিসাবে, নিজেকে সহায়তা করা, প্রতিবেশীদের মধ্যে সহায়তা, পারস্পরিক সহায়তা এবং সরকারি সাহায্যের ধারণা উদ্ধৃত করা হয়েছে।

4

নাসিং কেয়ারের মৌলিক বিষয়

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

4-
001



2008 সালে ইন্দোনেশিয়া, 2009 সালে ফিলিপাইন, 2014 সালে ভিয়েতনামের সাথে অর্থনৈতিক অংশীদারিত্ব চুক্তির (EPA) উপর ভিত্তি করে নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার প্রার্থীদের গ্রহণ শুরু করা হয়েছে।

4-
002



অর্থনৈতিক অংশীদারিত্ব চুক্তির (EPA) উপর ভিত্তি করে, গ্রহণ করার সুবিধার প্রয়োজনীয়তা হল, পূর্ণকালীন নার্সিং কেয়ার কর্মীর 40% এর চাইতে বেশি কর্মীকে নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার হতে হবে।

4-
003



অর্থনৈতিক অংশীদারিত্ব চুক্তির (EPA) উপর ভিত্তি করে, নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার প্রার্থী হিসাবে 4 বছর পর্যন্ত, নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের পরীক্ষা উত্তীর্ণ হওয়ার ক্ষেত্রে, নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার হিসেবে নার্সিং কেয়ার কাজে নিয়োজিত থাকাকালীন সময় পর্যন্ত জাপানে বসবাস করা যাবে।

4-
004



নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারকে, ব্যক্তির মর্যাদা বজায় রেখে, আত্মনির্ভরশীল দৈনন্দিন জীবন পরিচালনা করতে সক্ষম হওয়ার জন্য, সর্বদা সেই ব্যক্তির অবস্থানে দাঁড়িয়ে বিশ্বস্ততার সাথে দায়িত্ব পালন করতে হবে।

4-
005



নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার, এমন কোনো কাজে করবেন না যা নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের বিশ্বাসযোগ্যতা নষ্ট করতে পারে।

4-
006

নাসিং কেয়ার ওয়ার্কারকে নাসিং কেয়ার ইত্যাদি সম্পর্কিত জ্ঞান এবং দক্ষতা উন্নত করার জন্য প্রচেষ্টা চালাতে হবে।



4-
007

সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইন অনুযায়ী, নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হতে হবে এবং তার নাম, জন্ম তারিখ ইত্যাদির মতো নির্ধারিত বিষয় নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার রেজিস্ট্রিতে নিবন্ধিত থাকতে হবে। উপরন্তু, "নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার নন এমন ব্যক্তি অবশ্যই নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার নাম ব্যবহার করতে পারবে না" মর্মে বিধান রয়েছে (নামের একচেটিয়া অধিকার)।



4-
008

সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইন অনুযায়ী, "(আগের বাক্য বাদ দেওয়া হয়েছে) এবং সেই ব্যক্তি এবং পরিচর্যাকারীর নিকট নাসিং কেয়ারের নির্দেশিকা প্রদান করাকে কাজ হিসাবে নেয়া ব্যক্তিকে বোঝায়" (➔ G003 দেখুন)।



4-
009

সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইনের "অযোগ্যতার ভিত্তিতে" নির্ধারণ করা হয়েছে।



4-
010

সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইনের "অযোগ্যতার ভিত্তিতে" নির্ধারণ করা হয়েছে।



4-
011

সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইন অনুযায়ী, "নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার যুক্তিসঙ্গত কারণ ব্যতীত, সেই কাজ সম্পর্কিত জানতে পারা ব্যক্তির গোপনীয়তা প্রকাশ করবে না। নাসিং কেয়ার ওয়ার্কারের কাজ ত্যাগ করার পরেও এটি প্রযোজ্য হবে।" মর্মে নির্ধারণ করা আছে এবং লঙ্ঘনের জন্য জরিমানার বিধায় রয়েছে।



4-
012



নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হওয়া ব্যক্তি নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার হওয়ার যোগ্যতা অর্জন করলেও, নাসিং কেয়ার ওয়ার্কারে পরিণত হওয়ার জন্য নাম, জন্ম তারিখ ও এবং স্বাস্থ্য, শ্রম ও কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের অধ্যাদেশ দ্বারা নির্দিষ্ট করা অন্যান্য বিষয় নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার রেজিস্ট্রিতে নিবন্ধিত হতে হবে।

4-
013



প্রতিটি ব্যবহারকারী ব্যক্তির পরিস্থিতি এবং অভিপ্রায় ভিন্নতর হয়ে থাকে বিধায়, ব্যবহারকারী ব্যক্তির চাহিদা অনুযায়ী জীবনের মান (QOL) বিবেচনা করে, প্রতিটি ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে নাসিং কেয়ার প্রদান করা প্রয়োজন।

4-
014



ব্যবহারকারী ব্যক্তির নিজের দায়িত্ব বা সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষমতা কম বলে বিবেচিত হলেও, ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাড়া প্রদান বা দৈনন্দিন পরিস্থিতি, অভিপ্রায় বা প্রত্যাশা উপলব্ধি করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির মর্যাদা রক্ষা করে নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করার দিকে পরিচালিত করার সহায়তা প্রদান করার প্রয়োজন রয়েছে।

4-
015



নাসিং কেয়ার কর্মীর কর্তৃক প্রদান করা আত্মনির্ভরতার জন্য সহায়তার ক্ষেত্রে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির অভিপ্রায়কে সম্মান করে নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করাকে উৎসাহিত করার জন্য সহায়তা প্রদান করা। আত্মনির্ভরতা বলতে, কোন কিছু সম্পর্কে সিদ্ধান্ত বা নিজের জীবন সম্পর্কে নিজে সিদ্ধান্ত নেওয়ার আত্মসংকল্পের অধিকার, নিজের গ্রহণ করা বিচার / সিদ্ধান্তের জন্য দায়িত্ব নেওয়ার স্ব-ব্যবস্থাপনার দক্ষতাকে বোঝায়।

4-
016



নাসিং কেয়ার কর্মীর কর্তৃক প্রদান করা আত্মনির্ভরতার জন্য সহায়তার ক্ষেত্রে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির প্রত্যাশিত জীবন বা অন্যদের সাথে সম্পর্ক, সামাজিক অংশগ্রহণের সুযোগ বাধাগ্রস্ত না হওয়ার বিষয়টি নিশ্চিত করে সহায়তা প্রদান করা।

4-
017



অসুস্থতা, রোগ বা আঘাত, ICF এর গঠনকারী উপাদানের "স্বাস্থ্যের অবস্থার " সাথে সম্পর্কিত।

4-
018

বিনোদনে অংশগ্রহণ একটি সামাজিক ভূমিকা এবং ICF এর গঠনকারী উপাদানের 'অংশগ্রহণের " সাথে সম্পর্কিত।



4-
019

ব্যক্তির জীবনের সাথে সম্পর্কিত অতীত পেশা জীবনের ইতিহাস ICF এর গঠনকারী উপাদানের 'ব্যক্তিগত কারণের " সাথে সম্পর্কিত।



4-
020

ICF এর গঠনকারী উপাদানের ক্ষেত্রে, "হুইলচেয়ার ব্যবহার করে" হল "পরিবেশগত ফ্যাক্টর বা কারণের" মধ্যে বস্তুগত পরিস্থিতি, "যাদুঘরে যাওয়া" হল "কর্মকাণ্ড" বা 'অংশগ্রহণের " সাথে সম্পর্কিত।



4-
021

ICF এর গঠনকারী উপাদানের ক্ষেত্রে, "স্ট্রেস বা চাপ বৃদ্ধি পাওয়া" হল "স্বাস্থ্যের অবস্থা", "জীবনীশক্তি হ্রাস পাওয়া" হল "মানসিক ও শারীরিক কার্যকারিতার" সাথে সম্পর্কিত।



4-
022

ICF এর গঠনকারী উপাদানের ক্ষেত্রে, "মেঝের পৃষ্ঠের কোমলতা" হল "পরিবেশগত ফ্যাক্টর বা কারণ", "ভারসাম্য হারিয়ে ফেলা" হল "মানসিক ও শারীরিক কার্যকারিতার" সাথে সম্পর্কিত।



4-
023

ক্রমানুসারে বাড়ির অভ্যন্তরে দুর্ঘটনা ঘটার হার সবচেয়ে বেশি এমন স্থান হল "লিভিং রুম" এর পরে "সিঁড়ি", "রান্নাঘর / ডাইনিং রুম", "প্রবেশদ্বার" এবং "মুখ ধোয়ার বেসিন"।



4-
024



ডিমেনশিয়ার জন্য একসাথে বসবাসের নার্সিং কেয়ার হল, একসাথে বসবাস করে, ঘরোয়া পরিবেশ এবং স্থানীয় বাসিন্দাদের সাথে মিথস্ক্রিয়ার অধীনে, সামর্থ্য অনুযায়ী স্বাধীন দৈনন্দিন জীবন পরিচালনা করতে সক্ষম করার জন্য প্রদান করা নার্সিং কেয়ার। প্রতিটি ব্যবহারকারী ব্যক্তির অবস্থা অনুযায়ী দৈনন্দিন রুটিন পাঠাতে সহায়তা করা হয়।

4-
025



ব্যবহারকারী ব্যক্তির তথ্য সংগ্রহ করার সময়, অতীত থেকে বর্তমান পর্যন্ত তাদের জীবন ইতিহাস, তাদের শারীরিক ও মানসিক অবস্থা এবং ইচ্ছা সার্বিকভাবে উপলব্ধি করা প্রয়োজন।

4-
026



ডিমেনশিয়ার জন্য একসাথে বসবাসের নার্সিং কেয়ারের ক্ষেত্রে, স্থানীয় কার্যক্রমে অংশগ্রহণের সুযোগ প্রদান ইত্যাদির মাধ্যমে, পরিচিত মানুষ এবং দোকানের সাথে সম্পর্ক অব্যাহত রাখতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করা বাঞ্ছনীয়।

4-
027



সেবা প্রদানের দায়িত্বে থাকা ব্যক্তি, হোম সার্ভিস প্ল্যান অনুযায়ী বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের পরিকল্পনা প্রস্তুত করে। সহায়তার সুনির্দিষ্ট দিক ও লক্ষ্য স্পষ্ট করে, দায়িত্বে থাকা বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের কর্মী ইত্যাদির নাম, প্রদান করা পরিষেবার নির্দিষ্ট বিষয়বস্তু, প্রয়োজনীয় সময়, সময়সূচী ইত্যাদি বর্ণনা করা।

4-
028



সেবা প্রদানের দায়িত্বে থাকা ব্যক্তি, বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের পরিকল্পনা প্রস্তুত করে। অপরিষ্কার বিচারবুদ্ধি সম্পন্ন ব্যক্তির (ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত বয়স্ক ব্যক্তি, বুদ্ধিবৃত্তিকভাবে অক্ষম ব্যক্তি, মানসিকভাবে অসুস্থ ব্যক্তি ইত্যাদির মধ্যে অপরিষ্কার বিচারবুদ্ধি সম্পন্ন ব্যক্তি) জন্য, প্রতিদিনের আর্থিক ব্যবস্থাপনার দায়িত্বে, প্রাপ্ত বয়স্কদের অভিভাবকত্ব ব্যবস্থা এবং দৈনন্দিন জীবনের আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করা প্রকল্প রয়েছে।

4-
029



সেবা প্রদানের কর্তব্যে থাকা ব্যক্তির কাজের মধ্যে, বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের ব্যবহার সামঞ্জস্য বা ব্যবহারকারী ব্যক্তির অবস্থা বোঝা এবং বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের কর্মী (হোম হেল্পার) জন্য প্রযুক্তিগত নির্দেশিকা ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত। বাড়িতে সেবা প্রদানকারী সংস্থাকে আমন্ত্রণ জানিয়ে, সেবা প্রদানকারী সংস্থার সভার আয়োজন করা হল নার্সিং কেয়ারকে সহায়তাকারী বিশেষজ্ঞের (কেয়ার ম্যানেজার) কাজ

4-
030



নিয়মিত টহল প্রদান / প্রয়োজন অনুসারে বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ার সার্ভিসের অপারেটরকে অবশ্যই নার্স বা নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কারের মতো পেশাদার হতে হবে। ব্যবহারকারী বা পরিবার কর্তৃক অবহিত করা হলে, পরামর্শ সহায়তা বা পরিদর্শন ইত্যাদির প্রয়োজনীয়তা নির্ধারণ করে, চাহিদা অনুযায়ী পরিষেবার জন্য সাড়া প্রদান করা হয়।

4-
031



নিয়মিত টহল প্রদান / প্রয়োজন অনুসারে বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ার সার্ভিস, নার্সিং কেয়ার প্রয়োজন এমন ব্যক্তির গৃহজীবনকে 24 ঘন্টা সহায়তা করার ব্যবস্থা হিসাবে প্রতিষ্ঠা করা হয়েছে। নিয়মিত পরিদর্শন ছাড়াও, ব্যবহারকারী ব্যক্তি কর্তৃক অবহিত করা হলে পরিষেবা প্রদান করা হয়।

4-
032



নিয়মিত টহল প্রদান / প্রয়োজন অনুসারে বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ার, নার্সিং কেয়ার প্রয়োজন এমন ব্যক্তির গৃহজীবনকে 24 ঘন্টা সহায়তা করার ব্যবস্থা হিসাবে প্রতিষ্ঠা করা হয়েছে। সহায়তা প্রয়োজন এমন ব্যক্তি উদ্দিষ্ট নয়।

4-
033



ছোট পরিসরের বিভিন্ন ক্রিয়াকলাপের আবাসিক নার্সিং কেয়ার হল, "যাতায়াতের" উপর মনোনিবেশন করে, প্রয়োজন অনুসারে "পরিদর্শন" বা "অবস্থান" করাকে একত্রিত করে প্রদান করা পরিষেবা। নার্সিং কেয়ার প্রয়োজন এমন ব্যক্তির পরিস্থিতি ও ইচ্ছার উপর নির্ভর করে, মাঝারিভাবে অক্ষম হলেও, বসবাসে অভ্যস্ত অঞ্চলে বসবাস চালিয়ে যেতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করাকে লক্ষ্য হিসাবে নেয়া হয়েছে।

4-
034



ছোট পরিসরের বিভিন্ন ক্রিয়াকলাপের আবাসিক নার্সিং কেয়ার হল, পৌরসভা কর্তৃক মনোনীত একটি অঞ্চল ভিত্তিক পরিষেবা এবং নীতিগতভাবে, শুধুমাত্র পৌরসভার বাসিন্দারা পরিষেবাটি ব্যবহার করতে পারেন।

4-
035



নার্সিং ও ছোট পরিসরের বিভিন্ন ক্রিয়াকলাপের আবাসিক নার্সিং কেয়ার নার্সিং ও নার্সিং কেয়ারকে সমন্বিত পদ্ধতিতে প্রদান করে। হাসপাতাল ত্যাগ করার পরপরই বাড়িতে জীবনযাপনে সহজে পরিবর্তন, টার্মিনাল ক্যান্সারের মতো জীবনের শেষ সময়কাল, চিকিৎসাধীন অবস্থার অনিশ্চিত সময়কালে বাড়িতে জীবনযাপনে অব্যাহত রাখা প্রয়োজন, পারিবারিক অবসরের যত্ন, পরামর্শের মাধ্যমে বোঝা হ্রাস করা প্রয়োজন এমন ব্যক্তিকে সহায়তা করা।

4-
036



স্বল্পমেয়াদে ভর্তি হওয়ার মাধ্যমে দৈনিক জীবনের দীর্ঘমেয়াদী নার্সিং কেয়ার হল, বয়স্কদের জন্য নার্সিং কেয়ার কল্যাণ সুবিধার জন্য আবেদন করা বা না করা নির্বিশেষে, নার্সিং কেয়ার প্রয়োজন এমন ব্যক্তি ব্যবহার করতে সক্ষম একটি হোম সার্ভিস। তবে, সুবিধা পরিষেবার ব্যবহারকারী, অঞ্চল ভিত্তিক পরিষেবার একটি অংশের সাথে একসাথে ব্যবহার করতে পারবে না।

4-
037



নার্সিং কেয়ার প্রতিরোধ / দৈনন্দিন জীবনকে সহায়তা করার সার্বিক প্রকল্পের নার্সিং কেয়ার প্রতিরোধ / জীবনকে সহায়তা করা সেবার প্রকল্পের যোগ্য ব্যক্তি হল, সহায়তা প্রয়োজন বলে স্বীকৃত ব্যক্তি ও মৌলিক চেকলিস্টের যোগ্য ব্যক্তি (প্রকল্পের উদ্দিষ্ট ব্যক্তি) হিসাবে বিবেচিত ব্যক্তি।

4-
038



(নির্ধারিত) ভ্রাম্যমান নার্সিং কেয়ার ব্যবসা প্রতিষ্ঠান ইত্যাদি পরিচালনার মানদণ্ডে, জরুরি দুর্যোগ মোকাবেলার জন্য ব্যবস্থা গ্রহণ নির্ধারণ করা হয়েছে। জরুরী দুর্যোগ পরিকল্পনা তৈরি তৈরী করা বা সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষের কাছে রিপোর্ট করা এবং সহযোগিতা ব্যবস্থার উন্নয়ন, স্থানান্তর ও উদ্ধার মহড়া বাস্তবায়নের মতো ব্যবস্থা গ্রহণ করা প্রয়োজন।

4-
039



(নির্ধারিত) বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ার বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ার ব্যবসা প্রতিষ্ঠান ইত্যাদি পরিচালনার মানদণ্ডে, প্রদান করতে অস্বীকার করা নিষিদ্ধ করা হয়েছে। মনে রাখবেন যে, পরিষেবা প্রদান প্রত্যাখ্যান করার সম্ভাব্য যুক্তিসঙ্গত কারণ হিসাবে, নিয়মিত ব্যবসার জন্য পরিদর্শন এলাকার বাইরে থাকা বা গ্রহণের ক্ষমতা অতিক্রম করা।

4-
040



ভর্তি হওয়ার মাধ্যমে প্রদান করা পরিষেবা হলেও, ভর্তি হওয়া ব্যক্তির বাইরে যাওয়ার সুযোগ সক্রিয়ভাবে সুরক্ষিত করার জন্য প্রচেষ্টা চালানো উচিত।

4-
041



নার্সিং কেয়ার অনুশীলনের বিভিন্ন পেশাদারের সহযোগিতার ক্ষেত্রে, বিভিন্ন অবস্থানে থাকা মানুষের, সমান অবস্থানে থেকে ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে সহায়তা করা বাঞ্ছনীয়।

4-
042



বিভিন্ন পেশাদারের সহযোগিতার দলে শুধু বিশেষজ্ঞই নয়, কল্যাণ কর্মী, স্বেচ্ছাসেবক, পরিবার এবং স্থানীয় বাসিন্দারাও বিভিন্ন পেশাদারের সহযোগিতার দলের অংশ হয়ে সহায়তা প্রদান করবে।

4-
043



নার্সিং কেয়ার অনুশীলনের ক্ষেত্রে চিকিৎসা সেবা এবং নার্সিং কেয়ারের সহযোগিতা, শুধুমাত্র ব্যবহারকারী ব্যক্তি অসুস্থ হওয়ার ক্ষেত্রে নয়, দৈনিক ভিত্তিতে ব্যবহারকারী ব্যক্তির জীবনের জন্য সাধারণ সমর্থনের জন্য সহযোগিতা প্রদান করা।

4-
044



নার্সিং কেয়ার অনুশীলন করার ক্ষেত্রে বিভিন্ন পেশার সহযোগিতায়, ব্যবহারকারী ব্যক্তি ও পারিবারিক নার্সিং কেয়ার কর্মীর পাশাপাশি যত্নের দিক নির্দেশনা সম্পর্কিত তথ্য শেয়ার করে, জীবনের সমস্যার সমাধান বা জীবনের মান (QOL) উন্নত করার জন্য প্রচেষ্টা চালানো হয়।

4-
045



নার্সিং কেয়ার কর্মীকে অবশ্যই নিরাপদ, উপযুক্ত এবং বস্তুনিষ্ঠ যত্ন প্রদান করতে হবে। ব্যবহারকারী ব্যক্তি কর্তৃক অনুরোধ করা হলেও নার্সিং প্রযুক্তির সাথে অসঙ্গতিপূর্ণ কাজ করা, পেশাদার হিসাবে অনৈতিক বলে বিবেচিত হয়।

4-
046



একটি সাধারণ নিয়ম হিসাবে, নার্সিং কেয়ার কর্মীর চিকিৎসার চর্চা করার অনুমতি নেই। চিকিৎসা সেবার নির্দিষ্ট কিছু চিকিৎসাবিদ্যার অনুশীলনের জন্য (স্পুটাম সাকশন এবং টিউবে খাওয়ানো) প্রশিক্ষণ সম্পন্নকারী নার্সিং কেয়ার কর্মী নির্দিষ্ট কিছু শর্তের অধীনে এবং ডাক্তারের নির্দেশ অনুযায়ী অনুশীলন করতে পারবে।

4-
047



জাপান অ্যাসোসিয়েশন অফ সার্টিফাইড কেয়ার ওয়ার্কার্সের নৈতিকতার জন্য নীতিমালা "গোপনীয়তা রক্ষা করা" এবং সমাজ সেবী ও নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার আইনের "গোপনীয়তার বাধ্যবাধকতার" কথা চিন্তা করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি বা তার পরিবারকে ব্যাখ্যা প্রদান করা এবং তাদের সম্মতি গ্রহণ করা প্রয়োজন।

4-
048

ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে তার কক্ষ থেকে বের হতে না দেওয়া শারীরিক নির্যাতন হিসাবে বিবেচিত হয়। মর্যাদাপূর্ণ কাজের অনুপযুক্ত।



4-
049

মলত্যাগে সহায়তা করার ক্ষেত্রে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির গোপনীয়তা বা লজ্জার অনুভূতি বিবেচনা করা প্রয়োজন এবং দরজা খোলা অবস্থায় সহায়তা প্রদান করা উচিত নয়।



4-
050

ব্যবহারকারী ব্যক্তি যদি "ঠিক আছে" বললেও হাড় ভাঙার সম্ভাবনার কারণে, নার্সিং কেয়ার কর্মী নিজে সিদ্ধান্ত না নিয়ে, নার্স বা উপস্থিত চিকিৎসকের মতো চিকিৎসা কর্মীর সাথে সহযোগিতা করা প্রয়োজন।



4-
051

সমাজ সেবী এবং নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার আইনের, "গোপনীয়তা বজায় রাখার বাধ্যবাধকতায়" "যুক্তিসঙ্গত কারণ ব্যতীত, সেই কাজ সম্পর্কিত জানতে পারা ব্যক্তির গোপনীয়তা প্রকাশ না করা" মর্মে নির্ধারণ করা হয়েছে।



4-
052

ব্যবহারকারী ব্যক্তির হুইলচেয়ারের সাথে কোমর বেল্ট সংযুক্ত করে ঐ ব্যক্তির চলাচল সীমিত করা শারীরিক সংঘম হিসাবে গণ্য করা হয় বিধায় তা করা উচিত নয়। অনিবার্য জরুরী পরিস্থিতিতে, শারীরিক সংঘমের বিষয়বস্তু, উদ্দেশ্য, সময়, সময়কাল ইত্যাদি ব্যক্তি এবং পরিবারকে সম্পূর্ণরূপে ব্যাখ্যা করে বোঝানোর প্রয়োজন রয়েছে এবং রেকর্ড তৈরি করা বাধ্যতামূলক।



4-
053

ব্যক্তিগত তথ্য পরিচালনাকারী বিজিনেস অপারেটরের, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির পূর্ব সম্মতি ছাড়া ব্যক্তিগত তথ্য তৃতীয় পক্ষকে প্রদান করা উচিত নয়। তবে, মানুষের জীবন, দেহ বা সম্পত্তির সুরক্ষার জন্য প্রয়োজন হলে এবং ব্যক্তির সম্মতি পাওয়া কঠিন হলে প্রদান করা যেতে পারে।



4-
054



ব্যক্তিগত তথ্য পরিচালনাকারী বিজিনেস অপারেটরের, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির পূর্ব সম্মতি ছাড়া ব্যক্তিগত তথ্য তৃতীয় পক্ষকে প্রদান করা উচিত নয়। সেবা প্রদানকারী সংস্থার সভায় ব্যবহারকারী ব্যক্তির ব্যক্তিগত তথ্য ব্যবহার করার সময়, ব্যক্তি বা পরিবারের সদস্যদের নিকট ব্যবহারের উদ্দেশ্য আগে থেকেই উল্লেখ করে তাদের সম্মতি নেওয়া প্রয়োজন।

4-
055



ব্যক্তিগত তথ্যের মধ্যে নথি, ড্রয়িং, ইলেক্ট্রোম্যাগনেটিক রেকর্ড অন্তর্ভুক্ত এবং মুখের ছবি ব্যক্তিকে শনাক্ত করার ব্যক্তিগত ডেটা বিধায়, ব্যক্তি বা পরিবারের সদস্যদের নিকট ব্যবহারের উদ্দেশ্য আগে থেকেই উল্লেখ করে তাদের সম্মতি নেওয়া প্রয়োজন।

4-
056



নতুন ঠিকানার সুবিধা থেকে ব্যবহারকারী ব্যক্তির ব্যক্তিগত তথ্যের জন্য অনুরোধ করা হলে, ব্যক্তি বা পরিবারের সদস্যদের নিকট ব্যবহারের উদ্দেশ্য আগে থেকেই উল্লেখ করে তাদের সম্মতি নেওয়া প্রয়োজন।

4-
057



ফায়ার সার্ভিস আইনে বছরে অন্তত দুবার অগ্নি নির্বাপণ ও স্থানান্তরণের মহড়া পরিচালনা করা বাধ্যতামূলক।

4-
058



স্থানান্তরের জন্য সহায়তা প্রয়োজন এমন ব্যক্তির তালিকা তৈরি করে, স্থানান্তরের জন্য সহায়তা ইত্যাদির সাথে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির নিকট প্রদান করা পৌরসভার মেয়রদের জন্য বাধ্যতামূলক।

4-
059



ভর্তি হওয়া সকল ব্যক্তি জীবাণু বহনকারী কিনা তা চেক করার দরকার নেই শুধুমাত্র জীবাণু বহন করা স্বাস্থ্যের উপর প্রায় কোন প্রভাব ফেলে না।

4-
060

জীবাণু বহনকারী ব্যবহারকারী ব্যক্তির বিনোদনমূলক কার্যকলাপে অংশগ্রহণ সীমাবদ্ধ করার পরিবর্তে তাদের স্বাস্থ্যের জন্য পর্যবেক্ষণ করা উচিত।



4-
061

সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণের জন্য কমিটি গঠন করে, প্রতি তিন মাসে অন্তত একবার আয়োজন করে, তার ফলাফল সম্পর্কে নার্সিং কেয়ার কর্মী বা অন্যান্য কর্মীকে পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে অবহিত করা বাধ্যতামূলক।



4-
062

তোয়ালে শেয়ার করা সংক্রমণের উৎস হতে পারে বিধায় তা করা উচিত নয়।



4-
063

ভর্তি হওয়া ব্যক্তির স্বাস্থ্যের অবস্থার কোনো অস্বাভাবিকতা লক্ষ্য করা গেলে, ডাক্তার এবং নার্সদের মতো চিকিৎসা কর্মীদের অবহিত করা।



4-
064

মলমূত্রে ব্যাকটেরিয়া থাকে বিধায়, সংক্রামক রোগ প্রতিরোধের ব্যবস্থা হিসাবে প্রতিটি ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য, ডিসপোজেবল (ব্যবহারের পর ফেলে দেওয়া) গ্লাভস পরিধান করে পরিচালনা করা উচিত। উপরন্তু, নার্সিং কেয়ার পরিচালনার আগে এবং পরে হাত ধুয়ে নিতে হয়।



4-
065

অবসাদ, ক্লান্তি এবং উদাসীনতা বার্নআউটের লক্ষণ।



4-
066



নীতিগতভাবে, মাতৃত্বকালীন ছুটির সময়কাল লালন-পালন করা শিশুর বয়স (জন্মদিনের আগের দিন) 1 বছরে পৌঁছানো পর্যন্ত। উপরন্তু, শুধুমাত্র কর্মসংস্থান অব্যাহত রাখার জন্য বিশেষভাবে প্রয়োজনীয় বলে মনে করা হলে, মাতৃত্বকালীন ছুটির সময়কাল 1 বছর এবং 6 মাস বয়স পর্যন্ত (পুনরায় বৃদ্ধি করে 2 বছর বয়স পর্যন্ত) বৃদ্ধি করা যেতে পারে।

4-
067



নার্সিং কেয়ার ছুটি, নার্সিং কেয়ারের প্রয়োজন এমন পরিস্থিতিতে থাকা উদ্ভিষ্ট পরিবারের নার্সিং কেয়ার / অন্যান্য যত্ন নেওয়ার সময় বছরে 5 দিন পর্যন্ত, দুই বা ততোধিক নার্সিং কেয়ারের উদ্ভিষ্ট ব্যক্তি থাকলে সর্বাধিক 10 দিন পর্যন্ত পাওয়া যেতে পারে। উল্লেখ্য যে, আইনটি সংশোধন করার ফলে, জানুয়ারী, 2021 সাল থেকে ঘন্টার ভিত্তিতে নার্সিং কেয়ার ছুটি নেওয়া সম্ভব।

4-
068



দুই সপ্তাহ বা তার বেশি সময় ধরে নার্সিং কেয়ারের প্রয়োজন এমন পরিবারের নার্সিং কেয়ার ক্ষেত্রে, পরিবারের প্রতিটি সদস্যের জন্য তিনবার পর্যন্ত মোট 93 দিন পর্যন্ত ছুটি কিস্তিতে নেওয়া সম্ভব।

4-
069



50 বা তার বেশি কর্মীকে নিয়োজিত করা বিজিনেস অপারেটর স্ট্রেস চেক পরিচালনা করতে বাধ্য এবং অন্যান্য বিজিনেস অপারেটরের আন্তরিক প্রচেষ্টা চালানোর বাধ্য-বাধকতা রয়েছে।

4-
070



স্ট্রেস চেক, "প্রাথমিক পর্যায়ের প্রতিরোধের" ক্ষেত্রে মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা আগে থেকে প্রতিরোধের উদ্দেশ্যে পরিচালনা করা হয়। উল্লেখ্য যে, "মাধ্যমিক পর্যায়ের প্রতিরোধের" ক্ষেত্রে প্রাথমিক পর্যায়ে মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা সনাক্ত করে, যথাযথ ব্যবস্থা গ্রহণ করা হয়। "তৃতীয় পর্যায়ের প্রতিরোধের" লক্ষ্য হল মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যায় আক্রান্ত কর্মীকে কাজে ফিরে যেতে সাহায্য করা।

4-
071



স্ট্রেস চেক পরিচালনা করার বাধ্যবাধকতা রয়েছে এমন ব্যবসা প্রতিষ্ঠানে, বছরে একবার সমস্ত কর্মীর জন্য স্ট্রেস চেক পরিচালনা করা নির্ধারণ করা হয়েছে। উল্লেখ্য যে, এক বছরের চাইতে কম সময়ের জন্য চুক্তিবদ্ধ কর্মী বা নিয়মিত কর্মীর নিয়মিত কাজের সময়ের তিন-চতুর্থাংশের কম কাজ করা খণ্ডকালীন কর্মী অব্যাহতিপ্ৰাপ্ত।



লানিং পয়েন্ট

■ নাসিং কেয়ার ওয়ার্কারের সংজ্ঞা

সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইনে, "নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার" বলতে ধারা 42, উপ-ধারা 1 এর অধীনে নিবন্ধিত হওয়ার পর, নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার নাম ব্যবহার করে, বিশেষ জ্ঞান এবং প্রযুক্তি বহন করে, দৈনন্দিন জীবন পরিচালনা করতে অসুবিধা হয় এমন ব্যক্তির শারীরিক ও মানসিক অবস্থা অনুযায়ী নাসিং কেয়ার (স্পুটাম সাকশন এবং সেই ব্যক্তির অন্যান্য দৈনন্দিন জীবনযাপনের জন্য প্রয়োজনীয় ক্রিয়াকলাপের, ডাক্তারের নির্দেশে সম্পাদন করা (স্বাস্থ্য, শ্রম ও কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের অধ্যাদেশ দ্বারা নির্দিষ্ট করা বিষয়ে সীমাবদ্ধ এর পরে "স্পুটাম সাকশন ইত্যাদি" হিসাবে উল্লেখ করা হয়েছে।) বিষয় অন্তর্ভুক্ত।) প্রদান করার পাশাপাশি সেই ব্যক্তি এবং পরিচর্যাকারীর নিকট নাসিং কেয়ারের নির্দেশিকা প্রদান করাকে (এখন থেকে "নাসিং কেয়ার ইত্যাদি" হিসাবে উল্লেখ করা হয়েছে) কাজ হিসাবে নেয়া ব্যক্তিকে বোঝায়" মর্মে নির্ধারণ করা হয়েছে।

5

যোগাযোগ প্রযুক্তি

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

5 -
001



অন্য পক্ষের মুখোমুখি হওয়ার কৌশল হল, অন্য পক্ষের কথার অমিল অসঙ্গতি, কথা ও কাজের অসঙ্গতি নির্দেশ করে, সেই প্রতিপক্ষকে তাদের সমস্যা সম্পর্কে সচেতন করার একটি কৌশল (▶ G004 দেখুন)।

5 -
002



শব্দান্তরে প্রকাশ করার কৌশল হল, অন্য পক্ষে কর্তৃক বলা শব্দকে অন্য শব্দ দিয়ে প্রতিস্থাপন করে, অন্য কথায় প্রকাশ করার একটি কৌশল। অন্য ব্যক্তির বলা কথার বিষয়বস্তু, সংগঠিত করে যোগাযোগ করা হল সংক্ষিপ্তকরণের একটি কৌশল (▶ G004 দেখুন)।

5 -
003



স্পষ্টীকরণের কৌশল হল, অন্য পক্ষের চিন্তা করার বিষয় বা অনুভব করার বিষয় কথা দিয়ে প্রকাশ করে, অন্য পক্ষকে তার চিন্তাভাবনা বা অনুভূতিকে সংগঠিত করতে সক্ষম করে তোলার একটি কৌশল (▶ G004 দেখুন)।

5 -
004



বন্ধ প্রশ্ন, মোটর ভাষার প্রতিবন্ধকতার মতো ভালভাবে কথা বলতে না পারা ব্যক্তির জন্য ব্যবহৃত হয়। শুধুমাত্র "হ্যাঁ" বা "না" দিয়ে উত্তর প্রদান করা যায় এমন প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করে, সহজে যোগাযোগ করা যায়।

5 -
005



সেই ব্যবহারকারী ব্যক্তির অনুপ্রাণিত হওয়া হ্রাস পাওয়ার কারণ জানা না থাকার কারণে, চিন্তা করার পদ্ধতি পরিবর্তন করার পরিবর্তে প্রথমত, অনুপ্রাণিত হওয়া হ্রাস পাওয়ার কারণের দিকে মনোযোগ দেওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

5 -
006



অনুপ্রেরণা হ্রাসের বিভিন্ন প্রেক্ষাপট এবং কারণ রয়েছে বিধায় পরিস্থিতি বিবেচনা করা গুরুত্বপূর্ণ। যেমন, আত্মীয় বা ঘনিষ্ঠ বন্ধু মারা যাওয়া, বার্ষিক্য বা অসুস্থতা বিষয়নতার কারণ হতে পারে।

5 -
007



অনুপ্রাণিত হওয়া হ্রাস পাওয়ার অবস্থায়ও সেই ব্যক্তির পছন্দ এবং সিদ্ধান্তকে সম্মান করা গুরুত্বপূর্ণ। নিজে সিদ্ধান্ত নেওয়ার জন্য সহায়তা করা, অনুপ্রেরণা বাড়িয়ে তোলার সুযোগ প্রদান করে।

5 -
008



দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য, "ঐ দিকে" "এই দিকে" বলে দিকনির্দেশনা প্রদান করা হলেও, বুঝা কঠিন হতে পারে বিধায় "ডান", "বাম", "সামনে" ইত্যাদির মতো শব্দ দিয়ে নির্দিষ্টভাবে কথা বলা গুরুত্বপূর্ণ।

5 -
009



মনোযোগ দিয়ে শোনার অর্থ, শুধুমাত্র শোনা নয়, অন্য পক্ষের প্রতি যথেষ্ট মনোযোগ দিয়ে, কথার আড়ালে লুকিয়ে থাকা অনুভূতি ও ভাবনাকে বোঝার জন্য শোনা। নাসিং কেয়ার কর্মীর জন্য ব্যবহারকারী ব্যক্তির বলা কথা মনোযোগ সহকারে শোনার মনোভাব থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

5 -
010



নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তির কথার বিষয়বস্তু নিজের মূল্যবোধ দিয়ে বিচার করার পরিবর্তে, কথার বিষয়বস্তু যেমনটি আছে ঠিক তেমনভাবে গ্রহণ করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির অবস্থান থেকে বোঝার চেষ্টা করার মনোভাব থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

5 -
011



সহানুভূতিশীল মনোভাব হল, সক্রিয়ভাবে অন্য পক্ষের অনুভূতি বা চিন্তা শেয়ার করা। অন্য পক্ষের অনুভূতি অনুধাবন করা হল মনোযোগ দিয়ে শোনার মনোভাব। নাসিং কেয়ার কর্মীর, ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য কথায় প্রকাশ করা অসম্ভব অনুভূতি অনুধাবন করার মাধ্যমে ব্যবহারকারী ব্যক্তির কথা শোনা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
012



এমনকি নেতিবাচক আবেগও দমন না করে যেমনটি আছে ঠিক তেমনভাবে গ্রহণ করাই গ্রহণযোগ্যতা। নেতিবাচক আবেগ দমন করা হলে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি হৃদয় খুলে দিতে পারে না বিধায় নাসিং কেয়ার কর্মীর জন্য যেমনটি আছে ঠিক তেমনভাবে গ্রহণ করার মনোভাব দেখানো গুরুত্বপূর্ণ।

5-
013



প্রথমবার সাক্ষাত করা ব্যক্তির সাথে কথা বলার সময়, নিজেও বা অন্য পক্ষও একে অপরকে খুব ভালভাবে জানে না বিধায়, হঠাৎ কথোপকথনের সারমর্মে প্রবেশ করলে, অন্য পক্ষ আত্মরক্ষা করে নার্দাস হয়ে পড়ায় কথোপকথন চালিয়ে যাওয়া কঠিন হয়ে পড়ে। দৈনন্দিন জীবনের নৈমিত্তিক ঘটনা থেকে কথা বলা শুরু করলে, স্বাচ্ছন্দ্যমূলক পরিবেশে কথোপকথন পরিচালনা করা যায়।

5-
014



কথা বলার মেজাজে নেই এমন ব্যক্তির নিকট, খোলা প্রশ্ন দিয়ে কথা চালিয়ে গেলে, বড় ধরণের বোঝার কারণ হয়ে দাঁড়ায় বিধায়, ঐ ব্যক্তির পরিস্থিতি অনুযায়ী জড়িত হওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

5-
015



খোলা প্রশ্ন ব্যবহার করার মাধ্যমে, নিজেকে স্পষ্টভাবে প্রকাশ করতে না পারা ব্যক্তির জন্য বলতে চাওয়া বিষয় সংক্ষিপ্ত করা, স্পষ্ট করা সহজ হয়ে উঠে।

5-
016



বন্ধ প্রশ্ন হল "হ্যাঁ" বা "না" দিয়ে উত্তর প্রদান করা যায় এমন প্রশ্ন। যোগাযোগের দক্ষতা হ্রাস পাওয়া ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য বন্ধ প্রশ্ন দিয়ে মোকাবেলা করা বাঞ্ছনীয়। খোলা প্রশ্নের ক্ষেত্রে অর্থ বুঝতে না পারা, উত্তর দিতে গিয়ে সমস্যায় পড়ার মতো বিভ্রান্তি বা অস্বস্তি বোধের কারণ হতে পারে।

5-
017



নাসিং কেয়ার কর্মী কর্তৃক করা প্রশ্নের ক্ষেত্রে, ব্যক্তির অবস্থা ও অনুভূতির কাছাকাছি গিয়ে, খোলা এবং বন্ধ প্রশ্ন সঠিকভাবে ব্যবহার করা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
018



স্পষ্টভাবে কথা বলতে না পারা ডিসারথ্রিয়া বা উচ্চারণমূলক ব্যাধিতে আক্রান্ত ব্যক্তিকে স্পষ্টভাবে কথা বলতে উৎসাহিত করা সেই ব্যক্তির জন্য কষ্টকর হয়ে দাঁড়ায়। যোগাযোগ করার সময়, ব্যবহারকারী ব্যক্তির শব্দে বোঝার চেষ্টা করার মনোভাব থাকা গুরুত্বপূর্ণ, যা ব্যবহারকারীদের অনুপ্রাণিত করে।

5-
019



সংবেদনশীল অ্যাফেসিয়া বা বাকরোধের ব্যাধিতে আক্রান্ত ব্যক্তির লিখিত এবং কথা ভাষা বুঝতে অসুবিধা হয়। এই কারণে, ব্যাকরণগত ভুল বা অনেক অর্থহীন শব্দ থাকে এবং নিজে নতুন শব্দ তৈরি করার প্রবণতা থাকে।

5-
020



মোটর অ্যাফেসিয়া বা বাকরোধের ব্যাধিতে আক্রান্ত ব্যক্তি ভালোভাবে কথা বলতে না পারলেও কথা বুঝতে সক্ষম হয়ে থাকে। এই কারণে, "হ্যাঁ" বা "না" দিয়ে উত্তর প্রদান করা বন্ধ প্রশ্ন বা দৃষ্টিশক্তি থেকে গ্রহণ করা তথ্য ব্যবহার করা কার্যকর হয়ে থাকে।

5-
021



শ্রবণ প্রতিবন্ধকতা আছে এমন ব্যক্তির দেখতে পায় বিধায়, ব্রেইলের (অঙ্কদের স্পর্শ দ্বারা পড়ার জন্য মুদ্রন পদ্ধতি) প্রয়োজন নেই। কার্যকরী মাধ্যমের মধ্যে ইশারা বা আঙুলের ভাষা বা লিখিত বার্তা, উক্তি পড়া ইত্যাদি রয়েছে।

5-
022



শব্দে অসুবিধা হয় এমন ব্যক্তিকে আরও ভালোভাবে শব্দ শুনতে সাহায্য করার জন্য শ্রবণের যন্ত্র ব্যবহার করা হয়। তবে, কণ্ঠস্বর ছাড়া অন্য শব্দও শুনতে যায় বিধায়, ব্যবহার করার সময়, ঐ ব্যক্তির জন্য উপযুক্ত একটি ব্যবহার করা হয়।

5-
023



দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ব্যক্তি, কান বা চামড়া, নাক, ইত্যাদি থেকে গ্রহণ করা তথ্য ব্যবহার করে, পারিপার্শ্বিক অবস্থা বিচার করে থাকে। বিপরীতভাবে, দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ব্যক্তির চারপাশে কণ্ঠস্বর উঁচু করা হলে তথ্য রোধ করা হয় বিধায় সতর্কতা অবলম্বনের প্রয়োজন রয়েছে।

5-
024



আধা-ভাষা বলতে শব্দ উচ্চারণের সময় শব্দের শক্তি ও দুর্বলতা বা স্বরধ্বনির উত্থান-পতন, দৈর্ঘ্য ইত্যাদির মতো শব্দের স্বরকে বোঝায়। আধা-ভাষায় শব্দের বাহিরে প্রেরণ করা বিভিন্ন বার্তা রয়েছে বিধায়, দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ব্যক্তির সাথে যোগাযোগ করার ক্ষেত্রে ইচ্ছাকৃতভাবে ব্যবহার করা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
025



আলোচনার বিষয়কে ব্যবহারকারী ব্যক্তির বলতে চাওয়া বিষয় বা শুনতে চাওয়া বিষয়ের উপর কেন্দ্রীভূত করা। সেটি করার মাধ্যমে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির উদ্বেগ বা আনন্দের মতো আবেগ বা সমস্যায় ভোগা বিষয়বস্তুর কাছাকাছি যাওয়া যায়।

5-
026



নাসিং কেয়ার কর্মীর মনোযোগ দিয়ে শোনার উদ্দেশ্য হল, ব্যবহারকারী ব্যক্তির অনুভূতি বা চিন্তাভাবনা শোনা ও বোঝা। ব্যবহারকারী ব্যক্তির কথার মধ্যে বিভিন্ন উপাদান রয়েছে এবং তার মধ্যে অবজেক্টিভ ফ্যাক্টও (উদ্দেশ্যগত সত্য) অন্তর্ভুক্ত থাকলেও প্রথমত, ব্যবহারকারী ব্যক্তির অনুভূতিকে গুরুত্ব দিয়ে, বোঝার চেষ্টা করা জরুরী।

5-
027



ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে কথা বলার সময় ব্যবহারকারী ব্যক্তির নীরব হয়ে থাকার সময় হল, ব্যবহারকারী ব্যক্তির স্বাধীনভাবে চিন্তা করা, বিভিন্ন ধারণার সংক্ষিপ্ত করা একটি দৃশ্যপট। ব্যবহারকারী ব্যক্তির গতির সাথে তাল মিলিয়ে, সেই সময়টি একসাথে কাটানোর মাধ্যমে, ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে স্বাধীনভাবে কথা বলার বা নিজেকে প্রকাশ করার সুযোগ প্রদান করা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
028



হতাশাগ্রস্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির নীরব থাকার সময় থাকলেও সেই নীরবতার অর্থ আছে। সেই ব্যক্তির নীরব থাকার কথা চিন্তা করে অধীর না হয়ে, কাছে টেনে নিয়ে মনস্তাত্ত্বিক বোঝা দূর করা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
029



হতাশাগ্রস্ত অবস্থায় থাকা ব্যবহারকারী ব্যক্তি কোনো কিছুতে অনুপ্রাণিত না হয়ে এবং বিরক্ত বোধ করা ইত্যাদির মতো পরিস্থিতি পরিলক্ষিত হয়। কথোপকথনকে উৎসাহিত করা বোঝা হিসাবে অনুভূত হয় বিধায় শান্তভাবে পর্যবেক্ষণ করা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
030

হতাশাগ্রস্ত অবস্থায় থাকা ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে সক্রিয়ভাবে কিছু সুপারিশ না করে, মানসিক এবং শারীরিক বিশ্রামের জন্য সময় নিশ্চিত করে, পর্যবেক্ষণ করা গুরুত্বপূর্ণ।



5-
031

হতাশাগ্রস্ত অবস্থায় থাকা ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে পর্যবেক্ষণ করার কথা অবহিত করা, ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে নিরাপত্তা এবং মানসিক শান্তির অনুভূতি প্রদান করে বিধায় নাসিং কেয়ার কর্মীর জন্য তা করা গুরুত্বপূর্ণ।



5-
032

আখ্যান শৈলী হল, সংঘটিত ঘটনাকে ছব্ব রেকর্ড করার জন্য ব্যবহৃত লেখার শৈলী। তথ্যকে উপ-ধারা অনুসারে সংগঠিত করে রেকর্ড করার লেখার শৈলী হল সারসংক্ষেপ শৈলী (➔ G004 দেখুন)।



5-
033

সারসংক্ষেপ শৈলী, রেকর্ডের বাক্য দীর্ঘ হওয়ার কারণে, মূল বিষয় বোঝা কঠিন হয়ে পড়াকে পরিহার করার উদ্দেশ্যে ব্যবহৃত হয়। অগ্রগতি, দীর্ঘ চলমান কেস রেকর্ড ইত্যাদির জন্য ব্যবহৃত হয় (➔ G004 দেখুন)।



5-
034

ব্যাখ্যার শৈলী, সংঘটিত বিভিন্ন ঘটনার অর্থ বিশ্লেষণ বা ব্যাখ্যা বর্ণনা করতে ব্যবহৃত হয় (➔ G004 দেখুন)।



5-
035

আক্ষরিক শৈলী, পরিবর্তন ছাড়াই ব্যবহারকারী ব্যক্তি এবং নাসিং কেয়ার কর্মী মধ্যে মিথস্ক্রিয়াকে রেকর্ড করা বস্তু। মাথা নাড়ানো এবং হাসিও রেকর্ড করা হয় (➔ G004 দেখুন)।



5 -
036

নাসিং কেয়ার কর্মী দ্বারা তৈরি রিপোর্ট, নীতিগতভাবে প্রথমে ঘটনা ঘটনার বাস্তব উপসংহার দিয়ে রিপোর্ট করা হয়।



5 -
037

নাসিং কেয়ার কর্মী কর্তৃক রিপোর্ট তৈরি করতে পরিকল্পিত সময়ের চাইতে বেশি সময়ের প্রয়োজন হলেও, ব্যবহারকারী ব্যক্তির পরিস্থিতি ও অগ্রাধিকারের বিষয়গুলির পরিবর্তন হতে পারে বিধায়, প্রয়োজন অনুসারে প্রতিবার রিপোর্ট করা হয়।



5 -
038

নাসিং কেয়ার কর্মী কর্তৃক তৈরি করা রিপোর্টের ক্ষেত্রে, রিপোর্ট করা অন্য পক্ষের জন্য রিপোর্টের বিষয়বস্তু ভুল বুঝা বা নিজের মতো করে গ্রহণ না করার জন্য, রিপোর্টের বিষয়বস্তুকে সুনির্দিষ্ট ভাষায় প্রকাশ করা গুরুত্বপূর্ণ।



5 -
039

নাসিং কেয়ার কর্মী কর্তৃক তৈরি করা রিপোর্ট নির্দেশনা প্রদানকারী ব্যক্তি এবং নাসিং কেয়ার কর্মীর মধ্যে বিনিময় করা হয় বিধায়, নির্দেশনা পাওয়া সম্পর্কিত কাজের রিপোর্ট, অবশ্যই নির্দেশনা প্রদানকারী ব্যক্তির নিকট রিপোর্ট করা এবং পরিস্থিতি নিশ্চিত করা গুরুত্বপূর্ণ।



5 -
040

নিজের অনুমান সত্য ঘটনা থেকে ভিন্নতর হয়ে থাকে বিধায়, সত্য ঘটনা ও অনুমানকে স্পষ্টভাবে আলাদা করে রিপোর্ট করা গুরুত্বপূর্ণ।



5 -
041

মৌখিক প্রতিবেদনে, প্রথমে উপসংহার অবহিত করার পর, সুসংগত অনুক্রমে অগ্রগতি রিপোর্ট করা হয়। দুর্ঘটনার রিপোর্টের জন্য অবিলম্বে ব্যবস্থা গ্রহণের কিছু ঘটনা আছে বিধায়, অগ্রগতি রিপোর্ট করতে সময় লাগে এবং সাড়া প্রদান করার ক্ষেত্রে অসুবিধা হতে পারে।



5-
042



দুর্ঘটনার রিপোর্ট সংরক্ষণ করার পাশাপাশি, একই দুর্ঘটনা যাতে না ঘটে সেজন্য পুরো দলের সাথে শেয়ার করাও গুরুত্বপূর্ণ লক্ষ্য হিসাবে বিবেচিত হয়। সেই প্রতিবেদন পাওয়ার পর দলটি, কেন দুর্ঘটনাটি ঘটেছিল এবং দুর্ঘটনার জন্য সাড়া প্রদান করা যথাযথ ছিল কিনা, সে সম্পর্কে জানতে পারবে।

5-
043



দুর্ঘটনার রিপোর্টের ক্ষেত্রে, এমনকি গৌণ বিষয়ও, গুরুতর দুর্ঘটনার কারণ হতে পারে। দুর্ঘটনার দ্রুত রিপোর্ট করা গুরুত্বপূর্ণ।

5-
044



দুর্ঘটনা ঘটার সময় করণীয় বিষয় নার্সিং কেয়ার কর্মীর সিদ্ধান্তের সাথে জড়িত বিধায়, তাই একসাথে রিপোর্ট করা হয়।

5-
045



দুর্ঘটনার প্রতিবেদন রেকর্ড করার পাশাপাশি একই সাথে মৌখিক প্রতিবেদন তৈরি করার মাধ্যমে, সেই সময়কার আবহকে অবহিত করা, পরিস্থিতি উপলব্ধি করা সহজ করে তোলে।

5-
046



তথ্য আদান-প্রদানের পাশাপাশি সভা হল, সমস্যা সমাধানেরও একটি স্থান।

5-
047



সভা সুষ্ঠুভাবে পরিচালনা করার জন্য, উপরন্তু, নিজের মতামত নিয়ে অংশগ্রহণ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য আগে থেকে ডকুমেন্টের উপর চোখ বুলানো হয়।

5 -
048

কেয়ার কনফারেন্স ব্যবহারকারী ব্যক্তি বা সেই পরিবারের অভিপ্রায় ও ইচ্ছার উপর ভিত্তি করে, আরো ভাল নার্সিং কেয়ার প্রদানের জন্য আয়োজন করা হয়।



5 -
049

সুপারভাইজার, শিক্ষা গ্রহণকারীর জ্ঞান বা প্রযুক্তি, দক্ষতা উন্নত করাকে লক্ষ্য হিসাবে নিয়ে কাজ করে।



5 -
050

ব্রেইনস্টর্মিং এ অন্যের মতামতের সমালোচনা করা হয় না। সমালোচনা না করার মাধ্যমে বিভিন্ন মতামত স্বাধীনভাবে প্রকাশ করা যায়।





লানিং পয়েন্ট

■ কাউন্সেলিং এর কৌশল

প্রযুক্তি	বিষয়বস্তু
মুখোমুখি হওয়া	অন্য পক্ষের কথার অমিল অসঙ্গতি, কথা ও কাজের অসঙ্গতি নির্দেশ করার একটি কৌশল।
সারসংক্ষেপ	এ পর্যন্ত শুনা বিষয় সংক্ষিপ্ত করে সেই ব্যক্তিকে অবহিত করার একটি কৌশল।
পুনরাবৃত্তি	অন্য পক্ষের কথা ছবছ পুনরাবৃত্তি করার কৌশল।
শব্দান্তরে প্রকাশ করা	অন্য পক্ষের কর্তৃক বলা শব্দকে অন্য শব্দ দিয়ে প্রতিস্থাপন করে, অন্য কথায় প্রকাশ করার একটি কৌশল।
প্রতিফলন	অন্য পক্ষ কর্তৃক বলা শব্দ বা অঙ্গভঙ্গির মতো অ-মৌখিক অভিব্যক্তি গ্রহণ করে, অন্য পক্ষকে অবহিত করার কৌশল।
ফোকাস করা	অন্য পক্ষের বলতে চাওয়া বিষয়বস্তুর উপর ফোকাস বা মনোনিবেশ করে, কথার দিক নির্দেশনা প্রদান করার একটি কৌশল।
প্রশ্ন	অন্য পক্ষের কথা অর্থবহ করা, অর্থ উদ্ধারের কৌশল।
স্পষ্টীকরণ	অন্য পক্ষের না বলা কথা, অস্পষ্ট বিষয় বা অনুভূতি স্পষ্ট করার কৌশল।

■ রেকর্ডিংয়ের শৈলী

রেকর্ডিংয়ের শৈলী	বিষয়বস্তু
আখ্যান শৈলী	সংঘটিত ঘটনাকে ছবছ রেকর্ড করার জন্য ব্যবহৃত লেখার শৈলী।
সারসংক্ষেপ শৈলী	তথ্যকে উপ-ধারা অনুসারে সংগঠিত করে রেকর্ড করার লেখার শৈলী।
ব্যাখ্যার শৈলী	ঘটনার অর্থ বিশ্লেষণ বা ব্যাখ্যা বর্ণনা করতে ব্যবহৃত লেখার শৈলী।
আক্ষরিক শৈলী	অন্য পক্ষের সাথে মিথস্ক্রিয়া ছবছ রেকর্ড করার সময় ব্যবহৃত লেখার শৈলী।

6

জীবনযাপনে সহায়তা প্রদানকারী
প্রযুক্তি

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

6-
001



আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করার উদ্দিষ্ট ব্যক্তি, শুধুমাত্র নিজের অভিপ্রায় প্রকাশ করতে সক্ষম ব্যবহারকারী ব্যক্তির মধ্যে সীমাবদ্ধ নয়। নিজের অভিপ্রায় প্রকাশ করতে সক্ষম নয় এমন ব্যবহারকারী ব্যক্তির জীবনের চাহিদা সম্পর্কে, সুপ্ত সম্ভাবনা বের করে এনে প্রতিনিধিত্ব করা (অ্যাডভোকেসি) নাসিং কেয়ার কর্মীর গুরুত্বপূর্ণ কাজ।

6-
002



নাসিং কেয়ার কর্মীর, ঐ ব্যক্তির জীবনযাপনের অভ্যাস বা মূল্যবোধকে সম্মান জানিয়ে, মর্য়াদার সাথে কাজ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা করা দরকার।

6-
003



সেই ব্যক্তির বিকাশ, উন্নয়নমূলক বয়সের উপর মনোনিবেশ করার পাশাপাশি, ব্যক্তির চিন্তাধারা, মূল্যবোধ, পছন্দ, আত্মসম্মান গড়ে তোলার জন্য প্রাসঙ্গিক জীবন ইতিহাস (লাইফ হিস্টোরি) উপলব্ধি করে, জীবনকে সহায়তা করা অনুশীলন করা প্রয়োজন।

6-
004



"স্বাস্থ্যের অবস্থা" এবং "মানসিক ও শারীরিক কার্যকারিতা / শারীরিক গঠন" ছাড়াও, "কর্মকাণ্ড" "অংশগ্রহণ" এর প্রতিটি জীবনের ফাংশনের সাথে যোগ করে, "পরিবেশগত কারণ" এবং "ব্যক্তিগত কারণ" এর মতো ব্যাকগ্রাউন্ড ফ্যাক্টরের উপর জোর দিয়ে ব্যবহারকারীর জীবনের চাহিদা আহরণ করা।

6-
005



মানুষ অবচেতনভাবে শক্তিশালী হলেও, বিভিন্ন কারণে সেই শক্তি প্রদর্শন করতে সক্ষম নাও হতে পারে। সেই শক্তি প্রদর্শন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য নাসিং কেয়ার কর্মীর সহায়তা করার প্রয়োজন রয়েছে।

6-
006



অনেক বছর ধরে জীবনযাপনে অভ্যস্ত এলাকায় বসবাস করা অব্যাহত রাখা, বয়স্কদের জন্য পূর্বপুরুষদের দ্বারা নির্মিত মানুষের মধ্যে সম্পর্ক বা অঞ্চল অধিগ্রহণের সুবিধা গ্রহণ করে জীবনকে সমৃদ্ধ করতে সহায়তা করে।

6-
007



জাপানের ঐতিহ্যবাহী জাপানি ধাঁচের জীবনধারা ক্ষেত্রে মেঝেতে বসার স্টাইল বিদ্যমান থাকলেও, সাম্প্রতিক বছরগুলিতে ইউরোপ, আমেরিকা থেকে প্রবর্তিত পশ্চিমা ধাঁচের জীবনধারা সাথে মিশ্রিত হওয়া সারগ্রাহী স্টাইল বিদ্যমান আছে।

6-
008



মেঝে থেকে উঠে দাঁড়ানো গতিবিধি বা জাপানি স্টাইলের বিছানা উপরে বা নিচে নামানো কঠিন হয়ে দাঁড়ায় বিধায়, মূলত বিছানায় ঘুমাতে যাওয়া। বিছানা তৈরি বা পরিচর্যাকারীর পাশাপাশি হুইলচেয়ার ঘোরানোর জন্য জায়গা সুরক্ষিত করাও গুরুত্বপূর্ণ।

6-
009



পাশ্চাত্য-শৈলীর টয়লেটের আসনের পৃষ্ঠটি নিচু করলে বসার সময় বা দাঁড়ানোর সময় হাঁটুতে চাপ পড়ে, তাই আসনটি সামান্য উঁচু করা হয়। উপরন্তু, শীতকালে হিট শক রোধ করার জন্য হিটিং সিস্টেম ইনস্টল করা প্রয়োজন।

6-
010



বাথটাবে প্রবেশ বা বাথটাব থেকে বের হওয়ার জন্য স্থানান্তরের বোর্ড, হ্যান্ড রেইল, পিছলানো রোধ করার জন্য ম্যাট ইত্যাদি স্থাপন করাও গুরুত্বপূর্ণ।

6-
011



ঘরের আসা-যাওয়া পথের উপর কর্ড জাতীয় বস্তু স্থাপন করা হলে, সহজে পায়ে আটকে, পতনের কারণ হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। কর্ডের উপর ঢাকনা সংযুক্ত করা হলেও হেঁচট খাওয়ার সম্ভাবনা আছে বিধায় যতটা সম্ভব ঘরের কোণে বেঁধে রাখার মতো নিরাপত্তা ব্যবস্থা গ্রহণ করা।

6-
012



জাপানি স্টাইলের বিছানা জোরে আঘাত করলে, উল্টো কীটের মৃতদেহ বা পরাগ ছড়িয়ে পড়ে, বিছানার কাপড় ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে ধুলো সহজেই বেরিয়ে আসে বিধায়, ভ্যাকুয়াম ক্লিনার দিয়ে শুষ্ক নেওয়ার প্রয়োজন রয়েছে।

6-
013



আসবাবপত্রে কাস্টার সংযুক্ত করার পরিবর্তে, আসবাবপত্র আবদ্ধ করা নন-স্লিপ ম্যাট বা পতন রোধ করার বার সংযুক্ত করার পরামর্শ দেওয়া হয়। কাস্টার সংযুক্ত আসবাবপত্রে স্টপার সংযুক্ত করে, ভূমিকম্পের কারণে উল্টে যাওয়া এবং পতনের বিরুদ্ধে ব্যবস্থা গ্রহণ করা হয়।

6-
014



বাইরে যাওয়ার জন্য কমপক্ষে দুটি পালানোর পথ সুরক্ষিত করা হয়। ভূমিকম্পের কারণে পতনশীল বস্তু, পতন, ভবন কাত হয়ে পড়ার কারণে পালানোর পথ অবরুদ্ধ হতে পারে। আগে থেকে পালানোর পথ বা নিরাপদ স্থান ইত্যাদির জন্য গৃহীত ব্যবস্থা নিশ্চিত করা হয়।

6-
015



স্বয়ংক্রিয় দরজার পরিবর্তে স্লাইডিং দরজা দিয়ে দরজা প্রতিস্থাপন করা নাসিং কেয়ার বীমার লক্ষ্যবস্তু হিসাবে বিবেচিত হয়। ডোর নব, স্লাইডিং দরজার গিয়ার স্থাপন, দরজা অপসারণ, দরজা প্রতিস্থাপনের সাথে দেয়াল বা পিলার মেরামতের মতো কাজের বিষয় অন্তর্ভুক্ত।

6-
016



পিছলানো রোধ করতে এবং চলাচলের সুবিধার্থে মেঝে বা ওয়াকওয়ের উপাদান পরিবর্তন করা যায়। লিভিং রুম বা বাথরুমের মেঝে পরিবর্তন করা, মেঝের উপাদান পরিবর্তন করার কারণে বেস মেরামত এবং শক্তিশালীকরণ, পা রাখার জায়গা প্রস্তুতি রাখার মতো বিষয়বস্তুও অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

6-
017



বর্তমানে ব্যবহৃত টয়লেটে ওয়াশিং ফাংশন যোগ করা যায় না। জাপানি ধাঁচের পানি দিয়ে ধোয়া টয়লেটকে প্রতিস্থাপন পাশ্চাত্য ধাঁচের টয়লেটের সাথে প্রতিস্থাপন করা এবং টয়লেট প্রতিস্থাপনের সাথে মেঝের উপাদান পরিবর্তন করার বিষয়বস্তু অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। নির্মাণের প্রয়োজন নেই এমন বসার টয়লেট সিট, পানি দিয়ে ধোয়া সম্পর্কিত নির্মাণ অন্তর্ভুক্ত নয়।

6-
018



বয়স্ক ব্যক্তিদের অগ্রাধিকার না দিয়ে যে কেউ সমানভাবে ব্যবহার করতে সক্ষম হওয়ার কথা চিন্তা করা হয়। ইউনিভার্সাল ডিজাইনকে, যে কেউ ব্যবহার করতে সক্ষম হওয়ার জন্য তৈরি করা এবং সহজলভ্য হওয়া, যে কেউ একই পদ্ধতিতে ব্যবহার করতে সক্ষম হওয়া ন্যায়সঙ্গত বস্তু হওয়া মর্মে নির্ধারণ করা হয়।

6-
019



যোগাযোগের মাধ্যমকে একটিতে একত্রিত না করে, প্রয়োজনীয় তথ্য সহজেই উপলব্ধি করতে সক্ষম হওয়াকে বোঝায়। ব্যবহারকারী ব্যক্তির দৃষ্টিশক্তি এবং শ্রবণশক্তির মতো সংবেদনশীল ক্ষমতা নির্বিশেষে, গুরুত্বপূর্ণ তথ্য পর্যাপ্তভাবে অবহিত করার জন্য ছবি, অক্ষর এবং স্পর্শের মতো বিভিন্ন পদ্ধতি একসাথে ব্যবহার করা হয়

6-
020



সকল শারীরিক বৈশিষ্ট্য, ভঙ্গি, চলনভঙ্গীর ব্যক্তির জন্য, অ্যাক্সেস সহজ করে, সহজে পরিচালনা করার স্থান বা আকার প্রদান করা হয়। গুরুত্বপূর্ণ জিনিসকে সহজে দৃশ্যমান করে এবং পৌঁছানো সহজ করে, উপরন্তু সহায়ক ডিভাইস বা পরিচর্যকর্মীর জন্য যথেষ্ট জায়গা সুবক্ষিত করা।

6-
021



স্পিনোসেরেবেলার ডিজেনারেশন হল একটি স্নায়বিক রোগ যার প্রধান উপসর্গ হল অ্যাটাক্সিয়া এবং নিচের অঙ্গের অ্যাটাক্সিয়ার কারণে চলাফেরার ব্যাঘাত, ডিসার্থরিয়া, উপরের অঙ্গের অ্যাটাক্সিয়ার কারণে পারকিনসনের উপসর্গ দেখা দেয়। উচ্চ স্থিতিস্থাপকতার মেঝের উপাদান টলমল করে, হেঁচট খাওয়ার কারণ হতে পারে বিধায় উপযুক্ত নয়

6-
022



বাসস্থান পরিবর্তনের কারণে প্রতিকূল প্রভাবের (রিলোকেশন ডেমেজ) ঝুঁকি এড়িয়ে চলে, যেখানেই বসবাস করা হোক না কেন নিজের ঘরে নিরাপদ বোধ করা গুরুত্বপূর্ণ।

6-
023



প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য সহায়তা সুবিধা হল, প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনের (প্রতিবন্ধী ব্যক্তির দৈনন্দিন ও সামাজিক জীবনের জন্য ব্যাপক সহায়তার জন্য আইন) ভিত্তিতে একটি নার্সিং কেয়ার সুবিধা এবং এটি প্রতিবন্ধী সহায়তা শ্রেণীবিভাগ 4 বা তার বেশির (50 বছর বা তার বেশি বয়সীদের জন্য প্রতিবন্ধী সহায়তা শ্রেণীবিভাগ 3 বা তার বেশি) প্রতিবন্ধী ব্যক্তির ক্ষেত্রে প্রযোজ্য।

6-
024

জীবনযাপন করা মূল ব্যক্তি হল ব্যবহারকারী ব্যক্তি এবং ইচ্ছা, রুচি, মূল্যবোধ ইত্যাদি উপলব্ধি করে নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে সহায়তা করা প্রয়োজন।



6-
025

ফিজিওথেরাপিস্ট সুবিধা বা বাড়িতে জীবনযাপনের ক্ষেত্রে দৈনন্দিন জীবনের কার্যকলাপ বিশ্লেষণ এবং মূল্যায়ন করে। দূরদর্শী জীবন যাপন করার জন্য, নার্সিং কেয়ার কর্মী সাথে সহযোগিতা করে সমর্থন করা হয়।



6-
026

আঙুলের সূক্ষ্ম নড়াচড়া কঠিন হওয়ার ক্ষেত্রে ছোট বোতাম সমস্যার সৃষ্টি করে। তাই, চুম্বক টাইপ হয়ে থাকে।



6-
027

সংক্রমণ রোধ করতে, চোখের ভেতরের কোণ থেকে চোখের পার্শ্বীয় কোণের দিকে মোছা হয়। গরম পানিতে ভিজিয়ে গজ দিয়ে মুছলে চামড়ার কোনো ক্ষতি হয় না।



6-
028

বয়স্ক মানুষের নখ ভঙ্গুর হয়ে থাকে বিধায় বড় করে না কেটে ছোট ছোট করে কাটতে হয়।



6-
029

নির্বাহী কার্যে ঘাটতির ক্ষেত্রে, পদ্ধতি সম্পর্কে চিন্তা করে সম্পাদন করা কঠিন হয়ে থাকে। এই কারণে, পরিধান করার ক্রম অনুযায়ী একটি একটি হস্তান্তর করার জন্য সহায়তা করা হয়।



6-
030

নির্বাহী কার্যে ঘাটতির ক্ষেত্রে, শুধুমাত্র ভাষার মাধ্যমে ব্যাখ্যা করা হলে বোঝা কঠিন হতে পারে। এই কারণে, অঙ্গভঙ্গির মতো ক্রিয়ার সাথে দেখানো হলে বোঝা সহজ হয়।



6-
031

স্থানান্তর / নড়াচড়া করার বিষয়ে সিদ্ধান্ত নেওয়া ব্যক্তির জন্য নির্দিষ্ট করা একটি বিষয়। নিজের শক্তি দিয়ে চলাচল করা কঠিন হলে বা নিজের ইচ্ছা প্রকাশ করা কঠিন হলেও, সেই ব্যক্তির অভিপ্রায় উপলব্ধি করে, উদ্দেশ্য ও কর্ম সম্পর্কে ব্যাখ্যা প্রদান করে সম্মতি গ্রহণ করা গুরুত্বপূর্ণ।



6-
032

উভয় নিচের অঙ্গের পেশী শক্তি হ্রাস পাওয়ার ক্ষেত্রে, উপরের অঙ্গের শক্তি ব্যবহার করে, স্লাইডিং বোর্ড ব্যবহার করার মাধ্যমে বিছানা থেকে ভুলচেয়ারে নিরাপদে স্থানান্তর করাকে আংশিকভাবে সহায়তা করা সম্ভব হয়। আরো নিরাপদ করতে বেডসাইডে হ্যান্ড রেইল স্থাপন করা কার্যকর হয়ে থাকে।



6-
033

প্রথমত, ব্যবহারকারী ব্যক্তির ঘরের বাইরে যাওয়ার চাহিদার ধরন উপলব্ধি করার মাধ্যমে, বাইরে যাওয়ার পরিকল্পনা তৈরি করা হয়। বাইরে যাওয়ার উদ্দেশ্য বা ইচ্ছা, মানসিক এবং শারীরিক অবস্থা, ভুলচেয়ার ব্যবহারের পরিবেশ ইত্যাদির মতো তথ্য সংগ্রহ করার পরে, মূল ব্যক্তির সাথে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা হয়।



6-
034

জোনিং হল জীবনের কর্মকাণ্ডের সাথে সম্পর্কিত বিষয়কে, কাছাকাছি নিয়ে আসা বা সাজানোর প্রক্রিয়া।



6-
035

বডি মেকানিক্সে মেঝে দ্বারা সমর্থিত শরীরের অংশকে প্রশস্ত করে, শরীরকে স্থিতিশীল করে, অভিকর্ষ কেন্দ্রের নড়াচড়া স্থিতিশীল করা হয়। উপরন্তু, মাটির সাথে যোগাযোগের পৃষ্ঠ, ঘর্ষণপৃষ্ঠের এলাকা বৃদ্ধি পাওয়ার কারণে ব্যবহারকারী ব্যক্তির শরীরকে স্থিতিশীল করার কার্যকারিতাও রয়েছে।



6-
036



পক্ষাঘাতগ্রস্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির আক্রান্ত বা অসুস্থ দিকে, গতির পক্ষাঘাত বা সংবেদনশীল পক্ষাঘাত বিদ্যমান থেকে, নিজে থেকে ঠিকমতো নড়াচড়া করতে না পারা, ব্যথা বা অসাড়তা অনুভব করা কঠিন হতে পারে। নাসিং কেয়ার কর্মী আক্রান্ত বা অসুস্থ দিকের অবস্থা বোঝার পর অবস্থান, গতিবিধি, অতিবাহিত সময়ের দিকে মনোযোগ প্রদান করে।

6-
037



আগাম প্রস্তুতির মাধ্যমে পরিবেশ ও স্থান প্রস্তুত করে এবং নিরাপদ নাসিং কেয়ার প্রদান করা সম্ভব হয়। দুর্ঘটনা রোধে আগে থেকে জিনিসপত্র পরীক্ষা বা সমন্বয় করারও প্রয়োজন রয়েছে।

6-
038



নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তির ডানদিকের পিছনে দাঁড়িয়ে থাকে। আক্রান্ত দিকে শক্তি না থাকার কারণে, আক্রান্ত দিকের পিছনে দিকে পড়ে যাওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে। সেজন্য আক্রান্ত দিকে (ডান পিছনে) অবস্থান করে, ডান হাতকে সমর্থন করে, এক দিকের হাত কোমরের উপর রেখে শরীরকে সমর্থন করা হয়।

6-
039



নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তির অসুস্থ দিকের সামনে অবস্থান করে। ডান হাতকে সমর্থন করে, এক দিকের হাত কোমরের উপর রেখে শরীরকে সমর্থন করা হয়। আক্রান্ত দিককে সমর্থন করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির ভারসাম্য স্থিতিশীল করা যেতে পারে।

6-
040



শুধুমাত্র কঙ্জির ক্ষেত্রে পরিচর্যাকারী, ব্যবহারকারী ব্যক্তি উভয়েরই জন্য বোঝা হয়ে দাঁড়ায়। নাসিং কেয়ার কর্মী মেঝে দ্বারা সমর্থিত শরীরের অংশকে প্রশস্ত করে, অভিকর্ষ কেন্দ্রের অবস্থান নিচু করে। ব্যবহারকারী ব্যক্তির অভিকর্ষ কেন্দ্রের কাছাকাছি এসে, আরো বড় পেশী গ্রুপ ব্যবহার করে শরীরের উপরের অংশ উত্তোলিত করা হয়।

6-
041



লফস্ট্যান্ড ক্লাচ গ্রিপ এবং বাহুর দুটি পয়েন্টে দিয়ে শরীরের ওজনকে সমর্থন করে বিধায়, আঙুল ও কঙ্জিতে সমস্যা থেকে, শুধুমাত্র গ্রিপ দিয়ে শরীরকে সমর্থন করা কঠিন হওয়া ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য ব্যবহৃত হয়।

6-
042



পরিচর্যাকারী ব্যবহারকারী ব্যক্তির আক্রান্ত দিকে দাঁড়িয়ে, বাম দিকে পড়া যাওয়া রোধ করে। উঠে দাঁড়ানো থেকে পরবর্তী পদক্ষেপে যাওয়ার জন্য সুস্থ দিকটি ব্যবহার করা। চলাচল করার দিকে মুখ ঘুরিয়ে সনাক্ত করার মাধ্যমে, উদ্বেগ কমাতেও সাহায্য করে

6-
043



সামনের দিক দিয়ে নামলে ব্যবহারকারী ব্যক্তি সামনের দিকে ঝুঁকে পড়ে, অস্থিতিশীল হয়ে ওঠে। ভয়ের অনুভূতি প্রদান করে বিধায়, পিছন দিক দিয়ে নিচে নামা। পরিচর্যাকারীও তার হাঁটু বাঁকিয়ে কোমর নিচু করে, ধাপের কাছে থেকে ড্রাইভ হুইল শান্তভাবে নিচে নামায়।

6-
044



খাড়া নিচের দিকে অবশ্যই পিছনের দিক দিয়ে এগিয়ে যাওয়া। সামনের দিক দিয়ে এগিয়ে গেলে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি সামনের দিকে ঝুঁকে পড়ে, অস্থিতিশীল হয়ে ওঠে। খাড়া চালু পথে গতি বৃদ্ধি পায় বিধায় ভয় পাইয়ে না দেবার ব্যাপারে সতর্কতা অবলম্বন করা।

6-
045



শ্বাস নিতে কষ্ট হলে, চিৎ হয়ে শোয়ার চাইতে অর্থোপনিক অবস্থান ভালো হয়ে থাকে।

6-
046



নিরাপদে পথ প্রদর্শন করতে তির্যকভাবে অর্ধেক ধাপ এগিয়ে দাঁড়ানো। হাঁটার গতি দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ব্যক্তির গতির সাথে মিলিয়ে নিয়ে, সর্বদা দুই জনের চওড়াই মাথায় রেখে পথ প্রদর্শন করা।

6-
047



নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তির হাঁটু, কাঁধের ক্রমে নিচু করার মাধ্যমে, উপরের অঙ্গ স্বাভাবিকভাবেই ঘোরে বিধায়, সামান্য শক্তি দিয়ে পাশে শোয়ানোর নাসিং কেয়ার প্রদান করা সম্ভব হয়। কোমর সমর্থন করার মাধ্যমে পাশে শোয়ানোর সময় ঘটা কটিদেশীয় এলাকার মোচড়ানো হ্রাস করা যায়।

6-
048

পারকিনসন্স রোগে পোস্টুরাল রিফ্লেক্সের প্রতিবন্ধকতার কারণে হাঁটাচলা অস্থিতিশীল হয় বিধায়, কোণে জোরালোভাবে ঘুরালে ভারসাম্য হারিয়ে পড়ে যাওয়ার ঝুঁকি বৃদ্ধি পায়।



6-
049

সুযুন্মাকাণ্ড বা মেরুরজ্জুতে (স্পাইনাল কর্ড) আঘাত প্রাপ্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তি দীর্ঘ সময় একই ভঙ্গিতে থাকলে, সহজেই অর্থোস্ট্যাটিক হাইপোটেনশন এবং প্রেসার আলসার (বেডসোর) হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। উপরন্তু, তাপ নিয়ন্ত্রক বা থার্মোরেগুলেটরি ফাংশনও ক্ষতিগ্রস্ত হয় বিধায় অবস্থান পরিবর্তন, চাপ মুক্ত করা, পোশাক সমন্বয় ইত্যাদি করা হয়।



6-
050

এনজিনা বা কণ্ঠনালীর প্রদাহের নির্ণয়ের উদ্দিষ্ট ব্যবহারকারী ব্যক্তির খিঁচুনির সময় ব্যবহারের উদ্দেশ্যে, জিহ্বার নীচে রাখা নাইট্রেট ট্যাবলেট বা স্প্রে নির্ধারণ করা হয়। বাইরে থাকার সময় খিঁচুনি দেখা দেয়ার সময়েও, দ্রুত ব্যবস্থা গ্রহণ করা উদ্দেশ্যে পরিচর্যা কারী বহন করছে কিনা তা নিশ্চিত করা।



6-
051

সম্পূর্ণ সহায়তা করার ক্ষেত্রেও সমর্থন করলে দাঁড়ানো অবস্থানে থাকা বা অল্প সময়ের জন্যও দাঁড়ানো অবস্থানে থাকতে পারে। পরিচর্যা কারীর উদ্যোগে নয়, ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য উপযুক্ত কল্যাণমূলক সরঞ্জাম ব্যবহার ইত্যাদি সম্পর্কে অভিপ্রায় নিশ্চিত করে সহায়তা করা।



6-
052

স্যাট্রাল অঞ্চল প্রেসার আলসারের (বেডসোর) জন্য পছন্দের সাইট, আবিষ্কৃত হলে চিকিৎসা সেবার পেশাদারকে অবহিত করা। উপরন্তু, প্রেসার আলসারের (বেডসোর) কারণ পরীক্ষা করে, অন্যান্য পেশাদারের সাথে সহযোগিতার মাধ্যমে ব্যবস্থা গ্রহণ করা।



6-
053

প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিষেবা এবং সহায়তা আইনে (প্রতিবন্ধী ব্যক্তির দৈনন্দিন ও সামাজিক জীবনের জন্য ব্যাপক সহায়তার জন্য আইন) স্থাপন করা হয়েছে। শারীরিক প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য সহায়ক ডিভাইস হিসাবে, কৃত্রিম অঙ্গ, বন্ধনী, বসার অবস্থান ধরে রাখার যন্ত্র, ওয়াকার, হাঁটার সহায়তা করা লাঠি (একক লাঠি ছাড়া), গুরুতরভাবে প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য যোগাযোগের যন্ত্র রয়েছে।



6-
054

BMI উচ্চতা এবং ওজন থেকে পরিমাপ করা হয়। স্ট্যান্ডার্ড মানের যত কাছাকাছি যাওয়া যায়, অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি তত কম হয়।



055

ওসেচি হল নববর্ষের সময় খাওয়া একটি উদযাপনের খাবার। সাধারণ উদাহরণ হিসাবে সেটসুবুনে ইহোমাকি ইত্যাদি রয়েছে।



6-
056

চিবুক হালকাভাবে টানার ভঙ্গি গ্রহণ করা। মাথা পিছনে কাত করলে খাদ্যনালী এবং কণ্ঠনালী সোজা হয়ে গিয়ে, খাদ্য আরও সহজে ফুসফুসে পৌঁছানোর সুযোগ পায় বিধায় অ্যাসপিরেশন নিউমোনিয়ার কারণ হয় (► G005 দেখুন)।



6-
057

জিহ্বার নড়াচড়া বা লালা গ্রন্থি উদ্দীপিত করে, গলঃধরনের প্রতিবর্তী ক্রিয়া বা রিফ্লেক্স ঘটানো সহজতর করা হয়। খাবার সহজে গিলে ফেলার জন্য, ভালভাবে চিবিয়ে, সহজে গিলে ফেলা খাবারের পিণ্ডে পরিণত করা গুরুত্বপূর্ণ বিধায়, খাওয়ার আগে গিলে ফেলার ব্যায়াম করা কার্যকর হয়ে থাকে।



6-
058

মূল ব্যক্তির ইচ্ছার কথা শুনে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি তার নিজস্ব গতি অনুযায়ী খাওয়ার গ্রহণ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সুযোগ প্রদান করা। চিবানোর সময় অসতর্কভাবে কথা বললে, চিবানো বা গিলতে মনোনিবেশ করতে না পারার কারণে আকস্মিকভাবে গিলে ফেলার ঘটনা ঘটতে পারে।



6-
059

মুখের মধ্যে খাবার অবশিষ্ট থাকা অবস্থায় দাঁত ব্রাশ করা বা গার্গল করার হলে আকস্মিকভাবে গিলে ফেলার ঝুঁকি থাকে। হেমিপ্লেজিয়ায় আক্রান্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য, আক্রান্ত দিকের মুখের ভিতর যত্ন সহকারে পরীক্ষা করার প্রয়োজন রয়েছে।



6-
060



সম্পূর্ণ নকল দাঁত, উপরের এবং নীচের চোয়ালের সমস্ত অংশ ঢেকে ফেলার জন্য তৈরি করা হয় এবং দাঁতের মাড়ির মৌলিক ঝিল্লিতে শোষণ করে ব্যবহার করা হয়। পরিধান করার সময়, প্রথমে বড় আয়তনের উপরের চোয়ালে পরিধান করিয়ে, ছোট নীচের চোয়াল থেকে প্রথমে সরিয়ে ফেললে পরিধান করা বা খোলা কঠিন হয় না।

6-
061



হাড়ের ঘনত্ব হ্রাস পাওয়া রোধ করতে, ভিটামিন D, ক্যালসিয়াম, ভিটামিন K ইত্যাদি হাড় গঠনে সাহায্য করে এমন পুষ্টি সক্রিয়ভাবে গ্রহণ করতে চেষ্টা করা।

6-
062



কোর্সক্যাটিন্য প্রতিরোধ করার জন্য হাইড্রেশন বা পানি যোগ করা গুরুত্বপূর্ণ। পর্যাপ্ত পরিমাণে পানি গ্রহণ না করা হলে, মল শক্ত হয়ে, অন্ত্রের মধ্য দিয়ে চলাচল করা কঠিন হবে। এছাড়াও, কোর্সক্যাটিন্য প্রতিরোধ করতে, পুষ্টির ফাইবার (মল নরম করতে এবং পেরিস্টালটিক মুভমেন্ট সক্রিয় করতে কাজ করে) গ্রহণ করা হয়।

6-
063



খাওয়ার পরপরই শুয়ে পড়লে, পাকস্থলীর অ্যাসিড উপরে উঠে (অ্যাসিড রিফ্লাক্স) সহজ হয় বিধায়, রিফ্লাক্স এসোফ্যাগাইটিস হওয়া সহজ হয়ে থাকে। গৃহীত খাদ্যের পশ্চাৎপ্রবাহ (ব্যাকফ্লো) রোধ করতে, খাওয়ার প্রায় 30 মিনিট উপরের শরীর সোজা রাখা।

6-
064



হেমিস্পেশিয়াল নেগলেক্টে আক্রান্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য, বাম দিকে মনোযোগ দেওয়া কঠিন হয়ে থাকে। বাম দিক উপেক্ষা করা বৃদ্ধি পায় বিধায়, খাদ্যাদি ডানদিকে পরিবেশন করা হয়।

6-
065



ক্লক পজিশন হল, দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য খাবার গ্রহণ করার সময়, টেবিলে রাখা খাবারের অবস্থান সম্পর্কে বোঝা কঠিন হয়ে থাকে বিধায়, নিজের এবং বস্তুর অবস্থান উপলব্ধি করার জন্য, ঘড়ির ডায়ালের অবস্থান ব্যবহার করে ব্যাখ্যা প্রদান করার একটি পদ্ধতি।

6-
066



হেমিস্পেশিয়াল নেগলেক্ট থাকলে, দেখতে থাকা স্থানের অর্ধেক উপেক্ষা (অ্যাগনোসিয়া) করা হয়। সেজন্য, ব্যবহারকারী ব্যক্তি থালা-বাসন রাখার জায়গা না জেনে, খাবার অবশিষ্ট রাখা বা ছড়িয়ে দিতে পারে। নাসিং কেয়ার কর্মী কথা বলে বা খাবারের অবস্থান পরিবর্তন করে, খাওয়া সহজ করার জন্য নাসিং কেয়ার প্রদান করে।

6-
067



শুধু লবণ যোগ করে স্বাদ বৃদ্ধি করা উপযুক্ত নয়। স্বাদ অনুভূতি হারানোর বিভিন্ন কারণ রয়েছে এবং স্বাদ অনুভূতি হারানোর কারণ এসেসমেন্ট করা প্রয়োজন।

6-
068



পুষ্টিকর ফাইবারের মধ্যে অদ্রবণীয় ফাইবার এবং দ্রবণীয় খাদ্য ফাইবার অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। পুষ্টিকর ফাইবার আঠালো হওয়ায়, পেটে ধীরে ধীরে চলাচল করে, আর্দ্রতা শোষণ করে প্রসারিত হয় বিধায় পেরিস্টালটিক মুভমেন্টে কাজ করে।

6-
069



হেমিপ্লেজিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির জন্য, সুস্থ দিকে খাবার প্রদান করা হয়। অসুস্থ দিকের চেয়ে সুস্থ দিক দিয়ে চিবানো সহজ হয়ে থাকে। চিবানোর গতির সাথে তাল মিলিয়ে, প্রতি কামড় বা চোকে গিলে ফেলা নিশ্চিত করার পর, পরবর্তী খাবার মুখে বয়ে আনা।

6-
070



কাটা খাবার হল স্বাভাবিক খাবারকে সূক্ষ্মভাবে কাটা বস্তু। কাটা হয় বিধায়, মুখের ভিতর উল্টেপাল্টে গিয়ে, মুখ গন্ধুর বা গলদেশে অবশিষ্ট থেকে সহজেই আকস্মিকভাবে গিলে ফেলার কারণ হতে পারে।

6-
071



কৃত্রিম ডায়ালাইসিস পরিচালনা করা ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য, কিডনির কার্যকারিতার উপর বোঝা কমাতে পটাসিয়াম এবং পানি সীমাবদ্ধ করার প্রয়োজন রয়েছে। কাঁচা সবজিতে প্রচুর পটাসিয়াম থাকে বিধায়, এটি থেকে বিরত থাকা বা রান্নার জন্য কৌশল অবলম্বন করতে হয়।

6-
072

উপরের চোয়ালের জন্য সম্পূর্ণ নকল দাঁত পিছনের দিকে নামিলে আনলে অপসারণ করা সহজ হয়।



6-
073

শুকনো দাঁত সহজেই ভেঙে যায় বিধায়, সম্পূর্ণ নকল দাঁত ভিজিয়ে রাখার জন্য পানি ভর্তি পাত্রে সংরক্ষণ করা হয়।



6-
074

ড্রাই মাউথ হল মুখ গহ্বর শুকিয়ে যাবার মতো একটি অবস্থা। বয়স্ক মানুষের ক্ষেত্রে কম লालা উৎপন্ন হয়ে, মুখ গহ্বর সহজেই শুকিয়ে যায়। নরম খাবার কম চিবানো হয় বিধায় লালার নিঃসরণ উদ্দীপিত হয় না।



6-
075

দুধে প্রচুর পরিমাণে ক্যালসিয়াম রয়েছে এবং শোষণ হারও উচ্চ হয়ে থাকে বিধায়, অস্টিওপরোসিস প্রতিরোধের জন্য একটি কার্যকর খাদ্য হলেও, ভিটামিন K এর পরিমাণ খুব বেশি থাকে না। সবুজ ও হলুদ শাকসবজি এবং নাত বা পনিরের মতো গাঁজানো খাবারে প্রচুর পরিমাণে ভিটামিন K রয়েছে।



6-
076

অ্যান্টিব্লোটিং ড্রাগ (ওয়ারফারিন) গ্রহণ করার সময়, নাত খাওয়ার ফলে সেটির কার্যকারিতা হ্রাস পায় বিধায় গ্রহণ না করা।



6-
077

ক্ষারত্ব ত্বকে প্রবলভাবে জ্বালাতন করে বিধায়, হালকা অম্লের সাবান দিয়ে ধুয়ে ফেলা।



6-
078

আক্রান্ত দিক শরীরকে সমর্থন করতে পারে না বিধায় আঘাতের কারণ হতে পারে।
সেজন্য সুস্থ দিকটি নীচের দিকে রাখা।



6-
079

নীচের অঙ্গের ক্ষেত্রে, গোড়ালিকে নীচে থেকে সমর্থন করে, রক্ত সঞ্চালন ত্বরান্বিত করা
বাইরের প্রান্ত (পেরিফেরি) থেকে কেন্দ্রের দিকে মোছা।



6-
080

শরীরকে ঠাণ্ডা হওয়া থেকে বাঁচাতে, প্রতিবার মোছার পরপরই, শুকনো তোয়ালে দিয়ে
মোছা যাতে কোনো আর্দ্রতা না থাকে।



6-
081

প্যান্টকে শুকনো রাখতে হেমটি হাঁটু পর্যন্ত উঠিয়ে নিয়ে, ত্বকের উন্মুক্ত হওয়া ন্যূনতম
করা।



6-
082

ব্যবহারকারী ব্যক্তির উপর বোঝা হ্রাস করতে, গোড়ালি ধরে রেখে ধুয়ে ফেলা।



6-
083

ব্যবহারকারী ব্যক্তির পুড়ে যাওয়া রোধ করতে, নার্সিং কেয়ার কর্মীর অবশ্যই পানির
তাপমাত্রা পরীক্ষা করার পর, ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে পরীক্ষা করতে দেওয়া।



6-
084

বাথটাব এবং ঝরনা চেয়ারের উচ্চতা মিলিয়ে নিলে স্থানান্তর করা সহজ হয়।



6-
085

সুস্থ দিক থেকে বাথটাবে প্রবেশ করে দেহ ভঙ্গি স্থির রাখা। উপরন্তু, গরম পানির তাপমাত্রাও পরীক্ষা করা যায়।



6-
086

রক্তের ডায়ালাইসিসের কারণে রক্তনালীগুলো প্রসারিত হতে পারে ও রক্তচাপ কমে যেতে পারে বিধায় রক্তের ডায়ালাইসিস পরপরই গোসল করানো এড়িয়ে চলা।



6-
087

গ্যাস্ট্রোস্টমি স্থাপন করা ব্যক্তিরাও গোসল করতে পারেন। গ্যাস্ট্রিক ফিটুলার চারপাশের জায়গা পরিষ্কার রাখতে সাবান দিয়ে ভালো করে ধুয়ে শুকিয়ে নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ।



6-
088

হৃৎপিণ্ডের উপর বোঝা কমাতে, গরম পানির পরিমাণ হৃৎপিণ্ডের নিচে রাখার জন্য পানির পরিমাণ সমন্বয় করা।



6-
089

খাবারের পরে, অন্ত্রের নড়াচড়া সক্রিয় সক্রিয় হয়ে ওঠে মল বের হওয়ার সম্ভাবনা থাকে বিধায়, খাওয়ার পর ১ ঘণ্টা গোসল করানো থেকে বিরত থাকা।



6-
090

আরোহী কোলন, ট্রান্সভার্স কোলন, অবরোহী কোলনের ক্রমে পেটের ম্যাসেজ করা হলে, অস্ত্রের পেরিস্টালটিক মুভমেন্টের সক্রিয়করণ, গ্যাস নির্গমন / মলত্যাগ ত্বরান্বিত হয়।



6-
091

পায়ের তলা মেঝেতে রাখলে চাপ দেওয়া (স্ট্রেনিং) সহজ হয়। এ ছাড়া সামনের দিকে ঝুঁকে বসার ভঙ্গি রেক্টোনাল (মলদ্বার) কোণ স্থূল কোণে পরিণত হয় বিধায়, মলত্যাগ করা সহজ হয়।



6-
092

বেডপ্যান ব্যবহার করার সময়, নিতম্বে ঠাণ্ডা না লাগার জন্য পায়খানার পাত্র গরম রাখা।



6-
093

বিপরীত দিকে পরিচালনা করলে, মলদ্বার এলাকার ব্যাকটেরিয়াম কোলাই মুত্রনালির ছিদ্রের সাথে লেগে থাকার কারণে, মুত্রনালীর সংক্রমণ ঘটতে পারে।।



6-
094

ঘন ঘন মুত্রত্যাগের কারণে, অবিলম্বে ডায়াপার পরিধান করানো উপযুক্ত নয়। মলত্যাগ লজ্জার সাথে সংশ্লিষ্ট, তাই আত্মসম্মানের কথা বিবেচনা করার প্রয়োজন রয়েছে। মলত্যাগ কর্মের স্বাধীনতা, মলত্যাগের সাথে সম্পর্কিত অক্ষমতার মাত্রা, জীবনযাত্রার অভ্যাস বা সুবিধার অবস্থার উপর ভিত্তি করে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা।



6-
095

পুরুষের ক্ষেত্রে, লিঙ্গটি মুত্রাধারে প্রবেশ করিয়ে ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে ধরে রাখতে বলা। পাশে শোয়া অবস্থায়, পেটের চাপ ও মুত্রনালীর আকৃতির কারণে, চিৎ হয়ে শোয়া থেকে প্রস্রাব করা সহজ হয়।



6-
096



মলমূত্র দ্বারা ব্যবহারকারী ব্যক্তির চামড়া এবং ঘুমেয় কাপড় নোংরা হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। ডায়াপার ভিতরের দিকে গুটিয়ে মলমূত্র ছড়িয়ে না পড়ার ব্যাপারে সতর্কতা অবলম্বন করা। ডায়াপারের গঠন ও ধরন বুঝে দূষণ রোধ করার চেষ্টা করা।

6-
097



সংক্রমণের ঝুঁকি বেশি থাকার কারণে, প্লাস্টিকের ব্যাগের মুখ শক্তভাবে বন্ধ করে সংক্রমণের উৎসে পরিণত না হওয়ার জন্য প্রক্রিয়াজাত করা।

6-
098



ভাঙ্গা ক্যাথেটারের কারণে প্রস্রাব ঝরে পড়া এবং রিফ্লাক্স বা বিপরীত মুখে প্রবাহিত হওয়ার সম্ভাবনা আছে বিধায় পরীক্ষা করা গুরুত্বপূর্ণ। কোনো অস্বাভাবিকতা দেখা দিলে, চিকিৎসা সেবার পেশাদারের সাথে যোগাযোগ করা।

6-
099



রিফ্লাক্সের কারণে মূত্রনালীর সংক্রমণ প্রতিরোধ করার জন্য মূত্র সংগ্রহের ব্যাগ সর্বদা মূত্রাশয়ের নীচে রাখা উচিত। বিশেষ করে স্থানান্তরের নাসিং কেয়ারের ক্ষেত্রে সতর্কতা অবলম্বনের প্রয়োজন রয়েছে।

6-
100



ক্যাথেটার অপসারণ চিকিৎসাবিদ্যার অনুশীলন হিসাবে বিবেচিত হয় বিধায় নাসিং কেয়ার কর্মীর করার অনুমতি নেই। প্রস্রাব ঝরে পড়া আবিষ্কৃত হলে চিকিৎসা সেবার পেশাদারের সাথে যোগাযোগ করা।

6-
101



পরিমিত ব্যায়াম শারীরিক অবস্থার ব্যবস্থাপনা এবং মেজাজ পরিবর্তনের জন্য দরকারী। রেডিও জিমন্যাস্টিকস এক্সারসাইজ থেকে বিরত থাকার পরিবর্তে, অন্যের সাথে ধাক্কা লাগার মতো ব্যায়াম এড়িয়ে চলে, ব্যায়াম করার আগে মলমূত্র নিষ্পত্তি করা এবং মনে রাখার বিষয় চেক করার জন্য পরামর্শ প্রদান করা হয়।

6-
102



কিডনি শরীরে জমে থাকা বর্জ্য পদার্থ বের করে দেয়া বা অতিরিক্ত পানি অপসারণ করার কাজ করে। দৈনন্দিন জীবনে বিভিন্ন মনোযোগ প্রদানের বিষয় রয়েছে বিধায় প্রস্রাবের পরিমাণ বোঝা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। নার্সিং কেয়ার কর্মী চিকিৎসার বিষয়বস্তু উপলব্ধি করে, চিকিৎসা সেবা কর্মীর সাথে সহযোগিতা করার মাধ্যমে লক্ষণ উপলব্ধি করা এবং সহায়তা করার চেষ্টা করে।

6-
103



গ্যাসের চুলা ব্যবহার করার সময়, টাইট-ফিটিং পোশাক পরে আগুনের ঝুঁকি এড়ানো যায়। এছাড়া গ্যাসের চুলা ও চারপাশ সংগঠিত করা এবং পরিষ্কার করার চেষ্টা করাও গুরুত্বপূর্ণ।

6-
104



ধোঁয়া এবং তাপ দ্রুত সনাক্ত করতে, সিলিং বা দেয়ালে ফায়ার অ্যালার্ম স্থাপন করা। আগুন থেকে উৎপন্ন হওয়া ধোঁয়া তাপের কারণে বাতাসের চেয়ে হালকা হয়ে উপরে উঠতে শুরু করে বিধায়, মেঝের কাছাকাছি স্থাপন করা কার্যকর নয়।

6-
105



তাতামির খাঁজ বরাবর মুছলে ফাঁক থেকে ধুলো অপসারণ করা সহজ হয়।

6-
106



উঁচু জায়গা থেকে পরিষ্কার করা শুরু করে, তারপরে মেঝেতে পড়া ধুলো পরিষ্কার করা

6-
107



ভ্যাকুয়াম কীটের মৃতদেহ বা পরাগ শোষণ করতে পারে।

6-
108

কীট শুষ্কতার প্রতি দুর্বল বিধায় ভেজা তোয়ালে দিয়ে মুছে ফেলা যায় না।



6-
109

খাদ্য গ্রহণের পর হজম ও শোষিত হয়ে ঘুমকে প্রভাবিত করে। এই কারণে, হজম প্রশমিত হওয়ার জন্য ঘুমের 3 ঘন্টা আগে রাতের খাবার শেষ করা উচিত।



6-
110

হালকা স্ট্রেচ প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ু সক্রিয় করে, উত্তেজনা উপশম করে ঘুমের জন্য প্রস্তুত করে।



6-
111

ক্যাফেইনযুক্ত পানীয় ঘুমের ব্যাঘাত ঘটায় বিধায়, ক্যাফেইন মুক্ত পানীয় সবচেয়ে ভালো।



6-
112

রাতে নাসিং কেয়ার কর্মীর পায়ের শব্দ বা কথোপকথন, দরজা খোলা, বন্ধ করার শব্দের দিকেও মনোযোগ দেয়া প্রয়োজন।



6-
113

ঘুম থেকে ওঠার পর সূর্যের আলো গ্রহণ করার মাধ্যমে দৈনন্দিন ছন্দ বা সার্ক্যাডিয়ান রিদম রিসেট হয়ে রাতের ঘুমের সাথে যুক্ত হয়।



6-
114



দৈনন্দিন জীবনে নিরাপত্তা নিশ্চিত করার ব্যবস্থা হিসাবে, ফুট ল্যান্স প্রস্তুত রাখা কার্যকর হয়ে থাকে। বেত ব্যবহার করেন হাঁটা ব্যক্তির হাঁটার ক্ষেত্রে কিছুটা উদ্বেগ থাকে বিধায়, হাঁচট খাওয়ার কারণে পতন রোধ করে, মোঝে তৈরির উপাদান পরিবর্তন করে হাঁটার জন্য সহজ পরিবেশ তৈরি করতে হবে।

6-
115



হোহেন এবং ইয়াহর (Hoehn & Yahr) এর তীব্রতার মাত্রার শ্রেণীবিভাগ 3 এর পর্যায়ে পোস্টুরাল রিফ্লেক্স প্রতিবন্ধকতার প্রাথমিক লক্ষণ পরিলক্ষিত হয়। শারীরিক কার্যকারিতা বা ফাংশন হালকা থেকে মাঝারি মাত্রায় হ্রাস পেলেও, দৈনন্দিন জীবনের কার্যকলাপের জন্য নাসিং কেয়ারের প্রয়োজন হয় না বিধায়, বিছানা পরিচর্যাকারীর জন্য নয়, সেই বয়স্ক ব্যক্তির সাথে মিলিয়ে সেট করা হয়।

6-
116



ওষুধ গ্রহণের প্রায় 30 মিনিটের পরে, ওষুধের প্রভাব প্রদর্শিত হতে শুরু করে। সেজন্য 30 মিনিটের মধ্যে, বিছানায় গিয়ে ঘুমানোর জন্য প্রস্তুতি গ্রহণ করা।

6-
117



ঘুমের ওষুধের কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া অনুভব করলে অবিলম্বে চিকিৎসককে অবহিত করা। এটি যথাযথভাবে মুখে গ্রহণ করার সাথে যুক্ত হবে।

6-
118



ঘুমের ওষুধ খাওয়া বয়স্ক ব্যক্তির কথা চিকিৎসককে অবহিত করে, মুখে গ্রহণ করার বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করতে বলা। নাসিং কেয়ার কর্মীর নির্বিচারে সিদ্ধান্ত নেওয়া উচিত নয়।

6-
119



হাঁটার মতো হালকা ব্যায়াম, মাঝারি মাত্রার ক্লাস্তির সাথে যুক্ত হয়ে ঘুম ভুরাস্থিত করে।

6-
120

গরম পানির গোসলে সহানুভূতিশীল স্নায়ুতন্ত্র সক্রিয় হয়ে ওঠে, উত্তেজনার সৃষ্টি হয়
বিধায় হালকা গরম পানি ব্যবহার করা।



6-
121

মূল ব্যক্তির ইচ্ছা অনুযায়ী ব্যবস্থা গ্রহণ করা অথবা সুবিধার নাসিং কেয়ার নীতি
অবহিত করে, চূড়ান্ত অভিপ্ৰায় নিশ্চিত করা। অভিপ্ৰায় পরিবর্তন হতে পারে বিধায়
বারবার নিশ্চিত করা।



6-
122

ব্যক্তির ইচ্ছা সবসময় অগ্রাধিকার পায়।



6-
123

শুধুমাত্র মৌখিকভাবে শেয়ার করা তথ্য আদান-প্রদানের জন্য যথেষ্ট নয় বিধায়
অবশ্যই লিখিতভাবে শেয়ার করা।



6-
124

জীবনের শেষ পর্যায়ে থেকে পরিবারের জন্য গ্রিফ কেয়ার শুরু হয়। পরিবার কর্তৃক করতে
পারা বিষয় প্রস্তাব করার মাধ্যমে, মৃত্যুর পরে দুঃখ হ্রাস করার সাথে যুক্ত হয় বিধায়
ইচ্ছার কথা শোনার পাশাপাশি একসাথে নাসিং কেয়ার প্রদান করা।



6-
125

জীবনের শেষ পর্যায়ের ব্যবহারকারী ব্যক্তির পরিবারের প্রত্যাশিত দুঃখের মুখোমুখি
হওয়া। উদ্বেগ এবং দুঃখের মতো আবেগ ধরে না রেখে প্রকাশ করতে সক্ষম হওয়ার জন্য
পরামর্শ প্রদান করে জড়িত হওয়া প্রয়োজন।



6-
126

পরিবারের ইচ্ছা অনুযায়ী বিদায় জানাতে সক্ষম হওয়ার জন্য, পরিবারের ইচ্ছা নিশ্চিত করা। একসাথে করা (বিদায় জানানো) পরিবারের জন্য গ্রিফ কেয়ার হিসাবে কাজ করে।



6-
127

পোস্টমর্টেম প্রক্রিয়া হিসাবে, কিমোনোর ক্ষেত্রে, ওয়েবিং স্ট্র্যাপ উল্লম্বভাবে বেঁধে দেওয়া হয়।



6-
128

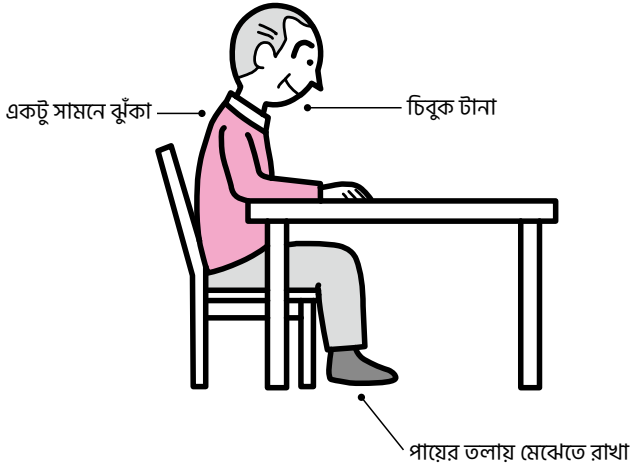
পোস্টমর্টেম প্রক্রিয়া পোস্টমর্টেম রিজিডিটির আগে পরিচালনা করা হয়। পোস্টমর্টেম রিজিডিটি সাধারণত মৃত্যুর 2 ঘন্টা পরে শুরু হয় বিধায় তার আগে পরিচালনা করা হয়।



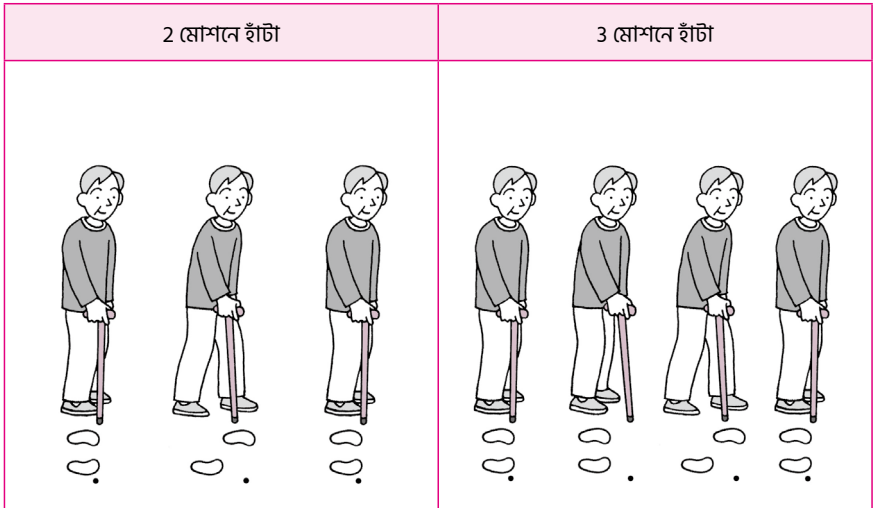


লার্নিং পয়েন্ট

■ খাওয়ার ভঙ্গি



■ 2 মোশনে হাঁটা এবং 3 মোশনে হাঁটা



7

নার্সিং কেয়ার প্রক্রিয়া

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

7-
001



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়া, ব্যবহারকারী ব্যক্তির কাঙ্ক্ষিত "আরো ভাল জীবনযাপন" "আরো ভাল জীবন" অর্জন করার জন্য, বিশেষ জ্ঞান / প্রযুক্তি ব্যবহার করা বস্তুনিষ্ঠ, বৈজ্ঞানিক চিন্তা প্রক্রিয়া দ্বারা চালিত হয় (► G006 দেখুন)।

7-
002



নাসিং কেয়ার পরিকল্পনার তৈরির লক্ষ্য, সমস্যার বিশ্লেষণ (এসেসমেন্ট) দ্বারা পরিষ্কার হওয়া ব্যবহারকারী ব্যক্তির চাহিদা বা জীবনের সমস্যার উপর ভিত্তি করে নির্ধারণ করা হয়। লক্ষ্যটি ব্যবহারকারীর লক্ষ্য "আরো ভাল জীবনকে" প্রতিনিধিত্ব করে বিধায়, ব্যবহারকারীর ইচ্ছা প্রতিফলিত করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে কার্যকর করা (► G006 দেখুন)।

7-
003



নাসিং কেয়ারের পরিকল্পনা ব্যবহারকারী ব্যক্তির মূল্যবোধের সাথে সামঞ্জস্য রেখে বাস্তবায়িত করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির মর্যাদা রক্ষা করা গুরুত্বপূর্ণ। বাস্তবায়নের লক্ষ্যের ব্যবহারকারী ব্যক্তি এবং পরিবারের প্রতিক্রিয়া ইত্যাদি বস্তুনিষ্ঠভাবে পর্যবেক্ষণ করে, যোগাযোগের মাধ্যমে মূল্যবোধ বোঝার চেষ্টা করার প্রয়োজন রয়েছে।

7-
004



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়ার লক্ষ্য হল প্রতিটি ব্যবহারকারীর স্ব-বাস্তবায়ন বিকশিত করা। অভিন্নতার মানে "সব একই" এবং সমস্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য একইভাবে নাসিং কেয়ার অনুশীলন করা উপযুক্ত নয়।

7-
005



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়াটি নাসিং কেয়ার কর্মীর আদর্শ জীবন অর্জন করার লক্ষ্যে নয়, ব্যবহারকারীর কাঙ্ক্ষিত জীবন অর্জন করার জন্য তৈরি করা হয়।

7-
006



অগ্রাধিকারের ক্রম নির্ধারণ করার সময়, ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য জরুরী জীবনের সমস্যাকে অগ্রাধিকার দেওয়া হয়। ব্যবহারকারী ব্যক্তির অনুরোধ বা চিন্তাভাবনা গ্রহণ করে সম্মান করা গুরুত্বপূর্ণ হলেও অপরিহার্যভাবে জীবনের সমস্যা নয়।

7-
007



এসসমেন্টের ক্ষেত্রে, নাসিং কেয়ার কর্মী হিসাবে বিশেষ জ্ঞান ব্যবহার করে, প্রতিটি তথ্যের অর্থ অনুধাবন করে, তথ্য সংগঠিত করে, যুক্ত করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির জীবনের সমস্যা স্পষ্ট করা প্রয়োজন (→ G006 দেখুন)।

7-
008



এসসমেন্টের লক্ষ্য হল, উদ্দেশ্যমূলক পর্যবেক্ষণ বা যোগাযোগ দক্ষতার পূর্ণ ব্যবহার করার সময় ব্যবহারকারী ব্যক্তির জীবনের সামগ্রিক চিত্র ক্যাপচার করা।

7-
009



নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তিকে সহায়তা করার জন্য প্রয়োজনীয় তথ্য এবং প্রয়োজনীয় নয় এমন তথ্য পরিত্যাগ / নির্বাচন করে রেকর্ড করে। তথ্য পরিত্যাগ / নির্বাচন শুধুমাত্র তথ্য সংগ্রহের পর্যায়ে নয়, তথ্যের ব্যাখ্যা, লিঙ্ক / একীকরণ করার প্রক্রিয়াতেও পরিচালিত হয়।

7-
010



ব্যবহারকারী ব্যক্তির তথ্যে ব্যবহারকারীর চিন্তাভাবনা বা তার অতীত জীবনের সাথে সম্পর্কিত বিষয় অন্তর্ভুক্ত করা হয়। যোগাযোগের মাধ্যমে ব্যবহারকারী ব্যক্তির পটভূমি জানতেও ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে আস্থার সম্পর্ক গড়ে তোলা জরুরি।

7-
011



বিষয়গত তথ্যের মধ্যে সেই ব্যক্তির দৃষ্টিভঙ্গি বা অনুভূতি, চিন্তাভাবনা, প্রত্যাশা ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত থাকে। উপরন্তু, বিষয়গত তথ্য হল নাসিং কেয়ার কর্মীর ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে যোগাযোগের মাধ্যমে বার করে আনা তথ্য।

7-
012



পূর্ব ধারণার কারণে, নার্সিং কেয়ার কর্মী অনিশ্চিত অনুমানের উপর ভিত্তি করে তথ্য সংগ্রহ করতে পারে বা প্রয়োজনীয় তথ্য ভুল বুঝতে পারে। পূর্ব ধারণা থেকে মুক্ত হওয়ার জন্য, নার্সিং কেয়ার কর্মীর নিজের মূল্যবোধ বা আবেগ, আচরণের প্যাটার্ন সম্পর্কে সচেতন হওয়া প্রয়োজন।

7-
013



সংগ্রহ করা তথ্যের মধ্যে বিষয়গত তথ্য এবং বস্তুনিষ্ঠ তথ্য অন্তর্ভুক্ত। নার্সিং কেয়ার কর্মী জোরপূর্বক নার্সিং কেয়ার এড়াতে সর্বদা বিষয়গত তথ্য পরীক্ষা করে। এছাড়াও, বিষয়গত তথ্য এবং বস্তুনিষ্ঠ তথ্য পৃথকভাবে রেকর্ড করা গুরুত্বপূর্ণ।

7-
014



তথ্য সংগ্রহ করার ক্ষেত্রে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির করতে না পারা বিষয় ছাড়াও (নেতিবাচক দিক), ব্যবহারকারী ব্যক্তির করতে পারা বিষয় বা "কোনো কিছু করার চেষ্টা করার" অনুভূতি (ইতিবাচক দিক) ইত্যাদির মতো সাধারণ জীবনযাপনে কে উপলব্ধি করে তথ্য সংগ্রহ করা।

7-
015



এসেসমেন্ট হল, ব্যবহারকারী ব্যক্তি সম্পর্কে "তথ্য সংগ্রহ" "তথ্যের ব্যাখ্যা / সংযুক্তি / একীকরণ" "সমস্যা পরিষ্কার করা" পরিচালনা করা। এই পর্যায়ে নার্সিং কেয়ার কর্মী হিসাবে পেশাগত জ্ঞান, অভিজ্ঞতা এবং সিদ্ধান্ত সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন।

7-
016



ICF গঠনকারী উপাদানের "ব্যক্তিগত কারণ" এর মধ্যে বয়স, লিঙ্গ, মূল্যবোধ ছাড়াও জীবন ইতিহাস এবং লাইফ স্টাইল ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত রয়েছে (► G006 দেখুন)।

7-
017



পাঁচটি ইন্দ্রিয় হল দৃষ্টিশক্তি, শ্রবণশক্তি, স্পর্শ অনুভূতি, স্বাদ অনুভূতি এবং স্নায়ুশক্তি। পর্যবেক্ষণের ক্ষমতাকে আরও উন্নত করতে, নিয়মিতভাবে ব্যবহারকারী ব্যক্তির মধ্যে পরিবর্তন রেকর্ড করে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে সক্রিয়ভাবে যোগাযোগ করা গুরুত্বপূর্ণ।

7-
018



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়ার লক্ষ্য ব্যবহারকারীর লক্ষ্য "আরো ভাল জীবনকে" প্রতিনিধিত্ব করে বিধায়, ব্যবহারকারী নিজে সেই লক্ষ্য নিয়ে সন্তুষ্ট হওয়ার জন্য, ব্যবহারকারী ব্যক্তির মতামত প্রতিফলিত করার পাশাপাশি নির্ধারণ করা।

7-
019



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়ার লক্ষ্যের প্রকাশ, ব্যবহারকারী নিজে সক্রিয়ভাবে উদ্যোগ নিতে সক্ষম হওয়ার জন্য ব্যবহারকারীর বিষয় হওয়া উচিত।

7-
020



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়া হল, ব্যবহারকারী ব্যক্তির নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করাকে সম্মান করে, সেই ব্যক্তির লক্ষ্যের জীবনযাপন বা ব্যক্তিগত অর্জনের জন্য, জীবনযাপন করা মূল ব্যক্তি হিসাবে ব্যবহারকারী ব্যক্তির সাথে একসাথে কাজ করার একটি প্রক্রিয়া। প্রকাশের বিষয়বস্তু, ব্যবহারকারী বা তার পরিবারের জন্য উপলব্ধি করা সহজ হওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

7-
021



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়ার দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্য হল, সবশেষে কোন ধরনের জীবনের পরিস্থিতি লক্ষ্য হিসাবে নেয়া হবে, সেই পরিস্থিতির চিত্র প্রকাশ করা।

7-
022



ফ্যাক্টর বা কারণ দ্বারা অগ্রাধিকারের বিষয় নির্ধারণ করা হয় না। সমস্যার তীব্রতা বা জরুরিতা বিবেচনা করে অগ্রাধিকারের বিষয় নির্ধারণ করা হয়।

7-
023



নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়ায় জীবনের সমস্যা, ব্যবহারকারী ব্যক্তির কাঙ্ক্ষিত জীবনযাপন অর্জন করার জন্য সমাধান করা উচিত।

7-
024



নাসিং কেয়ার পরিকল্পনার কার্যকারিতার চাইতে নিরাপত্তাকে অগ্রাধিকার প্রদান করা হয়। অগ্রাধিকারের ক্রম নির্ধারণের ক্ষেত্রে সর্বোচ্চ অগ্রাধিকারের বিষয় হল "জীবনের নিরাপত্তা", তারপরে "জীবনের স্থিতিশীলতা" জীবনের সমৃদ্ধি।

7-
025



নাসিং কেয়ার কর্মীর কর্তৃক পরিচালিত ভবিষ্যত নাসিং কেয়ার পরিকল্পনা P এর অধীনে পড়ে। অগ্রগতির রেকর্ডের মধ্যে একটি হল SOAP পদ্ধতি। S (Subjective Data) বিষয়গত তথ্য, O (Objective Data) বস্তুনিষ্ঠ তথ্য, A (Assessment) মূল্যায়ন, P (Plan) পরিকল্পনাকে বোঝায়।

7-
026



নাসিং কেয়ার পরিকল্পনা প্রণয়নের পর্যায়ে, সমস্ত সম্ভাব্য দৃশ্যপট অনুমান করে ব্যবহারকারীর উপর প্রভাব ভবিষ্যদ্বাণী করা প্রয়োজন।

7-
027



দলের মধ্যে সাধারণ বোঝাপড়া থাকার জন্য নাসিং কেয়ার পরিকল্পনা সুনির্দিষ্ট ভাষায় বর্ণনা করা। নাসিং কেয়ারের সাথে জড়িত প্রতিটি ব্যক্তি নাসিং কেয়ার পরিকল্পনার বিষয়বস্তু সম্পর্কে সচেতন হয়ে নাসিং কেয়ার অনুশীলনে জড়িত হলে, একীভূত নাসিং কেয়ার প্রদান করা সম্ভব।

7-
028



নাসিং কেয়ার পরিকল্পনা প্রণয়নে, স্বল্পমেয়াদী লক্ষ্যের অর্জন দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্যের সাথে যুক্ত করার জন্য, দীর্ঘমেয়াদী লক্ষ্য এবং স্বল্পমেয়াদী লক্ষ্যের মধ্যে লিঙ্ক করা প্রয়োজন।

7-
029



ব্যবহারকারী ব্যক্তির শারীরিক অবস্থা এবং চিন্তাধারা পরিবর্তিত হয়। নাসিং কেয়ার কর্মীর ব্যবহারকারী ব্যক্তির অভিব্যক্তি এবং অঙ্গভঙ্গি বিশদভাবে পর্যবেক্ষণ করার প্রয়োজন রয়েছে।

7-
030

নাসিং কেয়ার রেকর্ডের ক্ষেত্রে, সঠিক ও বস্তুনিষ্ঠ রেকর্ড নিশ্চিত করার জন্য সত্য ঘটনা লেখা গুরুত্বপূর্ণ।



7-
031

নাসিং কেয়ার পরিকল্পনা বাস্তবায়ন করার সময়, ব্যবহারকারী ব্যক্তির অবস্থা/পরিস্থিতির পরিবর্তন অনুযায়ী নাসিং কেয়ারের পরিকল্পনা পরিবর্তন করা (➔ G006 দেখুন)।



7-
032

বিভিন্ন পেশার সাথে সম্পর্ক এবং ঐ সময়ে ব্যবহারকারীর প্রতিক্রিয়া নাসিং কেয়ার রেকর্ডে লিপিবদ্ধ করার মাধ্যমে, সহায়তার প্রভাব এবং বাস্তবায়নে নতুন বিষয়ের সম্ভাবনা বেরিয়ে আসে।



7-
033

বস্তুনিষ্ঠভাবে মূল্যায়ন করার জন্য মূল্যায়নের মানদণ্ড যতটা সম্ভব নির্দিষ্ট এবং পরিমাপযোগ্য অভিব্যক্তি ব্যবহার করে।



7-
034

মূল্যায়নের ক্ষেত্রে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি বা পরিবারের মতামত অনুভূতি অন্তর্ভুক্ত করে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা হয়। উপরন্তু, ব্যবহারকারী এবং পরিবারকে মূল্যায়নের বিষয়বস্তু সম্পর্কে অবহিত করে, প্রদত্ত পরিষেবা কার্যকর কিনা তা নিশ্চিত করা হয় (➔ G006 দেখুন)।



7-
035

নাসিং কেয়ার পরিকল্পনার লক্ষ্য অর্জিত হলে একই নাসিং কেয়ার পরিকল্পনা ভবিষ্যতেও চালিয়ে যাওয়া হবে নাকি বন্ধ করা হবে তা নিরূপণ করার প্রয়োজন রয়েছে। স্বল্পমেয়াদী এবং দীর্ঘমেয়াদী উভয় লক্ষ্যই অর্জিত হয়ে, প্রয়োজনও দূর হয়ে গেলে, সহায়তা বন্ধ করে, নতুন নাসিং কেয়ার পরিকল্পনার খসড়া তৈরি করা।



7-
036



দলটি শুধুমাত্র বিশেষজ্ঞদের মধ্যে সীমাবদ্ধ না রেখে,বিভিন্ন সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি কর্তৃক ব্যবহারকারীর চাহিদা অনুযায়ী সহায়তা ব্যবস্থা তৈরি করার মাধ্যমে, ব্যবহারকারীর "আরো ভাল জীবন" অর্জনের লক্ষ্যে বড় প্রভাব প্রত্যাশা করা যায়।

7-
037



সেবা প্রদানের দায়িত্বে থাকা ব্যক্তির সভার আয়োজন করা নাসিং কেয়ারকে সহায়তাকারী বিশেষজ্ঞের দায়িত্ব। সেবা প্রদানের দায়িত্বে থাকা ব্যক্তির সভায়, ব্যবহারকারী বা পরিবারের সাথে পরিকল্পনার বিষয়বস্তু নিয়ে আলোচনা করা।

7-
038



ব্যবহারকারীর কাজক্ষিত জীবনধারা অর্জন করার জন্য, প্রতিটি পেশাদার একে অপরের কাজের ক্ষেত্র বা দায়িত্ব উপলব্ধি করে, একে অপরকে সম্মান জানিয়ে, অন্যান্য পেশার সাথে সহযোগিতা করা গুরুত্বপূর্ণ।

7-
039



কেয়ার কনফারেন্স হল, সংশ্লিষ্ট পেশা একত্রিত হয়ে আলোচনা করে, নাসিং কেয়ারের বিষয়বস্তু নির্ধারণ / মূল্যায়ন করার একটি জায়গা। একে অপরের কাছ থেকে শেখার তত্ত্বাবধানের সুযোগ হিসেবে কার্যকরভাবে ব্যবহার করা যেতে পারে।

7-
040



ব্যবহারকারী ব্যক্তি নিজেই কেয়ার টিমের কেন্দ্র। কেয়ার টিম ব্যবহারকারীর আশেপাশের পেশাদারদের মধ্যে পর্যাপ্ত তথ্য শেয়ার করে, প্রত্যেকের দক্ষতা প্রদর্শন করার মাধ্যমে, কার্যকরভাবে টিম এপ্রোচকে বাস্তবায়ন করতে সক্ষম হয়।

7-
041



সমাজ সেবী এবং নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার আইনের 47 ধারায়, নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার ও কল্যাণ পরিষেবার সাথে সম্পর্কিত ব্যক্তি ইত্যাদির মধ্যে সহযোগিতার নির্দেশ প্রদান করা হয়েছে।

7-
042

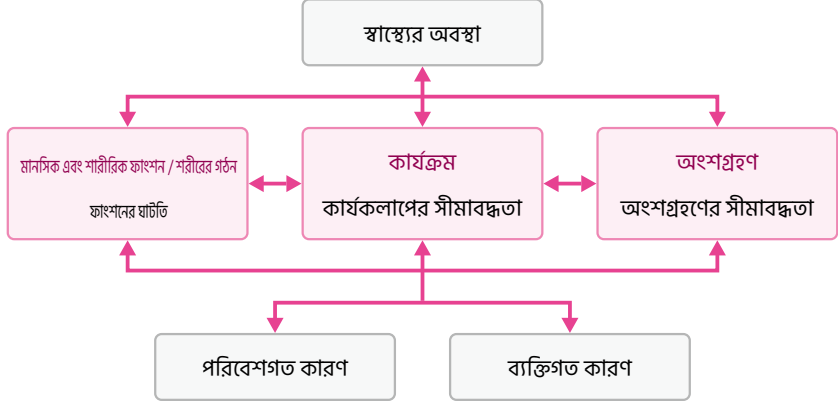
একাধিক লোকের একত্রিত হয়ে গঠন করা দলে, পারস্পরিক সম্পর্ক তৈরি হওয়ার মাধ্যমে আত্ম-সচেতনতা, যোগাযোগ দক্ষতা ইত্যাদি শেখার সহজ পরিবেশ তৈরি হয় (গ্রুপ ডায়নামিক্স)।



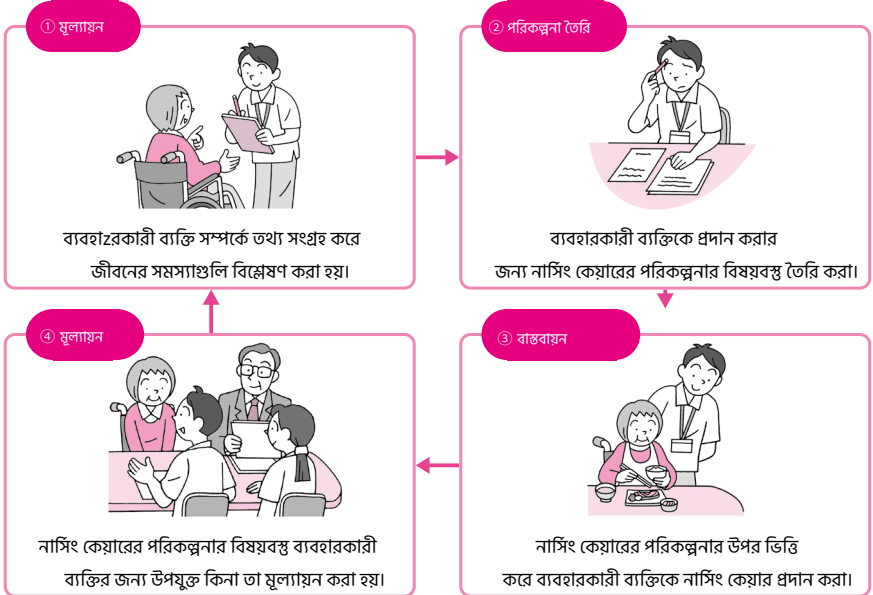


লানিং পয়েন্ট

■ ইন্টারন্যাশনাল ক্লাসিফিকেশন অফ ফাংশনিং, ডিসেবিলিটি এন্ড হেলথ (ICF) এর কাঠামো



■ নাসিং কেয়ার প্রক্রিয়া



8

বিকাশ এবং বার্ষিক্য বোঝা

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

8-
001



অস্ফুটবাক হল "বা-বা" এবং "দা-দা-" এর মতো স্পষ্ট শব্দ উচ্চারণ করা, যা প্রায় 6 মাস শুরু হয়। জন্মের প্রায় 2 মাস পরে, শিশুরা "আ-" "কু-" এর মতো অস্পষ্ট একক শব্দ করতে শুরু করে যাকে কুইং বলা হয়।

8-
002



সামাজিক রেফারেন্স হল বিশ্বস্ত প্রাপ্তবয়স্কদের মুখের অভিব্যক্তি এবং প্রতিক্রিয়া দেখে সেই অনুযায়ী কী পদক্ষেপ নেওয়া উচিত তা নির্ধারণ করা। এই ব্যাপারটি প্রায় 1 বছর বয়স থেকে দেখা যায়।

8-
003



প্রায় 10 থেকে 12 মাস বয়সে আঙ্গুল ব্যবহার করে বিল্ডিং ব্লক আঁকড়ে ধরতে সক্ষম হয়। প্রায় 6 মাস বয়সে, পুরো হাত দিয়ে আঁকড়ে ধরতে সক্ষম হয়।

8-
004



জন্মের প্রায় 9 মাস পরে একটি শিশু কোন কিছু ধরে দাঁড়াতে পারে। জন্মের প্রায় 6 মাস পরে, কোন কিছুর সহায়তায় বা নিজে নিজেই বসতে পারে।

8-
005



"ওয়ানওয়াংকিতা" "পাপাসুওয়ারু" এর মতো কর্তা + কর্ম বা বস্তু + কর্ম ইত্যাদির আকার গ্রহণ করে। অপ্রধান পদ ইত্যাদি বাদ দেওয়া হয়। কিছু শিশু প্রায় দেড় বছর বয়স থেকে কথা বলতে পারে।

8-
006



অনুরাগ হল, নির্দিষ্ট প্রাপ্তবয়স্কদের সাথে আবেগের বন্ধনের উপর ভিত্তি করে সম্পর্ক তৈরি করা। অনুরাগের আচরণ জন্মের পরপরই দেখা যায়, চারপাশের লোকদের গতিবিধি চোখ দিয়ে অনুসরণ করা, মনোযোগ আকর্ষণের জন্য কান্নাকাটি করার মতো অনুরাগের আচরণ প্রায় 3 মাস বয়স পর্যন্ত পরিলক্ষিত হয়।

8-
007



বয়স্ক নির্যাতন প্রতিরোধ আইন, অপব্যবহারের শিকার বয়স্ক ব্যক্তির সুরক্ষা বা নার্সিং কেয়ার প্রদানকারী ব্যক্তির উপর বোঝা কমাতে, ব্যবস্থা স্থাপন ইত্যাদি নির্ধারণ করে, বয়স্ক নির্যাতন প্রতিরোধ, বয়স্ক ব্যক্তির অধিকার ও স্বার্থ রক্ষা করার উদ্দেশ্যে প্রণয়ন করা হয়েছে। তার মধ্যে "বয়স্ক" বলতে 65 বছরের বেশি বয়সী ব্যক্তি হিসাবে সংজ্ঞায়িত করা হয়েছে।

8-
008



প্রারম্ভিক বয়স্কদের 65 থেকে 75 বছর বয়সী এবং শেষ পর্যায়ের বয়স্কদের 75 বা তার বেশি বয়সী ব্যক্তি হিসাবে সংজ্ঞায়িত করা হয়েছে। বয়স্কদের জন্য চিকিৎসা সেবা সুরক্ষিত করা সম্পর্কিত আইনের অধীনে, সকলে মনের শান্তিতে চিকিৎসা সেবা গ্রহণ করতে সক্ষম সমাজের জন্য, প্রবীণদের ক্ষেত্রেও প্রজন্মের মধ্যে ন্যায্যতা নিশ্চিত করার জন্য, সামর্থ্য অনুযায়ী বোঝা নির্ধারণ করা হয়।

8-
009



লাইসেন্স নবায়নের জন্য ব্যতিক্রম হল, 70 বছরের বেশি বয়সী ব্যক্তির লাইসেন্স নবায়নের সময়, বার্ধক্যের সাথে সাথে শারীরিক কার্যকারিতা হ্রাস পাওয়া, গাড়ী চালনার ক্ষেত্রে প্রভাব ফেলতে পারার বিষয়টি বুঝতে সাহায্য করার জন্য প্রশিক্ষণ প্রদান করার বিষয়।

8-
010



ফ্রি রেডিক্যাল তত্ত্ব হল, রেডিক্যাল অক্সিজেনের (ফ্রি রেডিক্যাল) দ্বারা সৃষ্ট কোষের ক্ষতির কারণে বার্ধক্য ঘটানো সম্পর্কিত তত্ত্ব। বার্ধক্যজনিত কারণে, দেহের অঙ্গ বা অংশের অ্যাট্রোফি বা সংকোচনের জন্য ক্ষতিপূরণের পুনরুৎপাদন ফাংশন হ্রাস পাওয়ার কারণে, বার্ধক্যে পরিণত হওয়াকে অবসাদ তত্ত্ব বলা হয়।

8-
011



কুবলার-রসের মৃত্যুকে মেনে নেওয়ার ক্ষেত্রে, অস্বীকার, ক্রোধ, দর কষাকষি, বিষণ্ণতা এবং মেনে নেওয়ার ক্রমানুসারে বিভিন্ন পর্যায় রয়েছে (► G014 দেখুন)।

8-
012



বয়স বাড়ার সাথে সাথে হাইয়েড বা লিঙ্গুয়াল হাড়কে সামনে ও উপরের দিকে টেনে নেওয়া পেশির গ্রুপ দুর্বল হয়ে পড়ে। এছাড়াও, লিগামেন্ট শিথিল হয়ে যাওয়ার কারণে হাইয়েড হাড়ের অবস্থান প্রায়শই তরুণ বয়সের তুলনায় নিচু হয়ে যায়।

8-
013



ক্ষমতায় (বুদ্ধিমত্তা) তরল বুদ্ধিমত্তা এবং স্ফটিকে পরিণত হওয়া বুদ্ধিমত্তা অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। তরলতাকে গতিশীলতাও বলা হয়, যা বয়সের সাথে হ্রাস পেয়ে থাকে। স্ফটিকে পরিণত হওয়াকে ভাষিকতাও বলা হয়, যা বয়সের সাথে সহজে হ্রাস পায় না।

8-
014



সংবেদনশীল অঙ্গের শ্রবণশক্তি বয়সের সাথে সহজেই হ্রাস পায়। কোলাহলপূর্ণ জায়গায় কাজ করলে শুনতে অসুবিধা হয় বিধায় কাজের দক্ষতা হ্রাস পায়।

8-
015



এপিসোড মেমরি বলতে "গত রাতে আপনি ডিনারে কী খেয়েছিলেন?" এর মতো অভিজ্ঞতা হিসাবে স্মরণ করা স্মৃতিকে বোঝায়। এপিসোড মেমরির পুনরুৎপাদন ক্ষমতা বার্ষিক্য দ্বারা সহজেই প্রভাবিত হয়।

8-
016



অক্ষিপটের(রেটিনা) স্নায়ু কোষ হ্রাস পাওয়ার কারণে সংবেদনশীলতা হ্রাস পেয়ে, চাক্ষুষ (ভিজুয়াল) পথের কার্যকারিতা হ্রাস পাওয়ার কারণে, পেরিফেরাল (প্রান্তস্থ) দৃষ্টির ক্ষেত্র সংকীর্ণ হয়ে পড়ে।

8-
017



সবচেয়ে উল্লেখযোগ্য বয়স সম্পর্কিত পরিবর্তন, অন্তঃকর্ণে পরিলক্ষিত হয়ে, শুধুমাত্র শুনতে পাওয়াই কঠিন হয়ে পড়ে না, বরং শব্দ বিকৃত হয়ে স্পষ্টভাবে শুনতে পাওয়া যায় না। বিশেষ করে উচ্চ ফ্রিকোয়েন্সিতে শ্রবণশক্তির হ্রাস উল্লেখযোগ্যভাবে পরিলক্ষিত হয়।

8-
018

স্বাদ অনুভব করা স্বাদ কুঁড়ি বয়সের সাথে হ্রাস পাওয়ায়, স্বাদ অনুভূতির পরিবর্তন পরিলক্ষিত হওয়ার পাশাপাশি স্বাদ অনুভূতিও হ্রাস পায়।



8-
019

নাকের ভিতরে ঘ্রাণজনিত এপিথেলিয়ামে ঘ্রাণজনিত কোষ রয়েছে, যা গন্ধ গ্রহণ করে। বার্ধক্যের সাথে কোষগুলির কার্যকারিতা হ্রাস বা সংখ্যা হ্রাস পাওয়ার ফলে, পচা গন্ধ বা গ্যাসের গন্ধের মতো গন্ধ টের পাওয়া কঠিন হয়ে, সংবেদনশীলতা থাকে না।



8-
020

ডিমেনশিয়ার মতো রোগের কারণে ঘটা প্রস্রাবের অসংযমকে ক্রিয়ামূলক প্রস্রাব (ফাংশনাল ইউরিনারি ইনকন্টিনেন্স) হিসাবে সংজ্ঞায়িত করা হয়।



8-
021

মূত্রাশয়ের পেশী অতিরিক্ত সক্রিয় হয়ে উঠা, মূত্রাশয়ের সংকোচন ক্ষমতা দুর্বল হওয়ার কারণে মূত্রত্যাগ দমনের কার্যকারিতা যথেষ্ট কাজ করতে না পারার কারণে ঘটা প্রস্রাবের অসংযম হয়।



8-
022

বর্ধিত প্রোস্টেটের ক্ষেত্রে অল্প পরিমাণে প্রস্রাব অনিচ্ছাকৃতভাবে বেরিয়ে যায়। এমন পরিস্থিতিতে প্রস্রাবের অসংযমকে উপচে পড়া প্রস্রাবে অসংযম (ওভারফ্লো ইনকন্টিনেন্স) বলে।



8-
023

বয়স্ক ব্যক্তি একবার অসুস্থ হয়ে পড়লে পুরোপুরি আরোগ্য লাভ করতে প্রায়শই দীর্ঘ সময় লাগে। আরোগ্য লাভ করা কঠিন হয়ে, দীর্ঘ সময় ধরে অনুসরণ করা সহজ হয়ে, প্রায়ই একই সময়ে একাধিক রোগ দেখা দেয়। দীর্ঘদিন ধরে অসুস্থ থাকাকে দীর্ঘস্থায়ী রোগ বলা হয়।



8-
024

বয়স্ক ব্যক্তির প্রায়ই একাধিক রোগ হয়ে, প্রতিটি রোগের জন্য ঔষুধও গ্রহণ করতে হয় এবং অল্পবয়সীর চাইতে ঔষুধের ধরণ বেশি হওয়ার প্রবণতা থাকে।



8-
025

যকূতে ওষুধ ভেঙ্গে গেলেও, বয়স্ক ব্যক্তির ক্ষেত্রে, সে ক্ষমতা সহজেই হ্রাস পাওয়ায়, উপরন্তু, কিডনি থেকে শরীরের বাইরে নির্গত করার ক্ষমতাও হ্রাস পাওয়ার কারণে, শরীরের ভিতর সহজেই ওষুধ জমতে থাকে। ফলস্বরূপ, ওষুধটি খুব কার্যকর হয়ে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।



8-
026

জীবনযাপনের অভ্যাসের কারণে উচ্চ রক্তচাপের সম্ভাবনা বেশি হয়ে থাকে এবং বয়স বাড়ার সাথে সাথে সেই অনুযায়ী ব্যবস্থা গ্রহণের প্রয়োজন রয়েছে। সাধারণভাবে চিকিৎসার লক্ষ্যকে তরুণ ও বয়স্কদের জন্য সমান করা বিপজ্জনক।



8-
027

বয়স্কদের ক্ষেত্রে, যকূতের কার্যকারিতা হ্রাস পাওয়ার মাধ্যমে বিপাকীয় কার্যকারিতাও হ্রাস পায় এবং ওষুধের প্রতিষেধক ক্রিয়া ধীর হয়ে যাওয়ায় ওষুধ আরও কার্যকর হয়ে ওঠে এবং প্রভাব আরও শক্তিশালী হয়ে ওঠে।



8-
028

ক্যালসিয়াম হাড়ের প্রধান উপাদান হলেও মানুষের বয়স বাড়ার সাথে সাথে ক্যালসিয়াম এবং প্রোটিন গ্রহণের পরিমাণ কমে যায় উপরন্তু শারীরিক কার্যকলাপ হ্রাসের কারণে হাড়ের ঘনত্ব (হাড়ের ভর) হ্রাস পায়, ফলে হাড় দুর্বল হয়ে যায় (► G007 দেখুন)।



8-
029

লালা গ্রন্থির মধ্যে সাবলিঙ্গুয়াল গ্রন্থি, সাবম্যান্ডিবুলার গ্রন্থি এবং প্যারোটাইড গ্রন্থি; এই তিনটি লালা গ্রন্থি রয়েছে। এগুলি থেকে লালা নিঃসৃত হলেও বলা হয়ে থাকে যে প্রতিটি ফাংশনের কার্যকারিতা বার্ধক্যের সাথে হ্রাস পেয়ে লালা নিঃসৃত হওয়ার পরিমাণ হ্রাস পায়।



8-
030



ফুসফুসের ক্ষমতা হল, সর্বোচ্চ পরিমাণে শ্বাস গ্রহণ করে, এর পরে, সমস্ত শক্তি দিয়ে ত্যাগ করা পরিমাণ। বার্ষিক্য ফুসফুসের টিস্যুতে কোষের সংখ্যা হ্রাস করে, ফুসফুসের স্থিতিস্থাপকতা হ্রাস করে, যার ফলে ফুসফুসের ক্ষমতা উল্লেখযোগ্যভাবে হ্রাস পায়।

8-
031



অস্থি মজ্জাতে রক্ত তৈরি হলেও বার্ধক্যের সাথে হেমাটোপয়েটিক ফাংশনের লাল অস্থি মজ্জা হ্রাস পায়। লোহিত রক্তকণিকার সংখ্যা হ্রাস লক্ষ্য করা যায় এবং হিমোগ্লোবিনও হ্রাস পাওয়ার ফলে রক্তশূন্য হওয়া সহজ হয়।

8-
032



চামড়ার আর্দ্রতা ধরে রাখার কার্যকারিতা এবং বাধা দেওয়ার কার্যকারিতাও রয়েছে। বয়স বাড়ার সাথে সাথে চামড়া পাতলা হয়ে যায় এবং স্থিতিস্থাপকতা হারায়। ঘাম গ্রন্থির সংখ্যা হ্রাস চামড়াকে সহজে শুষ্ক করে তোলে।

8-
033



গলংধরন হল খাবার বা পানি গিলে ফেলা। সাধারণভাবে গলদেশ থেকে খাদ্যনালীতে মসৃণভাবে এগিয়ে গেলেও বৃদ্ধ হলে দুর্ঘটনাক্রমে গলদেশ থেকে কণ্ঠনালীতে প্রবেশ করার ঘটনা বৃদ্ধি পায়। শ্বাসরোধ বলতে এই অবস্থায় কাশি দেওয়াকে বুঝায়।

8-
034



হাট ফেইলিউরের ক্ষেত্রে, অগ্রগতি ঘটলে বিশ্রামের সময়ও শ্বাসকষ্ট দেখা দেয়।

8-
035



হাট ফেইলিউরের লক্ষণের মধ্যে শ্বাসকষ্ট বা শোথ পরিলক্ষিত হয়ে, মুখ ও ত্বকের সায়ানোসিসও উল্লেখযোগ্যভাবে পরিলক্ষিত হয়।

8-
036

হাট ফেইলিওরের কারণে শ্বাসপ্রশ্বাস নিতে কষ্ট হলে, চিৎ হয়ে শোয়া অবস্থায় ফুসফুসের রক্তজমা বৃদ্ধি পাওয়ার কারণে, শ্বাসকষ্ট বেড়ে যায়। আরামদায়ক দেহ ভঙ্গি হল অর্থোপনিক অবস্থান।



8-
037

বয়স্কদের হাট ফেইলিওরের ক্ষেত্রে, হাট ফেইলিওরের অগ্রগতির সাথে সাথে সাধারণীকৃত শোথ পরিলক্ষিত হয়।



8-
038

প্রেসার আলসারের (বেডসোর) কারণ হিসাবে দীর্ঘমেয়াদী চাপের কারণে রক্ত প্রবাহের স্থবিরতা, ত্বকনিম্নস্থ কোষ ও হাড়ের মধ্যে অসংলগ্নতা, কম খাদ্য গ্রহণের কারণে অপুষ্টি, ডায়াপার ইত্যাদি ব্যবহারের কারণে চামড়ার আক্রমণ ইত্যাদি রয়েছে।



8-
039

চিৎ হয়ে শোয়া অবস্থানে, অবরোধ ক্রমে ওজন বহনকারী স্থান হল স্যাক্রাল অঞ্চল, মাথা, স্ক্যাপুলা (অংশফলক) এবং গোড়ালির অঞ্চল। পাশে শোয়া অবস্থায় ইলিয়াক অঞ্চলে সহজেই প্রেসার আলসার (বেডসোর) হওয়ার প্রবণতা থাকে (➔ G007 দেখুন)।



8-
040

ভাল মানের প্রোটিনে উচ্চ মানের অ্যামিনো অ্যাসিড স্কার অন্তর্ভুক্ত থাকে এবং খাদ্য পণ্যের মধ্যে সয়াবিন, ডিম, দুধ, গরুর মাংস, শূকরের মাংস, মুরগির মাংস এবং মাছ ইত্যাদি রয়েছে।



8-
041

গৃহীত খাবার হজম ও শোষিত হয়ে মলে পরিণত হতে 1 থেকে 3 দিন সময় লাগে। কোষ্ঠকাঠিন্য বলতে কোনো ব্যক্তির 3 দিনের জন্য মল নির্গত না হওয়ার ফলে ঐ ব্যক্তি দৈনন্দিন জীবনে অসুবিধা অনুভব করার পরিস্থিতিকে বুঝায়।



8-
042

পাচনতন্ত্র এবং সংবহনতন্ত্র ইত্যাদির বিভিন্ন রোগের কারণে প্রায়শই কোষ্ঠকাঠিন্য হয়ে থাকে।



8-
043

মল নির্গমনের জন্য, মলত্যাগের সময় বসার ভঙ্গি এবং পেটের পেশীর কাজ এবং চাপ দেওয়ার শক্তির প্রয়োজন রয়েছে। পেটের পেশির ক্ষমতা হ্রাস পাওয়ার কারণে কোষ্ঠকাঠিন্য হতে পারে।



8-
044

ওষুধের কারণে সাধারণত কোষ্ঠকাঠিন্যের মতো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া লক্ষ্য করা যায়।



8-
045

অবিলম্বে রেচক ঔষধ নির্ধারণের পরিবর্তে, খাদ্যে ফাইবারের পরিমাণ বাড়িয়ে, শরীরকে নাড়াচাড়া করে এবং প্রচুর পরিমাণে তরল পান করে কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করার চেষ্টা করা।



8-
046

দীর্ঘ সময় ধরে হাঁটা বা সিঁড়ি বেয়ে ওঠার মতো অত্যধিক ব্যায়ামের ফলে হাঁটুতে চাপ পড়লেও নিচের অঙ্গে পেশী শক্তি তৈরি করার জন্য হাঁটা এড়ানো উচিত নয়।



8-
047

হাঁটুর জয়েন্টে বোঝা চাপানো এড়িয়ে চলা। পায়ের গোড়ালিতে বসে থাকা অবস্থায় জয়েন্টের সর্বাধিক বাঁক ব্যথা বৃদ্ধির কারণ হয়।



8-
048

সাধারণত সংক্রমণের কারণে জ্বর ও ব্যথা হলে ঠান্ডা প্রয়োগ করা হলেও হাঁটুর অস্থিওআর্থারাইটিস দীর্ঘস্থায়ী হয় বিধায়, গরম সেক প্রদান করা হয়।



8-
049

হাঁটুর উপর বোঝা কমাতে সক্রিয়ভাবে বেত এবং ওয়াকারের মতো সহায়ক ডিভাইস ব্যবহার করা হয়।



8-
050

পারকিনসন রোগে, ডোপামিন কমে যাওয়ার ফলে নড়াচড়ার ব্যাধি দেখা দেয়। শরীরের ভারসাম্য বজায় রাখার চেষ্টা করা রিফ্লেক্স ডিসঅর্ডারের কারণে, সামনের দিকে ঝুঁকে পড়ার মতো ভঙ্গি হয়।



8-
051

পারকিনসন রোগে, নড়াচড়া সম্পর্কিত এক্সট্রাপিরামিডাল সিস্টেমের বাধা বা শরীরের পেশী শক্ত হওয়ার কারণে, অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের নড়াচড়া এলোমেলো হয়ে যায়। হাঁটার সময় পদক্ষেপ সংকীর্ণ হয়ে, পড়া যাওয়া সহজ হয় (হিমায়িত, এলোমেলো, ব্র্যাচিবাসিয়া)।



8-
052

পারকিনসন রোগের অন্যতম লক্ষণ হল অর্থোস্ট্যাটিক হাইপোটেনশন। অর্থোস্ট্যাটিক হাইপোটেনশন বলতে দাঁড়ানোর সময় টলমল করা বা মাথা ঘোরা বোঝায়।



8-
053

পারকিনসন রোগে আক্রান্ত ব্যবহারকারী ব্যক্তির মধ্যে পরিলক্ষিত হওয়া অভিব্যক্তিহীনতা (মুখোশের মতো মুখ) হল এমন একটি অবস্থা, যেখানে পেশীর অনমনীয়তার কারণে মুখের অভিব্যক্তির পরিবর্তন দুর্বল হয়ে পড়ে।



8-
054



নিউমোনিয়া সংক্রামিত হওয়ার কারণে শ্বাসযন্ত্রের কার্যকারিতা বা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা (অনাক্রম্যতা) হ্রাস পেয়ে অন্যান্য ভাইরাস এবং ব্যাকটেরিয়া দ্বারা সংক্রামিত হওয়া সহজ হয়ে যায়। সহজেই অনেক জটিলতার দেখা দিয়ে ইনফ্লুয়েঞ্জার সাথে সহজেই যুক্ত হতে পারে।

8-
055



বয়স্ক ব্যক্তির ক্ষেত্রে রোগের লক্ষণ অস্বাভাবিক হয় এবং নিউমোনিয়ায় আক্রান্ত হওয়ার কিছু ক্ষেত্রে উচ্চমাত্রার জ্বর হয় না। লক্ষণগুলির সূত্রপাত বিলম্বিত হওয়ার প্রবণতা থাকে এবং সবক্ষেত্রেই প্রথম থেকে উচ্চমাত্রার জ্বর পরিলক্ষিত হয় না।

8-
056



ডিস্টাইরিওসিস এর লক্ষণের মধ্যে ফোলাভাব, কর্কশ কণ্ঠস্বর, বিশাল জিহ্বা রয়েছে।

8-
057



মেডিকেল প্র্যাকটিশনার অ্যাক্ট এবং ডেন্টিস্ট অ্যাক্ট, ডাক্তার বা ডেন্টিস্ট ওষুধের জন্য প্রেসক্রিপশন প্রদান করতে পারার কথা ব্যক্ত করা আছে। স্বাস্থ্য সেবিকা এটি করলে তা আইনের পরিপন্থী হবে।

8-
058



হোম সার্ভিস প্ল্যান মূল ব্যক্তি বা ঐ ব্যক্তির পরিবার কর্তৃক তৈরি করা গেলেও, অধিকাংশ ক্ষেত্রে আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা কেন্দ্রে বা বাড়িতে দীর্ঘমেয়াদী নার্সিং কেয়ারকে সহায়তা প্রদানকারী সংস্থার নিকট অনুরোধ করে, নার্সিং কেয়ারকে সহায়তাকারী বিশেষজ্ঞ (কেয়ার ম্যানেজার) কর্তৃক প্রস্তুত করা হয়। বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারের কর্মী উক্ত হোম সার্ভিস প্লানের উপর ভিত্তি করে নার্সিং কেয়ার পরিষেবা বিকাশ করে।

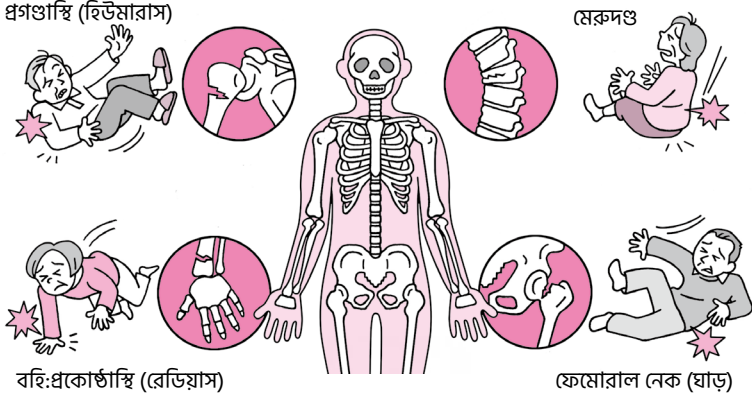


লার্নিং পয়েন্ট

■ প্রেসার আলসার (বেডসোর) প্রবণ এলাকা



■ বয়স্কদের মধ্যে সাধারণ হাড় ভাঙ্গার স্থান



9

স্মৃতিদ্বংশ (ডিমেনশিয়া) বোঝা

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

9-
001



ডিমেনশিয়ার লক্ষণগুলিতে মনোযোগ দেয়ার পরিবর্তে, সেই ব্যক্তির চারিত্রিক প্রবণতা বা জীবনের ইতিহাসের দিকে মনোযোগ দিয়ে, মূলত সেই ব্যক্তির "ব্যক্তিত্বকে" কেন্দ্র করে, সেই ব্যক্তির কাছ থেকে দেখা পরিস্থিতি বোঝার চেষ্টা করার চিন্তাধারা।

9-
002



2017 সালের বয়স্ক সমাজের শ্বেতপত্র অনুসারে, 2012 সালে ডিমেনশিয়া আক্রান্ত মানুষের সংখ্যা প্রায় 4.62 মিলিয়ন জন হলেও 2025 সালের মধ্যে প্রায় 7 মিলিয়ন জন হওয়ার অনুমান করা হয়েছে।

9-
003



নীতিগতভাবে, অঞ্চল ভিত্তিক পরিষেবাটি শুধুমাত্র পৌরসভার বাসিন্দারা ব্যবহার করতে পারেন।

9-
004



"নিউ অরেঞ্জ প্ল্যান" এর সাতটি স্তম্ভ হল; ① ডিমেনশিয়া সম্পর্কে বোঝাপড়া জনপ্রিয়করণ · জ্ঞানদান, ② সময়মত এবং উপযুক্ত চিকিৎসা / নার্সিং কেয়ার প্রদান, ③ প্রাথমিকভাবে শুরু হওয়া ডিমেনশিয়ার জন্য ব্যবস্থা জোরদার করা, ④ পরিচর্যা কারীর জন্য সহায়তা, ⑤ ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত বয়স্ক ব্যক্তির জন্য বন্ধুত্বপূর্ণ অঞ্চল তৈরি করা, ⑥ ডিমেনশিয়া সম্পর্কিত গবেষণা উন্নয়নের প্রচার, ⑦ ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত বয়স্ক ব্যক্তি এবং তার পরিবারের দৃষ্টিভঙ্গিকে গুরুত্ব প্রদান করা।

9-
005



প্রাপ্তবয়স্কদের অভিভাবকত্ব ব্যবস্থার মধ্যে স্বেচ্ছাকৃত অভিভাবকত্ব ব্যবস্থা এবং আইনি অভিভাবকত্ব ব্যবস্থা রয়েছে।

9-
006



দৈনন্দিন জীবনের আত্মনির্ভরতাকে সহায়তা প্রদান করা প্রকল্পের ক্ষেত্রে, প্রিফেকচারাল কাউন্সিল অফ সোশ্যাল ওয়েলফেয়ার বা মনোনীত সিটি সমাজকল্যাণ পরিষদ, বাস্তবায়নকারী সংস্থা হিসাবে দায়িত্ব পালন করে, সমাজকল্যাণের মিউনিসিপ্যাল কাউন্সিল কাউন্টার সার্ভিসের দায়িত্ব পালন করে।

9-
007



ডিমেনশিয়ার জন্য আঞ্চলিক সহায়তার জন্য এজেন্ট প্রতিটি পৌরসভার জন্য আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা কেন্দ্র, পৌরসভা, ডিমেনশিয়া রোগের চিকিৎসা কেন্দ্র ইত্যাদিতে নিয়োগ করা হয়।

9-
008



ডিমেনশিয়ার মূল লক্ষণের মধ্যে স্মৃতিশক্তির হ্রাস, জ্ঞানীয় কর্মহীনতা (ডিসঅরিয়েন্টেশন), গণনা করার ক্ষমতা হ্রাস, সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষমতা হ্রাস, অ্যাফেসিয়া, অ্যাপ্রাক্সিয়া, অ্যাপ্রাক্সিয়া, এবং নির্বাহী কার্যে ঘাটতি অন্তর্ভুক্ত রয়েছে (► G008 দেখুন)।

9-
009



বয়সের সাথে ভুলে যাওয়ার তুলনায় ডিমেনশিয়ার কারণে ভুলে যাওয়ার বৈশিষ্ট্য হল, পুরো অভিজ্ঞতা ভুলে গিয়ে, বেশিরভাগ ক্ষেত্রে ভুলে যাওয়া সম্পর্কে সচেতনতা না থাকা এবং ভুলে যাওয়া বৃদ্ধি পাওয়ার ফলে দৈনন্দিন জীবনে বাধা প্রদান।

9-
010



বয়সের সাথে ভুলে যাওয়ার বৈশিষ্ট্য হল, অভিজ্ঞতার একটি অংশ ভুলে গিয়ে, ভুলে যাওয়া সম্পর্কে সচেতনতা থাকা। সাধারণভাবে, ভুলে যাওয়া বৃদ্ধি পায় না, এবং দৈনন্দিন জীবনে বাধা প্রদান করে না।

9-
011



অ্যাগনোসিয়া হল, সংবেদী ফাংশন ক্ষতিগ্রস্ত না হলেও, দেখা বা শোনা বিষয় সঠিকভাবে বুঝতে না পারার অক্ষমতা। অ্যাপ্রাক্সিয়া হল নড়াচড়ার (মোটর) ফাংশন ক্ষতিগ্রস্ত না হলেও, উদ্দেশ্যে অনুযায়ী যথাযথ আচরণ করতে না পারা।

9-
012

নির্বাহী কার্যে ঘাটতি হল, পরিকল্পনা করে বাস্তবায়ন করতে না পারার কারণে, ADL (Activities of Daily Living : দৈনন্দিন জীবনের কার্যকলাপ) বাধাগ্রস্ত হওয়া।



9-
013

জ্ঞানীয় কর্মহীনতা (ডিসঅরিয়েন্টেশন) বলতে দৈনন্দিন জীবনের জন্য প্রয়োজনীয় সময়, স্থান এবং ব্যক্তির মতো তথ্য বোঝার ক্ষমতা হারিয়ে ফেলাকে বোঝায়।



9-
014

অ্যাফেসিয়া বা বাকরোধ হল, উচ্চারণ সম্পর্কিত অঙ্গ বা শ্রবণশক্তির ক্ষেত্রে কোনো প্রতিবন্ধকতা না থাকলেও, বলা, শোনা, লেখা, পড়ার মতো ভাষার ফাংশনের নির্বাচনী ক্ষতি। কথা বলার কার্যকারিতা বা ফাংশন হারানোর অবস্থাকে মোটর অ্যাফেসিয়া, শোনার র্যকারিতা বা ফাংশন হারানোর অবস্থাকে সংবেদী অ্যাফেসিয়া বলা হয়।



9-
015

REM ঘুমের আচরণগত ব্যাধি হল লুই বডি ডিমেনশিয়ায় (স্মৃতিভ্রংশ) আক্রান্ত ব্যক্তির মধ্যে পরিলক্ষিত হওয়া লক্ষণের মধ্যে একটি।



9-
016

স্মৃতিশক্তির হ্রাস তরাণ্বিত হলেও চারপাশের লোকেরা কীভাবে দেখছে তা বোঝার ক্ষমতা প্রায়শই সংরক্ষিত থাকে। এছাড়াও, একজন ব্যক্তি হিসাবে মৌলিক মানসিক প্রক্রিয়ার পরিবর্তন হয় না।



9-
017

প্রলাপের ক্ষেত্রে চেতনার বিশৃঙ্খলা পরিলক্ষিত হয় এবং হ্যালুসিনেশনের সাথে একসাথে দেখা দিতে পারে। সূত্রপাত তীব্র হয় এবং উপসর্গ সারা দিন পরিবর্তিত হয়। রাতের প্রলাপ রাতে সবচেয়ে বেশি পরিলক্ষিত হয়।



9-
018

বিষণ্নতা প্রায়ই সারা দিন পরিবর্তিত হয়। সাধারণভাবে, তারা সকালে ভালো বোধ না করে, বিকেলে প্রায়ই সক্রিয়তা বৃদ্ধি পায়।



9-
019

আলঝেইমার ডিমেনশিয়ার কোন সুস্পষ্ট শুরু হওয়ার সময় নেই এবং আকস্মিক ভুলে যাওয়া শুরু হয়ে, ধীরে ধীরে অগ্রসর হয় (➔ G008 দেখুন)।



9-
020

আলঝেইমার ডিমেনশিয়ার (স্মৃতিভ্রংশ) ক্ষেত্রে, টেম্পোরাল লোবের (কানের লতি) ভিতরে অবস্থিত হিপোক্যাম্পাস, লিম্বিক কর্টেক্সে স্পষ্ট ক্ষতি দেখা যায় এবং প্রথম দিক থেকেই স্মৃতিশক্তির হ্রাস পরিলক্ষিত হয় (➔ G008 দেখুন)।



9-
021

সেরিব্রোভাসকুলার ব্যাধির ক্ষেত্রে, মস্তিষ্কে রক্তক্ষরণ, সাবঅ্যারাকনয়েড রক্তক্ষরণ, সেরিব্রাল ইনফ্রাকশন ইত্যাদি রয়েছে এবং ক্ষতিগ্রস্ত অংশের উপর নির্ভর করে বিভিন্ন ব্যাধির সৃষ্টি হয়। সেরিব্রোভাসকুলার ব্যাধি জীবনধারা সম্পর্কিত রোগের কারণে হয়।



9-
022

ভাস্কুলার ডিমেনশিয়া (রক্তনালীর স্মৃতিভ্রংশ), ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া মস্তিষ্কের স্থানের উপর নির্ভর করে, প্রায়ই নড়াচড়ার ব্যাধির সাথে একসাথে পরিলক্ষিত হয়। স্মৃতিশক্তির হ্রাস বা জ্ঞানীয় কমহীনতা (ডিসঅরিয়েন্টেশন) ছাড়াও মানসিক অসংযম, মতিভ্রম, প্রলাপ, বিষণ্নতার লক্ষণ, ভাষার প্রতিবন্ধকতা, উপলব্ধির ব্যাঘাত, হেমিপ্লিজিয়ার মতো স্বাভাবিক লক্ষণের সাথে পরিলক্ষিত হতে পারে (➔ G008 দেখুন)।



9-
023

লুই বডি ডিমেনশিয়া (স্মৃতিভ্রংশ) এর ক্ষেত্রে পারকিনসন্সয়ের লক্ষণ পরিলক্ষিত হয়ে সমস্ত শরীরের নড়াচড়া করা খারাপ হয়ে যায়। হাঁটাচলা জমে যাওয়া, ছোট ছোট পায়ে হাঁটা, সামনে ঝুকে বসার ভঙ্গি, হঠাৎ থামতে না পারার মতো লক্ষণ রয়েছে এবং পড়ে যাওয়ার পুনরাবৃত্তি ঘটে। উপরন্তু কল্পনাময় অভিজ্ঞতার সাথে সহজে যুক্ত হতে পারে (➔ G008 দেখুন)।



9-
024

লুই বডি ডিমেনশিয়াতে (স্মৃতিভ্রংশ), অজ্ঞান হওয়া, উপসর্গের দৈনিক পরিবর্তন, চেতনার ক্ষণস্থায়ী ব্যাঘাত ইত্যাদির মতো বৈশিষ্ট্য পরিলক্ষিত হয় (➔ G008 দেখুন)।



9-
025

ব্যক্তিত্ব পরিবর্তনের লক্ষণ হিসাবে, বদলে যাওয়া মানুষের মত অদ্ভুত আচরণের পুনরাবৃত্তি করা। আচরণের ক্ষেত্রে, একই প্যাটার্ন পুনরাবৃত্তি করার প্রবণতা পরিলক্ষিত হয়।



9-
026

ফ্রন্টোটম্পোরাল ডিমেনশিয়ার (স্মৃতিভ্রংশ) অন্যতম বৈশিষ্ট্য হিসাবে, মধ্যম পর্যায়ে স্টেরিওটাইপিক্যাল আচরণ পরিলক্ষিত হয়। স্টেরিওটাইপিক্যাল আচরণ বলতে, প্রতিদিন একই আচরণ করতে না পারলে অসন্তুষ্ট হওয়ার উপসর্গকে বুঝায় (➔ G008 দেখুন)।



9-
027

কুজফেল্ড - জেকব রোগ, সাধারণত 50 থেকে 60 বছর বয়সের মধ্যে শুরু হয় এবং লক্ষণ শুরু হওয়ার 6 থেকে 12 মাস পরে মৃত্যু ঘটে।



9-
028

ক্রনিক সাবডুরাল হেমাটোমার ক্ষেত্রে, আঘাতের প্রায় 1 থেকে 3 মাস পর, রক্তের চিউমার ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পেয়ে, মাথাব্যথা এবং ভুলে যাওয়া ভয়ানক হয়ে ওঠে। মস্তিষ্কের অস্ত্রোপচারের মাধ্যমে রক্তের চিউমার অপসারণ করা সম্ভব হওয়ায়, এটি নিরাময়যোগ্য ডিমেনশিয়ার সাধারণ রোগ।



9-
029

নরমাল প্রেসার হাইড্রোসেফালুসের প্রধান লক্ষণের মধ্যে জ্ঞানীয় প্রতিবন্ধকতা, হাঁটার ভঙ্গির ব্যাধি এবং প্রস্রাবের অসংযম পরিলক্ষিত হয়। চিকিৎসার মাধ্যমে নিরাময় করা যায় এমন ডিমেনশিয়া।



9-
030

থাইরয়েড ফাংশনের উন্নতির মাধ্যমে ডিমেনশিয়ার লক্ষণ অদৃশ্য হয়ে যায়। চিকিৎসার মাধ্যমে নিরাময় করা যায় এমন ডিমেনশিয়া।



9-
031

অকাল বার্ধক্য, কার্যকারক রোগ নির্বিশেষে 65 বছর বয়সের আগে বিকাশ লাভ করা ডিমেনশিয়াকে বোঝায়। অধিকন্তু 18-39 বছর বয়সকে জীবনের প্রথমার্ধ, 40-64 বছর বয়সকে শরৎকাল হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়।



9-
032

বার্ধক্যজনিত ডিমেনশিয়ার তুলনায়, অকাল বার্ধক্যের ডিমেনশিয়ার প্রকোপ উল্লেখযোগ্যভাবে কম হয়ে থাকে এবং দ্রুত অগ্রগতি ঘটে। পুরুষদের মধ্যে সাধারণত বেশি ঘটে।



9-
033

HDS-R বা MMSE, জনসংখ্যা থেকে ডিমেনশিয়ার সন্দেহযুক্ত ব্যক্তিকে বের করার জন্য একটি স্ক্রীনিং পরীক্ষা হিসাবে ব্যবহৃত হয় এবং শুধুমাত্র HDS-R বা MMSE দিয়ে আনুষ্ঠানিক রোগ নির্ণয় করা যায় না।



9-
034

ডিমেনশিয়ার প্রাথমিক পর্যায়ে, জীবন পরিচালনার ক্ষমতা IADL হ্রাস পাওয়ার কারণে, অর্থ ব্যবস্থাপনা, কেনাকাটা, একা বের হওয়া, খাবারের মেনু পরিকল্পনা থেকে রান্না পর্যন্ত, বাসস্থান গুছিয়ে রাখতে পারা না পারা ইত্যাদির মতো জীবনযাত্রার অবস্থা মূল্যায়ন করা হয়।



9-
035

ডিমেনশিয়ার জন্য ড্রাগ থেরাপি, রোগের অগ্রগতি সম্পূর্ণরূপে বন্ধ করতে না পারলেও রোগের অগ্রগতিকে দমন করে।



9-
036

ডনেপেজিল হাইড্রোক্লোরাইডের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার মধ্যে ক্ষুধামান্দ্য, বদহজম, ডায়রিয়া ইত্যাদির মতো পেটের অসুখ রয়েছে।



9-
037

ডিমেনশিয়ার প্রতিরোধ হিসাবে পরিচালনা করা পপুলেশন এপ্রোচ হিসাবে, লেকচার ইত্যাদির মাধ্যমে ডিমেনশিয়া প্রতিরোধ করার চিন্তাধারা প্রচার এবং জ্ঞানদান করার মতো বিষয় রয়েছে। হাই রিস্ক এপ্রোচ হিসাবে, সত্যিকার অর্থে খাবারের উন্নতি ইত্যাদির মতো স্বাস্থ্য নির্দেশনা রয়েছে।



9-
038

হালকা মাত্রার জ্ঞানীয় প্রতিবন্ধকতা বলতে আলঝেইমার ডিমেনশিয়ার (স্মৃতিভ্রংশ) প্রাক-পর্যায় হিসাবে, ভুলে যাওয়ার অভিযোগ থেকে, স্মৃতিশক্তি হ্রাস লক্ষ্য করা গেলেও ADL (দৈনন্দিন জীবনের কার্যকলাপ) বা সাধারণ জ্ঞানীয় কার্যকারিতার স্বাভাবিক অবস্থাকে বুঝায়। এই পর্যায়ে মস্তিষ্কের কার্যকলাপের পুনর্বাসন পরিচালনা করা কার্যকর হয়ে থাকে।



9-
039

মানসিক অসংযম আবেগ নিয়ন্ত্রণ করতে অক্ষম হওয়ার অবস্থাকে বর্ণনা করে। প্রায়ই ভাস্কুলার ডিমেনশিয়ার (রক্তনালীর স্মৃতিভ্রংশ) ক্ষেত্রে পরিলক্ষিত হয়ে থাকে।



9-
040

হ্যালুসিনেশনের মধ্যে, অস্তিত্বহীন বস্তু বা মানুষ দেখতে পাওয়ার দৃষ্টি ভ্রম বা হ্যালুসিনেশন, শব্দার কথা নয় এমন কণ্ঠস্বর শুনতে পাওয়ার শ্রবণ হ্যালুসিনেশন রয়েছে। দৃষ্টি ভ্রম বা হ্যালুসিনেশন হল লুই বডি ডিমেনশিয়ার (স্মৃতিভ্রংশ) অন্যতম বৈশিষ্ট্য।



9-
041

মতিভ্রমের মধ্যে, "আমার টাকা চুরি হয়েছে" ইত্যাদির মতো চুরি হওয়ার মতিভ্রম, অথবা, "খাবারে বিষ আছে" ইত্যাদির মতো নিপীড়িত হওয়ার মতিভ্রম রয়েছে।



9-
042

সন্ধ্যার দিকে , "বাড়ি যাবো", বলে অনুনয় করাকে বাড়িতে যাওয়ার ইচ্ছা বলা হয়।
নিজের বাড়িতে থাকলেও এই ধরণের ভাষা এবং আচরণ পরিলক্ষিত হয়।



9-
043

স্টেরিওটাইপিক্যাল আচরণ বলতে একই আচরণের পুনরাবৃত্তিকে বোঝায় এবং প্রায়শই ফ্রন্টোটম্পোরাল ডিমেনশিয়া (স্মৃতিভ্রংশ) ক্ষেত্রে পরিলক্ষিত হয়ে থাকে।



9-
044

মাঝারি বা উচ্চমাত্রার আলঝেইমার ডিমেনশিয়া (স্মৃতিভ্রংশ) বা লুই বডি ডিমেনশিয়ার (স্মৃতিভ্রংশ) ক্ষেত্রে অখাদ্য বস্তু ভুল বুঝে খেয়ে ফেলার সম্ভাবনা থাকে।



9-
045

ডায়াপার ব্যবহার করার ক্ষেত্রে, ডায়াপারে মল জমা হলে, অস্বস্তি বোধ করে ডায়াপার অপসারণ করার সম্ভাবনা থাকে। টিকে প্রদান করা নাসিং কেয়ারের পদ্ধতি থেকে উদ্বৃত্ত আচরণ বলা হয়ে থাকে।



9-
046

একাকীত্ব বা বিচ্ছিন্নতার অনুভূতি শক্তিশালী হয়ে উঠলে, সেই পরিস্থিতি সম্পর্কে কিছু করার কথা চিন্তা করে, জিনিসপত্র সংগ্রহ করে চারপাশে রাখার মাধ্যমে নিরাপদ বোধ করার চেষ্টা করা হয়ে থাকে।



9-
047

আচরণগত এবং মনস্তাত্ত্বিক লক্ষণ হলে, ডিমেনশিয়ার প্রকোপ বৃদ্ধি পাওয়ার সাথে সাথে, জ্ঞানীয় কার্যকারিতা হ্রাস পাওয়ার মাধ্যমে পরিলক্ষিত হওয়া মূল লক্ষণ ছাড়াও, পরিবেশ বা চারপাশের মানুষের সাথে সম্পর্কের দ্বারা প্রভাবিত হয়ে, সচেতনতা বা চিন্তা, মেজাজ বা আচরণের লক্ষণ হিসাবে আবির্ভূত হওয়া বিস্ময় (► G008 দেখুন)।



9-
048



ডিমেনশিয়ার আচরণগত এবং মনস্তাত্ত্বিক লক্ষণ, অনেক ধরণের কারণবশত উদ্ভূত হওয়া লক্ষণ বিধায় সমস্ত ডিমেনশিয়া রোগীদের মধ্যে পরিলক্ষিত হয় না। উপরন্তু, সেই ব্যক্তিকে প্রদান করা সহায়তার পদ্ধতির উপর নির্ভর করে বৃদ্ধি বা হ্রাস পেতে পারে।

9-
049



আচরণগত এবং মনস্তাত্ত্বিক লক্ষণকে দমন বা নিষিদ্ধ করা, প্রায়ই ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির নিকট "অস্বীকার বা অগ্রাহ্য করা" হয়েছে মনে হওয়ায়, উল্টো সহজেই নেতিবাচক আবেগকে শক্তিশালী করে। অতএব, দমন / নিষেধের বিকল্প পন্থা অবলম্বন করা প্রায়শই বেশি কার্যকর হয়ে থাকে।

9-
050



দুশ্চিন্তা, ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত প্রতিটি ব্যক্তি কর্তৃক, বিভিন্ন আকারে প্রকাশ করা হয়। ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির প্রায়শই তাদের উদ্বেগের কারণ নিজে বিশ্লেষণ করতে পারে না।

9-
051



ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির আত্মসম্মানকে গুরুত্ব প্রদান করার জন্য, নেতিবাচক শব্দ এড়িয়ে চলা, ব্যর্থতার জন্য দোষারোপ করা এড়িয়ে চলা। বিষয়গত জগতকে গ্রহণ করার জন্য, ব্যক্তির জীবন ইতিহাসকে উপলব্ধি করে বাস্তব জগত থেকে ভিন্ন হলেও তা অস্বীকার না করা।

9-
052



তিরস্কার, অস্বীকার ইত্যাদির মাধ্যমে সাড়া প্রদান করা, ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির আচরণগত এবং মনস্তাত্ত্বিক লক্ষণ (BPSD) উন্নত করতে সাহায্য না করে, উল্টো বিভ্রান্তি এবং উত্তেজনা সৃষ্টি করে এবং আক্রমণাত্মক ভাষা ও আচরণকে সহজেই প্ররোচিত করে।

9-
053



ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তিকে সহায়তা করার গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হল, মূল ব্যক্তি নিজে "এখনও করতে পারা বিষয়" এবং "আর করতে না পারা বিষয়" বুঝে, "আর করতে না পারা বিষয়ের" জন্য শিথিলভাবে সেই অংশটি পরিপূর্ণ করে, মূল ব্যক্তি ব্যর্থ না হওয়ার জন্য প্রতিরোধমূলকভাবে জড়িত হওয়া।

9-
054



ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির সহজেই তাদের আশেপাশের দ্বারা প্রভাবিত হয়। গোলমাল সহ অনেক উদ্দীপকের সংস্পর্শে আসলে প্রায়শই ক্লান্ত হয়ে বিভ্রান্ত হয়ে পড়ে। উদ্দীপকের পরিমাণ এবং গুণমান নিয়ন্ত্রণ করে আরামদায়ক পরিবেশ তৈরি করা গুরুত্বপূর্ণ।

9-
055



জ্ঞানীয় কর্মহীনতা (ডিসঅরিয়েন্টেশন) সহ ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির সহজেই স্থানের সাথে সংযোগের অনুভূতি হারিয়ে ফেলে। তাই নতুন জায়গা মনে রেখে, নিজের বসবাসের জায়গা বলে অনুভূত করা কঠিন হয়ে যায়। পরিবেশগত পরিবর্তনের ব্যবধান পূরণের জন্য বিবেচনা করা প্রয়োজন।

9-
056



স্মৃতিশক্তির হ্রাস বা জ্ঞানীয় কর্মহীনতা (ডিসঅরিয়েন্টেশন) সহ ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তি অপরিচিত স্থানে একাকী অস্বস্তি বোধ করার সময়, নির্ভরযোগ্য ব্যক্তির উপস্থিতিতে উদ্বেগ হ্রাস পেতে পারে। ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির জন্য নির্ভরযোগ্য উপস্থিতি হিসাবে অনুভূত হওয়া নার্সিং কেয়ার কর্মী নিকট প্রত্যাশা করা হয়।

9-
057



আঞ্চলিক কেয়ার কাউন্সিল পৌরসভা বা আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা কেন্দ্রে স্থাপন করা হয়।

9-
058



আঞ্চলিক ব্যাপক সহায়তা কেন্দ্র তিনজন বিশেষজ্ঞ নিয়োগ করা হয়েছে এবং ব্যাপক সহায়তা প্রকল্প হিসাবে, ① প্রাথমিক নার্সিং কেয়ার প্রতিরোধ সহায়তা প্রকল্প, ② ব্যাপক পরামর্শ সহায়তা প্রকল্প, ③ অধিকারের জন্য ওকালতি করা প্রকল্প এবং ④ ব্যাপক ও নিরবিচ্ছিন্ন যত্নের ব্যবস্থাপনা সহায়তা প্রকল্প পরিচালনা করা হচ্ছে।

9-
059



ডিমেনশিয়া ক্যাফে হল ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তি এবং তার পরিবারের স্থানীয় বাসিন্দা বা পেশাদারদের সাথে তথ্য শেয়ার করা এবং একে অপরকে বোঝার জন্য জায়গা। পরিচালনার কোন নির্দিষ্ট মানদণ্ড নেই, বিভিন্ন উদ্দেশ্য এবং আকারের ডিমেনশিয়া ক্যাফে সারা দেশে ছড়িয়ে পড়ছে।

9-
060



নাসিং কেয়ার ক্লাসরুম, শুধুমাত্র শারীরিক নাসিং কেয়ার সম্পর্কিত কৌশল শেখার জন্য নয়, ডিমেনশিয়া সম্পর্কিত জ্ঞান বা মোকাবেলা করার পদ্ধতি সম্পর্কেও শিখে, যে কারো জন্য সহজে তথ্য পাওয়ার সুযোগে পরিণত করার জন্য, ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির পরিবারের সদস্যদের জন্যও সহায়ক হয়ে থাকে।

9-
061



ডিমেনশিয়া সাপোর্টার হল, ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির এবং তার পরিবারকে স্থানীয় এলাকায় এবং কর্মক্ষেত্রে ডিমেনশিয়া সম্পর্কে সঠিক জ্ঞান দিয়ে সাহায্য করার জন্য স্বেচ্ছায় সেবা প্রদান করা ব্যক্তি। প্রিফেকচার এবং পৌরসভার মতো স্থানীয় সরকার, জাতীয় পেশাগত সংস্থা, কোম্পানির মতো সংগঠন কর্তৃক বাস্তবায়িত ডিমেনশিয়া সাপোর্টার প্রশিক্ষণ কোর্সে যোগদান করা প্রয়োজন।

9-
062



ডিমেনশিয়ার প্রাথমিক নিবিড় সহায়তা দলে, শুধু চিকিৎসা সম্পর্কিত পেশাদার নয়, নাসিং কেয়ার ওয়ার্কার, সমাজ সেবী, মানসিক রোগের জন্য সামাজিক কর্মীর মতো জাতীয়ভাবে নিবন্ধিত সমাজ সেবীকেও সংশ্লিষ্ট করে, বহু-পেশাগত সহযোগিতার মাধ্যমে সহায়তা প্রদান করা হয়।

9-
063



ডিমেনশিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির পরিবারের সদস্যের নাসিং কেয়ার সম্পর্কিত বিষয়গত পতন হওয়া অস্বাভাবিক নয়। এমন অবস্থা থেকে, নেগলেক্ট (নাসিং কেয়ার পরিত্যাগ) থেকে শুরু করে নির্যাতনে রূপ নিতে পারে।

9-
064



ডিমেনশিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির যত্ন নেওয়া পরিবারকে দিনে 24 ঘন্টার অস্থির জীবনযাপন অব্যাহত রাখতে হতে পারে। এমনকি সাময়িকভাবে বিরতি নেওয়ার মাধ্যমে, নাসিং কেয়ারের বোঝা বা চাপ হ্রাস করা যেতে পারে।

9-
065



একই পরিস্থিতিতে থাকা ব্যক্তির সাথে কথা বলা পিয়ার কাউন্সেলিং হিসাবে কাজ করতে পারে। পিয়ার এর অর্থ হল "সহকর্মী"। একই সমস্যার সম্মুখীন ব্যক্তির একত্রিত হয়ে, উদ্বেগ ব্যক্ত করে, একে অপরকে উৎসাহিত করে, সমস্যা কাটিয়ে ওঠার অভিজ্ঞতা আলোচনা করে, ভালো অনুভব করা যেতে পারে।

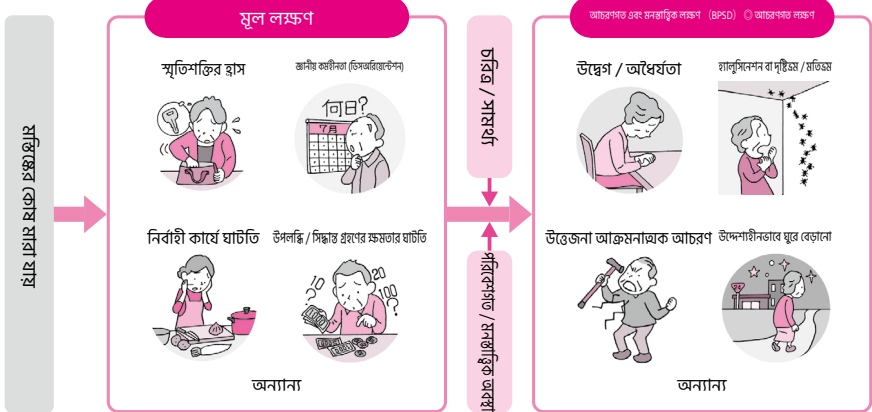


লার্নিং পয়েন্ট

■ ডিমেনশিয়ার প্রধান অন্তর্নিহিত রোগ এবং উপসর্গ।

শ্রেণীবিভাগ		প্রধান লক্ষণ ইত্যাদি
① আলঝেইমার ডিমেনশিয়া (স্মৃতিভ্রংশ)		<ul style="list-style-type: none"> • রোগের আক্রমণ / অগ্রগতি শিথিল হয়ে থাকে। • স্মৃতিশক্তির হ্রাস দিয়ে শুরু হয়। • মেজাজ প্রায়শঃই ভালো থাকে। • অগ্রগতি বিলম্বিত করার জন্য ওষুধ রয়েছে।
② ভাস্কুলার ডিমেনশিয়া (রক্তনালীর স্মৃতিভ্রংশ)		<ul style="list-style-type: none"> • পর্যায়ক্রমে অগ্রগতি ঘটে। • হেমিপ্লিজিয়া এবং ভাষার প্রতিবন্ধকতা। • করতে পারা এবং করতে না পারার বিষয় রয়েছে।
③ লুই বডি ডিমেনশিয়া (স্মৃতিভ্রংশ)		<ul style="list-style-type: none"> • দেখতে না পাওয়ার বস্তু দেখতে পাওয়া (ভিজুয়াল হ্যালুসিনেশন)। • ছোট পদক্ষেপের সাথে পা টেনে হেঁচড়ে হাঁটা ইত্যাদি (পারকিনসন রোগ)। • স্বপ্ন অনুযায়ী কথা বলা (ঘুমের আচরণের ব্যাধি)।
④ ফ্রন্টোটম্পোরাল ডিমেনশিয়া (স্মৃতিভ্রংশ)		<ul style="list-style-type: none"> • যুক্তি এবং সংযম কাজ না করা। • ব্যক্তিত্বের পরিবর্তন। • নির্দিষ্ট প্যাটার্নের আচরণ। • উত্তেজনা এবং আগ্রাসন।

■ ডিমেনশিয়ার মূল লক্ষণ এবং আচরণগত / মনস্তাত্ত্বিক লক্ষণ (BPSD)



আচরণগত এবং মনস্তাত্ত্বিক লক্ষণকে পেরিফেরাল লক্ষণও বলা হয়।

10

অক্ষমতা বোঝা

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

10-001



ICIDH এর ক্ষেত্রে, রোগ বা মডুলেশনের কারণে কার্যকরী ব্যাধি বা অঙ্গসংস্থানগত ক্ষতি হয় এবং সেখান থেকে দক্ষতার ব্যাধির সৃষ্টি হয়ে সামাজিক অসুবিধার দিকে পরিচালিত করে বলে মনে করা হয়।

10-002



ICF এর সামাজিক মডেল অক্ষমতাকে পরিবেশ দ্বারা সৃষ্ট বস্তু হিসাবে দেখে।

10-003



প্রতিবন্ধী ব্যক্তির বৈষম্য দূর করা আইনে, "অক্ষমতার ভিত্তিতে বৈষম্য দূরীকরণ প্রচার করে, সব নাগরিককে অক্ষমতার উপস্থিতি বা অনুপস্থিতি দিয়ে বিভক্ত না করে, লোকেরা একে অপরের ব্যক্তিত্ব এবং ব্যক্তিত্বকে সম্মান করে সহাবস্থান করা সমাজ অর্জনকে লক্ষ্য হিসাবে" নেওয়া হয়েছে।

10-004



সামাজিক জীবন বজায় রেখে কঠিন পরিস্থিতিতে থাকা প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য, কার্যকর, ঝামেলাবিহীন সহায়তা প্রদান করার জন্য অঞ্চলের সংশ্লিষ্ট সংস্থার সাথে সহযোগিতা করা যায়।

10-005



যুক্তিসঙ্গত সুযোগ সুবিধা প্রদান করা হল, দেশ / স্থানীয় সরকারের জন্য (আইনি বাধ্যবাধকতা), ব্যক্তিগত বিজিনেস অপারেটরের জন্য (আন্তরিক প্রচেষ্টা চালানোর বাধ্যবাধকতা)।

10-006

যুক্তিসঙ্গত বিবেচনার বাস্তবায়নের জন্য সেই দৃশ্যপট, পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে, প্রত্যেক ব্যক্তির অক্ষমতার বৈশিষ্ট্য অনুযায়ী উপযুক্ত বিবেচনার প্রয়োজন।



10-007

ব্যাঙ্ক-মিকেলসেন নরমালাইজেশনের সমর্থক ছিলেন এবং বুদ্ধিবৃত্তিকভাবে অক্ষম মানুষের কল্যাণে কাজ করেছিলেন। নির্জে (Nirje,B.) ৪ টি নীতিতে সংক্ষিপ্ত করেছেন।



10-008

প্রতিবন্ধী ব্যক্তির বসবাস করার জায়গাকে সুস্থ মানুষের মতই, স্থানীয় এলাকায় বেঁচে থাকার লক্ষ্যের সেটিং এ নির্ধারণ করা বাঞ্ছনীয়।



10-009

সোশ্যাল ইনক্লুশন হল, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি, বৃদ্ধ, শিশু, অভিবাসী ইত্যাদির মতো সামাজিকভাবে দুর্বল ব্যক্তি সহ, সবাইকে সমাজে জড়িত করার ধারণা।



10-010

নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তির ক্ষমতা বের করে এনে, ব্যবহারকারী ব্যক্তি নিজে সমস্যা সমাধান করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সহায়তা প্রদান করে (ক্ষমতায়ন)।



10-011

নাসিং কেয়ার কর্মী ব্যবহারকারী ব্যক্তির করতে পারা বিষয়ের উপর মনোনিবেশ করে। সেটিকে শক্তি (স্ট্রেন্থ) হিসাবে বৃদ্ধি করতে সহায়তা করে।



10-
1012



অ্যাডভোকেসি বা ওকালতি হল ব্যবহারকারী ব্যক্তির পক্ষে ব্যবহারকারী ব্যক্তির অবস্থান থেকে রক্ষা ও সহায়তা করা (অধিকারের জন্য ওকালতি করা)। বুদ্ধিবৃত্তিক অক্ষমতা বা মানসিক অসুখের কারণে সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতা হ্রাস পেলে নিজের অভিপ্রায় বা অধিকার অবহিত করতে না পারার সম্ভাবনা রয়েছে।

10-
1013



চিকিৎসাগত পুনর্বাসনের ক্ষেত্রে, অসুস্থতার চিকিৎসা এবং কার্যকারিতা পুনরুদ্ধারের প্রশিক্ষণ ইত্যাদি পরিচালনা করা হয়। পক্ষাঘাত ইত্যাদির কারণে প্রভাবশালী হাত ব্যবহার করতে না পারলে, প্রভাবশালী হাত পরিবর্তন করার প্রশিক্ষণ প্রদান করা হয়।

10-
1014



"পেশাগত সহায়তা" অর্থনৈতিক পুনর্বাসনের আওতায় পড়ে। কাজের পরিচিতি, পেশাগত দিকনির্দেশনা, পেশাগত প্রশিক্ষণ ইত্যাদি প্রদান করা হয়।

10-
1015



লঘুমস্তিষ্ক (সেরিবেলাম) ভারসাম্যের মতো গতিবিধি সমন্বয় করার কাজ করে। স্নায়ু কোষ ধ্বংসের কারণে অ্যাটাক্সিয়া (টলমল করা ইত্যাদি) পরিলক্ষিত হয়।

10-
1016



স্পিনোসেরেবেলার অবক্ষয়ের প্রাথমিক লক্ষণের মধ্যে টলমল করে হাঁটা অন্তর্ভুক্ত এবং পড়ে যাওয়ার ঝুঁকি থাকে। তবে হাঁটতে পারলে ডিসইউজ সিনড্রোম প্রতিরোধ করতে লাঠি ইত্যাদি ব্যবহার করার কথা বিবেচনা করা।

10-
1017



সেরিব্রাল পলসির ক্ষেত্রে, গর্ভাবস্থা থেকে 4 সপ্তাহ বয়স পর্যন্ত নবজাতকের মস্তিষ্কের ক্ষতি হওয়ার ফলে প্যারালাইসিস, অনৈচ্ছিক নড়াচড়া এবং পেশীতে টান ইত্যাদির মতো নড়াচড়ার ব্যাধি পরিলক্ষিত হয়।

10-
018

সেরিব্রাল পলসিকে উপসর্গের উপর ভিত্তি করে, স্পাস্টিক টাইপ বা অ্যাথেটেয়েড টাইপ, অনমনীয় টাইপ, অ্যাটাক্রিয়া টাইপ, মিশ্র টাইপ হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়।



10-
019

সুযুন্মাকাণ্ড বা মেরুরজ্জুর (স্পাইনাল কর্ড) আঘাতের স্থান এবং অবস্থার উপর নির্ভর করে পক্ষাঘাতের ধরন আলাদা হয়। প্যারাপ্লিজিয়া, কটিদেশীয় কর্ডের আঘাত, থোরাসিক স্পাইনাল কর্ডের আঘাতের কারণে ঘটে। টেট্রাপ্লিজিয়া সার্ভিকাল স্পাইনাল কর্ডের আঘাতের কারণে ঘটে।



10-
020

সার্ভিকাল স্পাইনাল কর্ডের আঘাতের কারণে, ঘামের কার্যকারিতা কাজ না করার কারণে শরীরে তাপের সৃষ্টি হয় (তাপ ধরে রাখা)। এয়ার কন্ডিশনার সমন্বয় করে বা ঠান্ডা তোয়ালে শরীর দিয়ে মুছে শরীরের তাপমাত্রা হ্রাস করা।



10-
021

গুরুমস্তিষ্কের (সেরেব্রাম) বাম মস্তিষ্কে কথা বলা, শোনা, পড়া, লেখার মতো ভাষার সাথে জড়িত ভাষার এলাকা রয়েছে। বাম মস্তিষ্কের ব্যাধির কারণে ভাষার প্রতিবন্ধকতা পরিলক্ষিত হয়।



10-
022

গুরুমস্তিষ্কের (সেরেব্রাম) আঘাতের কারণে ঘটা হেমিস্পেশিয়াল নেগলেক্ট এর ক্ষেত্রে, বাম দিকের স্থানিক অবহেলা বেশি পরিলক্ষিত হয়। বাম দিকের স্থানিক অবহেলার ক্ষেত্রে বাম দিকের স্থান বা বস্তুর প্রতি মনোযোগ দিতে না পারার কারণে বাম দিক থেকে কথা বললেও ডান দিকে তাকানোর চেষ্টা করে (➔ G009 দেখুন)।



10-
023

গ্লুকোমা বাড়ার সাথে সাথে চাম্ফুস ক্ষেত্রের সংকোচন, মাথাব্যথা এবং বমি বমি ভাব পরিলক্ষিত হয়। রাতের অন্ধত্ব বা রাতকানা হল এমন একটি অবস্থা যেখানে অন্ধকারে দৃষ্টির অবনতি ঘটে, প্রধান ব্যাধির মধ্যে রেটিনাইটিস পিগমেন্টোসা রয়েছে (➔ G009 দেখুন)।



10-
024



ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি হল, ডায়াবেটিসের তিনটি প্রধান জটিলতার (ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি, ডায়াবেটিক নেফ্রোপ্যাথি এবং ডায়াবেটিক নিউরোপ্যাথি), একটি এবং অক্ষিপটের রক্ত সঞ্চালন ব্যাহত হয়। প্রধান উপসর্গ হল ঝাপসা দৃষ্টি, এবং দৃষ্টিশক্তি হারানোর ফলে অন্ধত্ব হতে পারে। গ্লুকোমা হল একটি প্রধান রোগ যে ক্ষেত্রে চোখের চাপ বৃদ্ধি পেয়ে অপটিক স্নায়ু সংকুচিত হয়।

10-
025



রেটিনাইটিস পিগমেন্টোসা উত্তরাধিকারসূত্রে প্রাপ্ত একটি রোগ যার ফলে আলো অনুভূত হলে অক্ষিপটের (রেটিনা) অস্বাভাবিকতা পরিলক্ষিত হয়। প্রধান উপসর্গের মধ্যে চাম্ফুস ক্ষেত্র ক্রমান্বয়ে সংকুচিত হওয়া এবং দৃষ্টিশক্তির হ্রাস পরিলক্ষিত হয়।

10-
026



সাদা লাঠি, দৃষ্টিপ্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য চারপাশ সম্পর্কে তথ্য গ্রহণ, আশেপাশের লোকদের দৃষ্টি প্রতিবন্ধী হওয়া সম্পর্কে অবহিত করতে প্রতীক হিসেবে ব্যবহৃত হয়।

10-
027



সহগামী সমর্থন হল, দৃষ্টি প্রতিবন্ধকতার কারণে বাইরে যাওয়া কঠিন ব্যক্তির জন্য গাইড হেল্পার ইত্যাদি একসাথে গমন করে, প্রয়োজনীয় চাম্ফুস তথ্য প্রদান, স্থানান্তরের জন্য সহায়তা, মলত্যাগ, খাবার এবং অন্যান্য নার্সিং কেয়ার প্রদান করার সেবা।

10-
028



সংক্রমণ বধিরতা, বাইরের কান থেকে মধ্যম কানের ব্যাঘাতের কারণে। অন্তঃকর্ণ থেকে শ্রবণের স্নায়ু পর্যন্ত ব্যাঘাতের কারণে সংবেদনশীল শ্রবণশক্তি হ্রাস পায়।

10-
029



ব্রেইল (অন্ধদের স্পর্শ দ্বারা পড়ার জন্য মুদ্রন পদ্ধতি) ছয়টি উত্তল পৃষ্ঠ ব্যবহার করে অক্ষর উপস্থাপন করে, দৃষ্টি প্রতিবন্ধীদের যোগাযোগের জন্য ব্যবহৃত হয়।

10-030

ওয়ানিক অ্যাফেসিয়ার ক্ষেত্রে কথা বলতে পারলেও কথা বুঝতে পারে না। ব্রোকার অ্যাফেসিয়াএর ক্ষেত্রে কথার বিষয় বুঝতে পারলেও কথা বলতে পারে না।



10-031

টকিং এইড হল, বাক প্রতিবন্ধী ব্যক্তির সাথে যোগাযোগের জন্য ব্যবহৃত কথোপকথন সহায়ক সরঞ্জাম। জাপানি হিরাগানা ডায়ালের অক্ষরের কী চেপে নিজের চিন্তা লিখিতভাবে বা কণ্ঠে প্রকাশ করা যায়।



10-032

এনজিনা বা কর্ডনালীর প্রদাহের বুক ব্যথা কয়েক মিনিট স্থায়ী হওয়ার পরে, নাইট্রোগ্লিসেরিন ব্যবহারে উপশম হয়। 30 মিনিটের বেশি স্থায়ী বুকের ব্যথা হল হার্ট অ্যাটাক (মায়োকার্ডিয়াল ইনফার্কশন)।



10-033

পেসমেকার ধাতু দিয়ে তৈরি যা সহজেই বিদ্যুৎ সঞ্চালন করে এবং ইলেক্ট্রোম্যাগনেটিক তরঙ্গের সংস্পর্শে এলে বিদ্যুৎ প্রবাহিত হয়ে, ক্রটি দেখা দিতে পারে।



10-034

ক্রনিক অবস্ট্রাকটিভ পালমোনারি ডিজিজের মধ্যে এমফিসেমা এবং ক্রনিক ব্রঙ্কাইটিস রয়েছে। এর প্রধান কারণ হল ধূমপান, যার ফলে ফুসফুসের প্রদাহ দেখা দিয়ে, শ্বাসনালীর পথ অবরুদ্ধ হয়ে শ্বাসকষ্ট পরিলক্ষিত হয়।



10-035

আঙুলে পালস অক্সিমিটার পরিধান করে, রক্তে অক্সিজেন স্যাচুরেশন (SpO2) পরিমাপ করা হয়।



10-
036

কিডনির কার্যকারিতা হ্রাস পেলে শরীর থেকে বর্জ্য পদার্থ নির্গত হতে পারে না। সেজন্য, হার্ট ফেইলিউর এবং উচ্চ রক্তচাপের মতো ইউরেমিয়া পরিলক্ষিত হয়।



10-
037

কিডনির কার্যকারিতা হ্রাস পেলে শরীর থেকে লবণ নির্গত হতে পারে না। অত্যধিক লবণ গ্রহণ উচ্চ রক্তচাপ এবং শোথ সৃষ্টি করে বিধায় লবণ সীমিত করার প্রয়োজন রয়েছে।



10-
038

হেমোডায়ালাইসিস ধমনী এবং শিরাকে সংযুক্ত করে শান্ট তৈরি করে। শান্টের মধ্যে একটি সুই ঢুকিয়ে শরীর থেকে রক্ত বের করে, পরিষ্কার, যান্ত্রিকভাবে ফিল্টার করা রক্ত শরীরে ফিরিয়ে দেওয়া হয়।



10-
039

বৃহদন্ত্রের ক্যান্সার প্রায়শই সিগময়েড কোলন বা মলনালীতে ঘটে।



10-
040

কোলনে পানি শোষণ করার কাজ রয়েছে এবং সিগময়েড কোলন স্টোমা থেকে নির্গত মল প্রধানত নরম থেকে আকৃতির মল নিয়ে গঠিত।



10-
041

ক্রোনস ডিজিজ হল ক্ষুদ্রান্ত্র এবং বৃহদন্ত্রের প্রদাহের কারণে, যা এবং আলসার সৃষ্টি হওয়া প্রদাহজনক অন্ত্রের রোগ। প্রধান উপসর্গ হল পেটে ব্যথা বা ডায়রিয়া, এছাড়া জ্বর, মেলেনা, ওজন হ্রাস পরিলক্ষিত হয়।



10-042

প্যারেন্টেরাল পুষ্টির জন্য, উচ্চ-ক্যালোরির ট্রান্সফিউশন ইনজেক্ট করার জন্য, হৃৎপিণ্ডের কাছে একটি বড় রক্তনালী (কেন্দ্রীয় শিরা) থেকে তরল প্রতিস্থাপন করা হয়। অ্যান্টিব্রাকিয়াল অঞ্চলের রক্তনালী দিয়ে ইনজেকশন প্রদান করা হলে শিরার প্রদাহের কারণ হতে পারে বিধায় করা উপযুক্ত নয়।



10-043

একটি সুবিধাবাদী সংক্রমণ হল, সুস্থতার সময় পরিলক্ষিত না হওয়া রোগ সৃষ্টি করার কম ক্ষমতার অণুজীব, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা হ্রাস পেলে পরিলক্ষিত হওয়ার সংক্রমণ। রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা হ্রাস পায় বিধায় HIV এর ক্ষেত্রে সুবিধাবাদী সংক্রমণের ঝুঁকি থাকে।



10-044

লিভার সিরোসিসের কারণে যকৃতের কার্যকারিতা হ্রাস পাওয়ার ফলে বিলিরুবিনকে বিষমুক্ত করা যায় না বিধায় জন্ডিস হয় এবং প্রোটিন (অ্যালবুমিন) হ্রাস পাওয়ার ফলে অ্যাসাইটস এবং শোথ দেখা দেয়।



10-045

যকৃতের কার্যকারিতার প্রতিবন্ধকতার সময় অ্যালকোহল পান করা হলে অ্যালকোহল যকৃতে পচে গিয়ে, শোষিত হতে পারে না বিধায় চর্বি জমে, যকৃতের কার্যকারিতার আরো খারাপ হয়ে যায়, তাই অ্যালকোহল গ্রহণ সীমিত করা প্রয়োজন।



10-046

মানসিক অসুখের ক্ষেত্রে, মনস্তাত্ত্বিক কারণে সৃষ্ট সাইকোজেনিক মানসিক ব্যাধি, বাহ্যিক কারণে সৃষ্ট বহিরাগত মানসিক ব্যাধি, জেনেটিক কারণে সৃষ্ট অন্তর্নিহিত মানসিক ব্যাধি রয়েছে। অ্যালকোহল আসক্তি, বাহ্যিক মানসিক অসুখের অন্তর্ভুক্ত।



10-047

সিজোফ্রেনিয়ার লক্ষণ ইতিবাচক এবং নেতিবাচক লক্ষণে বিভক্ত। বিভ্রম পজিটিভ সিম্পটমের অন্তর্ভুক্ত এবং বিভ্রমের অবস্থায় বাস্তবে নেই এমন বিষয় কল্পনা করা হয়।



10-048



আবেগ নিয়ন্ত্রণ করার ক্ষমতা হ্রাস পাওয়া, সোশ্যাল বিহেভিয়ার ডিসঅর্ডারের অন্তর্ভুক্ত এবং এটি আবেগ দ্রুত বিস্ফোরিত হওয়ার মতো একটি অবস্থা। স্মৃতিশক্তির হ্রাস হল, নতুন কিছু মনে করতে না পারা বা একই কথা বারবার বলার মতো অবস্থা।

10-049



গুরুতর মানসিক বা শারীরিক অক্ষমতার কারণে জন্মের আগের সময়কাল, জন্মের সময়কাল, নবজাতকের সময়কাল, গর্ভাবস্থার পরের সময়কালের কারণের মধ্যে বিভক্ত করা যায়। জন্মের সময়কাল, নবজাতকের সময়কালের কারণের মধ্যে অস্বাভাবিক ডেলিভারি, অকাল প্রসব এবং অত্যন্ত কম ওজনের শিশু ইত্যাদি রয়েছে।

10-050



মৃগী রোগের ক্ষেত্রে, করোটিকা স্নায়ু কোষের বৈদ্যুতিক কার্যক্রম সক্রিয় হয়ে উঠার ফলে খিঁচুনি এবং চেতনার ব্যাঘাত ঘটে। বুদ্ধিবৃত্তিক অক্ষমতার ক্ষেত্রে, মৃগী রোগ প্রায়ই যুক্ত হয় বিধায়, ব্যাধি আরও গুরুতর হয়ে উঠলে, জটিলতার হার বৃদ্ধি পায়।

10-051



নাসিং নোটবুক, আবেদন করা হলে মনোবিজ্ঞানী বা শিশু বিশেষজ্ঞ দ্বারা বিচার করে, প্লিফেচচার বা অধ্যাদেশ-নির্ধারিত শহর দ্বারা জারি করা হয়।

10-052



অর্টজমের বৈশিষ্ট্য হল, ভাষার বিকাশের বিলম্ব বা ঘোরের মতো সামাজিক প্রতিবন্ধকতা। পড়তে, লিখতে বা গণনা করতে অসুবিধা হওয়া শেখার প্রতিবন্ধকতার (LD) বৈশিষ্ট্য।

10-053



এটেনশন ডেফিসিট হাইপারঅ্যাকটিভিটি ডিসঅর্ডারের বৈশিষ্ট্য হল, স্থির থাকতে না পারা, মনোনিবেশ করতে না পারা। নির্দেশাবলী সংক্ষিপ্ত এবং স্পষ্টভাবে প্রদান করা।

10-
054

অ্যামিওট্রফিক ল্যাটারাল ক্লেবোসিস হল স্নায়ুতন্ত্রের একটি রোগ, যার কারণে করোটিকা স্নায়ু থেকে পেশীতে প্রেরণ করা মোটর স্নায়ু ক্ষয়প্রাপ্ত হয়।



10-
055

অ্যামিওট্রফিক ল্যাটারাল ক্লেবোসিসের ক্ষেত্রে পেশির ক্ষমতা হ্রাস পাওয়ার সাথে সাথে ডিসফ্যাগিয়া এবং শ্বাসকষ্ট পরিলক্ষিত হয়। দৃষ্টি এবং শ্রবণশক্তি সংরক্ষিত থাকে এবং সংবেদনশীল প্রতিবন্ধকতাও খুব একটা পরিলক্ষিত হয় না।



10-
056

পারকিনসন রোগ হল, ডোপামিন হ্রাস পাওয়ার কারণে পেশীতে গতি স্থানান্তর করতে না পারার ব্যাধি। প্রধান উপসর্গ হল কাঁপুনি, পেশীর অনমনীয়তা, অচলতা এবং পোস্টুরাল রিফ্লেক্স প্রতিবন্ধকতা। প্যারাপ্লেজিয়া হল উভয় নিচের অঙ্গের পক্ষাঘাত, প্রধানত সূক্ষ্মাকাণ্ড বা মেরুরজ্জুর ((স্পাইনাল কর্ড) আঘাতের ফলে ঘটে।



10-
057

হোহেন এবং ইয়াহর (Hoehn & Yahr) এর তীব্রতার মাত্রার শ্রেণীবিভাগ, পারকিনসন রোগের লক্ষণগুলির অগ্রগতিকে। থেকে V পর্যায়ে শ্রেণীবদ্ধ করে দৈনন্দিন জীবনের প্রতিবন্ধকতা বিচার করার জন্য একটি মানদণ্ড হিসাবে ব্যবহার করে।



10-
058

ম্যালিগন্যান্ট রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিসের ক্ষেত্রে ভাষার কার্যকারিতার প্রতিবন্ধকতা পরিলক্ষিত হয় না। রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিসের প্রধান লক্ষণগুলির মধ্যে জয়েন্টে ব্যথা, ফোলাভাব, বিকৃতি এবং সেইসাথে রক্তনালীর প্রদাহ এবং অভ্যন্তরীণ অঙ্গের রোগ রয়েছে।



10-
059

ম্যালিগন্যান্ট রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিসে আক্রান্ত ব্যক্তির জন্য, হাতের জয়েন্টের ব্যথা, ফোলাভাব, বিকৃতির কারণে আঁকড়ে ধরা, চিমটি কাটা, ঘোরানোর মতো কাজ করতে অসুবিধা হয়। লিভার-টাইপ দরজার হাতল উপযুক্ত।



10-060



মাসকুলার ডিস্ট্রোফির ক্ষেত্রে বংশগত কারণে পেশীর ভাঙ্গন বা ক্ষয় ঘটে। রোগের ধরনকে সূচনার বয়স, উপসর্গ এবং জেনেটিক প্যাটার্ন অনুসারে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়, যেখানে ডুচেন টাইপ সবচেয়ে বেশি পরিলক্ষিত হয়।

10-061



মাসকুলার ডিস্ট্রোফি রোগে পেশীগুলি ধীরে ধীরে ভেঙে যায় এবং প্রধান উপসর্গ হল পেশির ক্ষমতা হ্রাস পাওয়ার কারণে মোটর ফাংশানের ব্যাঘাত ঘটা। আঙুল শক্ত হয়ে যাওয়া রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিসের প্রাথমিক লক্ষণ।

10-062



গুরুতর প্রতিবন্ধী ব্যক্তির বাড়িতে দীর্ঘকালীন নার্সিং কেয়ারে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির বাড়ির বাইরে অবস্থানের সময় স্থানান্তরের জন্য সহায়তা প্রদান করা অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। ব্যবহারকারী ব্যক্তি নিজে জীবনযাপন করতে সক্ষম হওয়ার জন্য বাইরে বেরোনোর জন্য সহায়তা গুরুত্বপূর্ণ।

10-063



সাতোশি উয়েদা পাঁচটি ধাপে অক্ষমতা গ্রহণের মডেল উপস্থাপন করেছে। ①শক বা অভিজাতের সময়কাল, ②অস্বীকারের সময়কাল, ③বিদ্রাব্তির সময়কাল, ④সমাধানের জন্য প্রচেষ্টার সময়কাল, ⑤গ্রহণের সময়কাল।

10-064



অস্বীকারের সময়কালে, অক্ষমতা স্বীকার করতে না চাওয়ার মনস্তত্ত্ব থেকে অস্বীকার করার সমন্বয় প্রক্রিয়া কাজ করে। এই পর্যায়ে, ব্যবহারকারী ব্যক্তির আত্মরক্ষা করাকে অনুমোদন করে জড়িত হওয়ার প্রয়োজন রয়েছে।

10-065



"পশ্চাদগতি" বলতে বিকাশের অপরিপক্ব পর্যায়ে পিছনে ফিরে গিয়ে নিজেকে রক্ষা করার চেষ্টা করার অবস্থাকে বোঝায়। স্বীকার করতে না চাওয়া আকাঙ্ক্ষাকে মনের ভিতর দমিত রাখা হল "দমন"।

10-
066

চাইল্ড ডেভেলপমেন্ট সাপোর্ট সেন্টার (ওয়েলফেয়ার টাইপ) হল, শারীরিক বা মানসিক, বুদ্ধিবৃত্তিক অক্ষমতার প্রিন্সিপাল বয়সের শিশুর প্রশিক্ষণ ইত্যাদির জন্য ড্রামাযমান সুবিধা।



10-
067

চাকরির সমন্বয়ে সহায়তা প্রদানকারী ব্যক্তি, প্রতিবন্ধী ব্যক্তিকে উপযুক্ত চাকরি খুঁজে পেতে এবং মানসিক শক্তির সাথে কাজ করতে সহায়তা করে।



10-
068

সমাজকল্যাণ কর্মী, সমাজকল্যাণ কর্মী আইন অনুযায়ী স্বাস্থ্য, শ্রম ও কল্যাণ মন্ত্রীর পক্ষ থেকে নিয়োগপ্রাপ্ত হয়ে শিশুর সমাজ সেবী হিসাবে একই সাথে কাজ করে। স্থানীয় বাসিন্দার জীবনযাত্রার অবস্থা বুঝে প্রয়োজনে পরামর্শ ও সহায়তা প্রদান করা।



10-
069

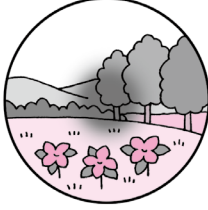
পরামর্শ সহায়তা বিশেষজ্ঞ, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি প্রয়োজন অনুসারে পরিষেবা ব্যবহার করতে সক্ষম হওয়ার জন্য সমন্বয় করে ব্যবহারের পরিকল্পনা তৈরি করে।





লানিং পয়েন্ট

■ দৃষ্টি প্রতিবন্ধকতার দৃষ্টিগোচরতা



সেন্ট্রাল স্কোটায়া / চাক্ষুষ ক্ষেত্রের সংকোচন



চাক্ষুষ ক্ষেত্রের সংকোচন



হেমিস্পেশিয়াল নেগলেক্ট

■ শ্রবণ প্রতিবন্ধী ব্যক্তির সাথে যোগাযোগের পদ্ধতি

লিখিত বার্তা



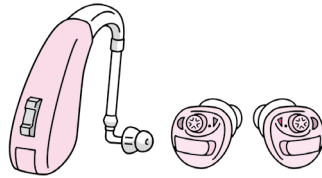
ইশারা বা আঙুলের ভাষা



উক্তি পড়া (মৌখিক ভাষা)



শ্রবণের যন্ত্র



11

মন এবং শরীরের গঠন

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

11-
001



স্বীকৃতি পাওয়ার আকাঙ্ক্ষা বলতে অন্যদের কাছ থেকে প্রশংসা পাওয়ার আকাঙ্ক্ষা, কর্মক্ষেত্রে উর্ধ্বতনদের দ্বারা স্বীকৃত হওয়ার আকাঙ্ক্ষাকে বোঝায়। নিজে উন্নতি প্রদর্শন করা হল স্ব-বাস্তবায়নের আকাঙ্ক্ষা। স্ব-বাস্তবায়নের আকাঙ্ক্ষা হল, মাসলোর চাহিদার সোপান তত্ত্বের সর্বোচ্চ আকাঙ্ক্ষা (➔ G010 দেখুন)।

11-
002



শারীরবৃত্তীয় আকাঙ্ক্ষা হল প্রজাতি সংরক্ষণের জন্য সহজাত ইচ্ছা (যৌন ইচ্ছা) (➔ G010 দেখুন)।

11-
003



জীবন ভ্রমকির মুখে না পড়া একটি মৌলিক চাহিদা। মাসলোর চাহিদার সোপান তত্ত্ব অনুসারে, এগুলো হল শারীরবৃত্তীয় আকাঙ্ক্ষা বা নিরাপত্তার জন্য আকাঙ্ক্ষা। সর্বোচ্চ স্তরের আকাঙ্ক্ষা হল স্ব-বাস্তবায়নের আকাঙ্ক্ষা (➔ G010 দেখুন)।

11-
004



স্বীকৃতি পাওয়ার আকাঙ্ক্ষা বলতে অন্যদের কাছ থেকে প্রশংসা পাওয়ার আকাঙ্ক্ষা, কর্মক্ষেত্রে উর্ধ্বতনদের দ্বারা স্বীকৃত হওয়ার আকাঙ্ক্ষাকে বোঝায় (➔ G010 দেখুন)।

11-
005



নিজের অতীত সম্পর্কে দোষী বোধ করাকে নিজেকে দোষারোপ করার ধরন হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়। পরিপক্ক চাইপ বলতে বৃদ্ধ হওয়াকে ঠিক ঐভাবেই গ্রহণ করা ইত্যাদিকে বোঝায় (➔ G010 দেখুন)।

11-
006

তারুণ্যের সক্রিয় কর্মকাণ্ড বজায় রাখাকে প্রতিরক্ষামূলক ধরন হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়। নির্ভরশীল ধরণের ক্ষেত্রে, যে কোনো বিষয় নিষ্ক্রিয়ভাবে গ্রহণ করা বা নেতিবাচক মনোভাব পরিলক্ষিত হয় (► G010 দেখুন)।



11-
007

পরিপক্ক টাইপ হল, বৃদ্ধ হওয়া বা মানসিক দ্বন্দ্ব ছাড়া জীবনকে যেমনটি আছে ঠিক তেমনভাবে গ্রহণ করার টাইপ (► G010 দেখুন)।



11-
008

স্বল্পমেয়াদী স্মৃতি হল, কোন কিছু না করলে শীঘ্রই ভুলে যাওয়া স্মৃতি। পুনরাবৃত্তি করা তথ্য দীর্ঘমেয়াদী স্মৃতিতে পরিণত হয়ে ধরে রাখা হয়।



11-
009

মেমরিতে তিনটি প্রক্রিয়া আছে; মুখস্থ মানে মনে রাখা, সংরক্ষণ করা মানে শেখা বিষয়বস্তু ভুলে না যাওয়ার জন্য ধরে রাখা, স্মরণ করা মানে ধরে রাখা বস্তু স্মৃতিতে ফিরিয়ে আনা বা পুনরুদ্ধার করা (► G010 দেখুন)।



11-
010

সেমাটিক বা শাব্দার্থিক মেমরি হল, তারিখ বা জিনিসের নাম, শব্দ বা ধারণা সম্পর্কিত সাধারণ তথ্য সম্পর্কিত মেমরি বা স্মৃতি।



11-
011

পর্যবেক্ষণমূলক শিক্ষা বলতে, অন্যের আচরণ পর্যবেক্ষণ করার মাধ্যমে তৈরি হওয়া শিক্ষাকে বুঝায়।



11-
012

দমন করা বলতে, মেনে নেয়া কঠিন ইচ্ছা বা আবেগকে, চেতনার পৃষ্ঠে প্রদর্শিত না করার জন্য দমন করে, অবচেতনভাবে ভুলে যাওয়ার চেষ্টা করাকে বুঝায়।



11-
013

যৌক্তিককরণ বলতে, নিজের জন্য সুবিধাজনক যুক্তি প্রদান ইত্যাদি করে নিজের কাজকে ন্যায্যসঙ্গত করাকে বুঝায়। জানাতে না চাওয়া আবেগ ইত্যাদিকে বিপরীত কর্ম দিয়ে, নিজের আসল চেহারা আড়াল করার চেষ্টাকে, প্রতিক্রিয়া গঠন হিসাবে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়।



11-
014

রিফ্লাক্স বা বিপরীত মুখে প্রবাহিত হওয়া প্রতিরোধ করার জন্য ভালভ, পেরিফেরাল শিরার মধ্যে অবস্থিত। উপরের অঙ্গ বা নীচের অঙ্গের পেরিফেরাল শিরা অভিকর্ষের বিরুদ্ধে শিরাস্থ রক্তকে হৃৎপিণ্ডে ফিরিয়ে দেয়ার কাজ করে। ভালভ রক্তের রিফ্লাক্স প্রতিরোধে কাজ করে।



11-
015

ধমনী, হৃৎপিণ্ডের স্পন্দনের মাধ্যমে শরীরে রক্ত প্রেরণ করার ভূমিকা পালন করে। শরীর থেকে হৃৎপিণ্ডে রক্ত প্রেরণকারী শিরার স্পন্দন অনুভব করা যায় না।



11-
016

প্যারিটাল লোব (কানের লতি) চামড়ার ব্যথার অনুভূতি গ্রহণ করার ভূমিকা পালন করে। ফ্রন্টাল লোব সিদ্ধান্ত গ্রহণের ভূমিকা পালন করে।



11-
017

টেম্পোরাল লোবের শ্রবণশক্তি বা স্মৃতি ছাড়াও ভাষা বোঝা বা আবেগ সম্পর্কিত কাজ রয়েছে।



11-018



অক্সিপিটাল লোব চাম্ফুস তথ্য শনাক্ত করে।

11-019



লিঙ্গিক কটেক্স হল গুরুমস্তিষ্কের(সেরেব্রাম) অভ্যন্তরীণ পৃষ্ঠের লিঙ্গিক লোব এবং অ্যামিগডালা সামুদ্রিক ঘোড়া বা হিপ্লোক্যাম্পাসের মতো অংশের জন্য শ্রেণীগত শব্দ। হিপ্লোক্যাম্পাস স্মৃতির সাথে জড়িত, অ্যামিগডালা আবেগের সাথে জড়িত।

11-020



যকৃত খাদ্য গ্রহণ থেকে গ্লুকোজকে গ্লাইকোজেনে রূপান্তরিত করে সংরক্ষণ করে। রক্তে গ্লুকোজ অপরিষ্কৃত হলে, গ্লাইকোজেন গ্লুকোজে পরিণত করে শক্তি সরবরাহের জন্য রক্তে প্রেরণ করা হয়। যকৃতের কার্যকারিতার মধ্যে পুষ্টির বিপাক / সঞ্চয়, পিত্ত উৎপাদন, প্রতিষেধক কার্যকারিতা, রক্তের পরিমাণ নিয়ন্ত্রণ ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

11-021



মূত্রাশয় প্রস্রাব সঞ্চয় করার কাজ করে। প্রস্রাব ঘনীভূত করা কিডনির কাজ। বাম ও ডান কিডনিতে ঘনীভূত হওয়া প্রস্রাব, বাম ও ডান বৃক্কনালীতে (ইউরেটার) প্রবাহিত হয়ে মূত্রাশয়ে সংগ্রহ করা হয়। প্রস্রাব মূত্রাশয় থেকে মূত্রনালী হয়ে শরীরের বাইরে নির্গত হয়।

11-022



শ্বাসপ্রশ্বাসের কেন্দ্র মস্তিষ্ককাণ্ডে রয়েছে। মস্তিষ্ককাণ্ড হল মধ্য মস্তিষ্ক, পনস, অধঃ মস্তিষ্কের (মেডুলা অবলংগাটা) শ্রেণীগত শব্দ। লঘুমস্তিষ্ক সেরিব্রাল হেমিস্ফিয়ারের নীচের অংশ, মস্তিষ্ককাণ্ডের পৃষ্ঠীয় অংশে অবস্থিত। এর কাজটি নিজের চেতনা দ্বারা ঐচ্ছিক নড়াচড়ার সহযোগিতার সাথে সম্পর্কিত।

11-023



অগ্ন্যাশয় এক্সোক্রাইন (বহিঃপ্রস্রাব) অংশ থেকে হজমের সাথে সম্পর্কিত অগ্ন্যাশয় রস নিঃসৃত করে। এন্ডোক্রাইন (অন্তঃপ্রস্রাব) অংশের অন্তর্ভুক্ত আইলেটস অব ল্যাঙ্গারহ্যান্স এর β (B) কোষ থেকে ইনসুলিন (রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা হ্রাস করার কাজ), α (A) কোষ থেকে গ্লুকাগন (রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা বৃদ্ধি করার কাজ) সম্পন্ন হরমোন নিঃসরিত হয়।

11-024



হৃৎপিণ্ড সারা শরীরে রক্ত প্রেরণ করার একটি অঙ্গ। ফুসফুস গ্যাস বিনিময়ের কাজ পরিচালনা করে। পুরো শরীর থেকে ফিরে আসা শিরাস্থ রক্ত ডান অলিন্দ থেকে ডান নিলয়ে প্রবাহিত হয়ে, ফুসফুসের ধমনীর মধ্য দিয়ে ফুসফুসে বহন করার পর গ্যাস বিনিময়ের কাজ পরিচালনা করা হয়। গ্যাস বিনিময়ের কাজ পরিচালনা করা রক্ত ধমনীর রক্তে পরিণত হয়ে, ফুসফুসের শিরার মধ্য দিয়ে বাম অলিন্দ থেকে বাম নিলয়ে প্রবাহিত হয় এবং সারা শরীরে সঞ্চালিত হয় (► G012 দেখুন)।

11-025



লালা নিঃশ্বাসে দুর্গন্ধ সৃষ্টি করে না। লালার নিজে পরিষ্কার করার কার্যকারিতা এবং ব্যাকটেরিয়া প্রতিরোধী কার্যকারিতা রয়েছে বিধায় দুর্গন্ধ বোধ করে। লালার প্রায় 99% পানি। পর্যাপ্ত পরিমাণে পানি পান না করলে লালার উৎপাদন কমে গিয়ে নিঃশ্বাসে দুর্গন্ধের কারণ হতে পারে।

11-026



নিঃশ্বাসের দুর্গন্ধে অন্যরা অস্বস্তি বোধ করতে পারে। সেজন্য, কথোপকথন থেকে বিরত থাকার মানসিকতা কাজ করার ফলস্বরূপ, অন্যের সাথে যোগাযোগ এড়িয়ে চলার কারণ হতে পারে। নিঃশ্বাসে দুর্গন্ধ, শারীরবৃত্তীয় বস্তু, খাবার, রোগ ইত্যাদি দ্বারা সৃষ্টি হয়।

11-027



প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ু, লালা নিঃসরণ ত্বরান্বিত করার কাজ করে। সহানুভূতিশীল স্নায়ু (সিম্প্যাথেটিক নার্ভ) লালার নিঃসরণকে দমন করে। প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ু (সিম্প্যাথেটিক নার্ভ) অগ্রাধিকার পেলে, আঠালো লালা অল্প পরিমাণে নিঃসৃত হয় এবং সহানুভূতিশীল স্নায়ু (সিম্প্যাথেটিক নার্ভ) অগ্রাধিকার পেলে, প্রচুর শুকনো লালা নিঃসৃত হয়।

11-028



প্রধান লালা গ্রন্থির মধ্যে একটি হল প্যারোটাইড গ্রন্থির নালী, যার মুখটি মুখ গহ্বরের উপরের চোয়ালের দ্বিতীয় মোলার অংশে খোলে। মৌখিক গহ্বরের নিচে সাবলিঙ্গুয়াল এবং সাবম্যান্ডিবুলার গ্রন্থির মুখ খোলে।

11-029



ব্যাকটেরিয়ারোধী কার্যকলাপ (অ্যান্টিব্যাকটেরিয়াল অ্যাকশন) হল ব্যাকটেরিয়ার আক্রমণ প্রতিরোধ করার ক্ষমতা। লালা ছাড়াও, খাদ্যের অবশিষ্টাংশ ধুয়ে ফেলার জন্য নিজে পরিষ্কার করার কার্যকারিতা, মুখ গহ্বরের ভিতরের খাবারের আঘাত উপশম করার জন্য বাফারিং ফাংশন, হজমের সাথে সম্পর্কিত হজমের কার্যকারিতা রয়েছে।

11-
030



সাবলিসুয়াল গ্রন্থি হল প্রধান লালা গ্রন্থি। লালা গ্রন্থিকে ছোট লালা গ্রন্থি এবং প্রধান লালা গ্রন্থিতে শ্রেণীবদ্ধ করা হয়। প্রধান লালা গ্রন্থির মধ্যে সাবলিসুয়াল গ্রন্থি ছাড়া সাবম্যান্ডিবুলার গ্রন্থি এবং প্যারোটাইড গ্রন্থি রয়েছে। ছোট লালা গ্রন্থি হল ঠোঁট, গাল এবং জিহ্বার স্লেখিক ঝিল্লিতে বিতরণ করা পাতলা টিউব।

11-
031



চামচের মতো নখ (স্পুন নেইল) হল, নখের প্লেট চামচের মতো বাঁকা হওয়ার মতো অবস্থা, যা কিনা নখের অপরিাপ্ত পুষ্টির কারণে নখের প্লেট দুর্বল হওয়ার ফলে ঘটে।

11-
032



আঙুলের ক্লাবিং প্রধানত হৃদরোগের ক্ষেত্রে পরিলক্ষিত হয়। আঙুলের ডগা ড্রামকে আঘাত করা ড্রামস্ট্রকের মত হয়ে ওঠে। পুষ্টির ব্যাঘাতের কারণে পুরো নখ সাদা দেখায়।

11-
033



ভেতরের দিকে বাড়ন্ত নখ হল, নখের প্লেটের পাশের প্রান্তটি আঙুলে কামড়ে ধরার মতো একটি অবস্থা। কারণ হিসাবে, বহু বছর ধরে বার্ধক্য এবং পায়ের সাথে খাপ না খাওয়া জুতা পরিধান করা চালিয়ে যাওয়া, ভুলভাবে নখ কাটা ইত্যাদি রয়েছে।

11-
034



ভাল অবস্থান হল, নিজে থেকে নিজের শরীর নড়াচড়া করতে না পারা ইত্যাদির ক্ষেত্রে, আর্থ্রোগ্রিপোসিস তৈরি না করার প্রতিরোধমূলক ভঙ্গি। এমনকি জয়েন্ট বা স্কিন্ধল নড়াচড়া করতে না পারলেও, ADL কে সবচাইতে কম বাধা প্রদানকারী একটি ভঙ্গি।

11-
035



পায়ের আঙুলের নিচের দিকের ভঙ্গি ভাল অবস্থান নয়। পায়ের আঙুলের নিচের দিকের ভঙ্গিকে ইকুইনাস ফুট বলা হয়।

11-036



হাড় মজবুত করার জন্য, সূর্যের আলো গ্রহণ করা প্রয়োজন। হাড় মজবুত করার জন্য, অজৈব পদার্থের (খনিজ) ক্যালসিয়াম প্রয়োজনীয় এবং ক্যালসিয়াম অম্ল থেকে শোষিত হওয়ার জন্য ভিটামিন D প্রয়োজন। ভিটামিন D, খাদ্য গ্রহণ এবং সূর্যের অতিবেগুনি রশ্মির সংস্পর্শে আসলে সক্রিয় হয়ে উঠে

11-037



হাড় মজবুত করার জন্য ভিটামিন D গ্রহণ করা প্রয়োজন। ভিটামিন E হল লিপিড দ্রবণীয় ভিটামিনের একটি, যা জৈবিক ঝিল্লি গঠন করে এবং লিপিডের অক্সিডেশন প্রতিরোধে সহায়তা করে।

11-038



ব্যায়াম হাড়ের উপর উপযুক্ত পরিমাণে বল প্রয়োগ করে কোষের কাজকে ত্বরান্বিত করে। উপযুক্ত ব্যায়াম বলতে হাঁটা এবং কেনাকাটার মতো প্রতিদিনের কর্মকাণ্ডকে বোঝায়।

11-039



ফেমোরাল নেকের (ঘাড়) ফ্র্যাকচার ছাড়াও, অন্যান্য সাধারণ ফ্র্যাকচারের স্থান হিসাবে, দূর্বর্তী ব্যাসার্ধের (কঙ্জি) ফ্র্যাকচার, প্রক্সিমাল হিউমারাল (কাঁধের নিকটবর্তী বাহু) ফ্র্যাকচার, কশেরুকার (ব্যাকবোন) ফ্র্যাকচার রয়েছে (► G007 দেখুন)।

11-040



হাড় ভাঙার (ফ্র্যাকচার) পরপরই ফেমোরাল নেক (ঘাড়) অবস্থান করা ঊরুসন্ধিতে যন্ত্রণাদায়ক ব্যথা হয়। এছাড়াও, ফেমোরাল নেকের (ঘাড়) ফ্র্যাকচারে, দাঁড়ানো বা হাঁটা কঠিন হয়ে পড়ে।

11-041



প্রোটিন পাঁচটি প্রধান পুষ্টির একটি। প্রোটিন চামড়া, নখ, চুল, রক্ত, পেশী, হরমোন এবং এনজাইম গঠন করে (► G014 দেখুন)।

11-
042



চিনি শরীরের জন্য শক্তির উৎস হিসেবে কাজ করে। চিনি পাঁচটি প্রধান পুষ্টি উপাদানের একটি এবং এটিকে কার্বোহাইড্রেটও বলা হয়। লিপিড, লিপিড দ্রবণীয় ভিটামিনের শোষণে সহায়তা করে (➔ G014 দেখুন)।

11-
043



লিপিড হল পাঁচটি প্রধান উপাদানের একটি এবং হরমোন, রক্ত এবং কোষের ঝিল্লি তৈরির কাঁচামাল। লিপিড, লিপিড দ্রবণীয় ভিটামিন A, D, E, এবং K শোষণ করতে সাহায্য করে (➔ G014 দেখুন)।

11-
044



ভিটামিন হল পাঁচটি প্রধান উপাদানের একটি এবং শরীরের বিকাশ এবং বিপাক বা মেটাবলিজম প্রক্রিয়ায় ভূমিকা রাখে। ভিটামিনকে লিপিড দ্রবণীয় ভিটামিন A, D, E, K এবং পানিতে দ্রবণীয় ভিটামিন B, C তে শ্রেণীবদ্ধ করা যেতে পারে। ভিটামিন শরীরে উৎপাদিত হতে পারে না বিধায় সেগুলি অবশ্যই খাদ্য থেকে গ্রহণ করা প্রয়োজন (➔ G014 দেখুন)।

11-
045



পাঁচটি প্রধান পুষ্টির একটি অজৈব পদার্থ (খনিজ পদার্থ), শরীরে উৎপাদিত হতে পারে না। খাদ্য থেকে গ্রহণ করার প্রয়োজন রয়েছে। প্রধান খনিজ পদার্থের মধ্যে সোডিয়াম (Na) এবং ক্যালসিয়াম (Ca) রয়েছে (➔ G014 দেখুন)।

11-
046



পূর্ববর্তী পর্যায় (জ্ঞানশীল পর্যায়) হল, 5 পর্যায়ে বিভক্ত খাবার গ্রহণ / গলঃধরন প্রক্রিয়ার প্রথম পর্যায়। পূর্ববর্তী পর্যায় (জ্ঞানশীল পর্যায়) হল, খাবারের আকৃতি এবং রঙ শনাক্ত করতে পারার সময়কাল, যখন শর্তসাপেক্ষ রিফ্লেক্সিভ লালা বৃদ্ধি পায় (➔ G014 দেখুন)।

11-
047



ডিফ্লুটিশন অ্যাপনিয়া ফ্যারিজিয়াল পর্যায়ে পরিলক্ষিত হয়। ফ্যারিজিয়াল পর্যায় হল, 5 পর্যায়ে বিভক্ত খাবার গ্রহণ / গলঃধরন প্রক্রিয়ার চতুর্থ পর্যায়। গলদেশের পর্যায়ে (ফ্যারিজিয়াল স্টেজ), নাকের গন্ধর / কণ্ঠনালী বন্ধ থাকে বিধায় অ্যাপনিয়া পরিলক্ষিত হয় (➔ G014 দেখুন)।

11-
048



মুখ গহ্বরের পর্যায় হল, পাঁচ পর্যায়ে বিভক্ত খাদ্য গ্রহণ / গলঃধরন প্রক্রিয়ার তৃতীয় পর্যায়, যে পর্যায়ে খাবারের পিণ্ড মুখ গহ্বর থেকে গলদেশে স্থানান্তরিত হয়। খাবার গ্রহণ / গলঃধরন প্রক্রিয়ার চতুর্থ পর্যায়, গলদেশের পর্যায়ে (ফ্যারিজিয়াল স্টেজ), স্বরযন্ত্র বন্ধ হয় (→ G014 দেখুন)।

11-
049



গলদেশের পর্যায় (ফ্যারিজিয়াল স্টেজ) হল, খাবারের পিণ্ড গলদেশ অতিক্রম করার পর্যায়ে গলদেশের পর্যায়ে (ফ্যারিজিয়াল স্টেজ), এপিগ্লোটিস স্বরযন্ত্রের প্রবেশদ্বার বন্ধ করে দেয়। প্রস্তুতিমূলক পর্যায়ে (চিবানোর সময়) খাবারের পিণ্ড গঠিত হয়। প্রস্তুতিমূলক পর্যায় (চিবানোর সময়) হল, 5 পর্যায়ে বিভক্ত খাবার গ্রহণ / গলঃধরন প্রক্রিয়ার দ্বিতীয় পর্যায় (→ G014 দেখুন)।

11-
050



খাদ্যানালীর পর্যায় হল, নিজের সচতনতা ছাড়া অনৈচ্ছিক নড়চড়ার পর্যায়। খাদ্যানালী পর্যায় হল, খাদ্যানালীতে প্রেরণ করা খাবারের পিণ্ড পাকস্থলীতে পরিবাহিত হওয়ার পর্যায়। খাদ্য পিণ্ড খাদ্যানালীতে প্রবেশ করলে পেরিস্টালটিক মুভমেন্ট এবং মাধ্যাকর্ষণ দ্বারা পেটে পরিবাহিত হয়। (→ G014 দেখুন)

11-
051



বৃহদন্ত্র হল স্ফুদ্রান্তকে অনুসরণকারী পরিপাক অঙ্গ এবং সেকাম, আরোহী কোলন, ট্রান্সভার্স কোলন, অবরোহী কোলন, সিগময়েড কোলন এবং মলনালীতে বিভক্ত। বৃহদন্ত্র পানি শোষণ করা বৃদ্ধি করে মলকে শক্ত করে।

11-
052



স্ফুদ্রান্তে ডুডেনাম, জেজু নাম এবং ইলিয়াম থাকে। স্ফুদ্রান্ত পুষ্টি এবং পানি শোষণ করার কাজ করে।

11-
053



শরীরের ওজনের প্রায় 2% সমান পানি হারালে পানিশূন্যতা বা ডিহাইড্রেশনের লক্ষণ দেখা দেয়। পানিশূন্যতা বা ডিহাইড্রেশন সাধারণ অস্বাচ্ছন্দ্য বোধ সৃষ্টি করার ফলে কার্যকলাপ হ্রাস পায়।

11-
054



পানিশূন্যতা বা ডিহাইড্রেশনের সাথে যুক্ত উপসর্গ হল শুষ্ক চামড়া। চামড়ার শুষ্কতা ছাড়াও, প্রস্রাবের পরিমাণ হ্রাস পাওয়া এবং ক্ষুধা হ্রাস পাওয়া ইত্যাদি রয়েছে। বয়স্কদের মধ্যে উপসর্গ কম দেখা দেওয়ার বৈশিষ্ট্য রয়েছে।

11-
055



ক্যাথেটার নিয়মিতভাবে প্রতিস্থাপনের প্রয়োজন রয়েছে। দুটি ধরণের ক্যাথেটার রয়েছে: প্রায় প্রতি মাসে প্রতিস্থাপন করার বেলুন টাইপ এবং প্রায় প্রতি ছয় মাসে প্রতিস্থাপন করার বাস্পার টাইপ। প্রতিস্থাপন করা হল চিকিৎসকের কাজ।

11-
056



হাইপোগ্লাইসেমিয়ার লক্ষণ হিসাবে ঘাম, বুক ধড়ফড় করা, চেতনার ব্যাঘাত, খিঁচুনি এবং অঙ্গ-প্রত্যঙ্গে কাঁপুনি ইত্যাদি রয়েছে। দুই ধরনের ডায়াবেটিস আছে, টাইপ 1 এবং টাইপ 2। টাইপ 1 শৈশব থেকে কৈশোর পর্যন্ত বিকাশ লাভ করে এবং ইনসুলিন খোঁজার প্রয়োজন হয়। টাইপ 2 ডায়াবেটিস মধ্য বয়সের পরে বিকাশ লাভ করে এবং ইনসুলিন চিকিৎসা উপসর্গ অনুযায়ী পরিচালনা করা হয়।

11-
057



38-41°C তাপমাত্রার গরম পানি গোসলের জন্য সর্বোত্তম তাপমাত্রা হিসাবে বিবেচিত হয় এবং প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ুকে উদ্দীপিত করে, হজমের কার্যকারিতা বৃদ্ধি করে, হৃদস্পন্দন হ্রাস করে, রক্তচাপ হ্রাস করে এবং পেশীর চাপ শিথিল করে। 42 ডিগ্রি সেলসিয়াস বা তার বেশি তাপমাত্রার গরম পানিতে গোসল করা, সহানুভূতিশীল স্নায়ুকে (সিম্প্যাথেটিক নার্ভ) উদ্দীপিত করে এবং রক্তচাপ এবং হৃদস্পন্দনের বৃদ্ধি পরিলক্ষিত হয়।

11-
058



অসংক্রমিত চামড়ার ক্ষত নিরাময় ত্বরান্বিত করার একটি পদ্ধতি হল আর্দ্র করা। শুকানো হলে চামড়ার আর্দ্রতা হ্রাসের দিকে পরিচালিত হয়ে, কোষের বৃদ্ধিকে বাধা দেয়। বিধায় ক্ষত নিরাময়ের জন্য উপযুক্ত নয়।

11-
059



চামড়ার পৃষ্ঠকে কিছুটা অঙ্গীয়া রেখে, বাহ্যিক উদ্দীপনা এবং ব্যাকটেরিয়ার বৃদ্ধি দমন করা সম্ভব। গরম পানি দিয়ে ঘন ঘন ধোয়া হলে সেবাম হ্রাস পায় এবং হালকা অঙ্গতার মেকানিজমকে ধ্বংস করে জীবাণুমুক্তকরণ কার্যকারিতাকে দুর্বল করে দেয়।

11-060



বাড়িতে অনিচ্ছাকৃত দুর্ঘটনার মধ্যে গোসলের সময় দুর্ঘটনা বেশি ঘটে। গোসল করার সময় কাপড় খুলে ফেলা হয় বিধায় শরীর রক্ষা করার খুব কিছু একটা থাকে না এবং রক্ত সঞ্চালনের পরিবর্তন ইত্যাদির কারণে, অনেক দুর্ঘটনা ঘটার মতো পরিবেশ এবং শারীরিক অবস্থায় পরিণত হয়।

11-061



দাদ চুলকানির চেয়ে বেশি বেদনাদায়ক একটি রোগ। দাদ বা শিঙ্গলস ডেরিসেলা-জোস্টার ভাইরাস দ্বারা সৃষ্টি হয়। ফুসকুড়ি ভেসিকল হলেও নির্দিষ্ট স্নায়ুর গতিপথ বরাবর আঞ্চলিকভাবে প্রদর্শিত হয়।

11-062



খোস পাঁচড়া হল, স্ক্যাব মাইট ত্বকে বাস করার ফলে সৃষ্টি একটি সংক্রামক চামড়ার রোগ। চারিত্রিক লক্ষণ হল তীব্র চুলকানি। সাধারণ স্থান হল বগল, আঙ্গুলের মাঝখান এবং গোপনান্ন। ফুসকুড়ি প্যাপুলার ফুসকুড়ি বা নোডাল সেল ইত্যাদি হিসাবে পরিলক্ষিত হয়।

11-063



বাথটাব থেকে উঠে দাঁড়ানোর সময়, রক্ত নিচের অঙ্গ প্রবাহিত হয়, হৃৎপিণ্ডে ফিরে আসা রক্তের পরিমাণ হ্রাস পেয়ে রক্তচাপ হ্রাস পায়। সেটির মাধ্যমে মস্তিষ্কে রক্ত প্রবাহ হ্রাস পাওয়ার ফলে অর্থোস্ট্যাটিক হাইপোটেনশন ঘটা সহজতর হয়। অর্থোস্ট্যাটিক হাইপোটেনশন প্রতিরোধ করতে ধীরে ধীরে উঠে দাঁড়ানো।

11-064



অর্ধশরীরের গোসলের মাধ্যমে হৃৎপিণ্ডের উপর বোঝা হ্রাস করা যায়। গোসলের ক্ষেত্রে, পানির চাপ গ্রহণ করে রক্ত সঞ্চালনকে ত্বরান্বিত করার হাইড্রোস্ট্যাটিক প্রেসারের কার্যকারিতা রয়েছে। হাইড্রোস্ট্যাটিক প্রেসারের কার্যকারিতা হৃৎপিণ্ডে রক্ত ফিরে আসা সহজ করে তোলে হৃৎপিণ্ড এবং ফুসফুসের কাজ ত্বরান্বিত করে।

11-065



খাওয়ার অন্তত এক ঘণ্টা পর গোসল করা বাঞ্ছনীয়। খাওয়ার পর হজমের জন্য, পরিপাকতন্ত্রে পর্যাপ্ত পরিমাণে রক্ত প্রবাহের প্রয়োজন হয়। খাওয়ার সাথে সাথে গোসল করা হলে, পরিপাকতন্ত্রে রক্ত প্রবাহ অপরিপাক হওয়ার ফলে হজমের কার্যকারিতা বাধাগ্রস্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে ॥

11-
066



গোসলের পর পর্যাপ্ত পরিমাণে তরল গ্রহণ করা প্রয়োজন। গোসলের ফলে ঘাম বের হয় বিধায়, গোসলের আগে এবং পরে পর্যাপ্ত পরিমাণে পানি পূরণ করার (হাইড্রেশনের) প্রয়োজন হয়। পর্যাপ্ত পরিমাণে পানি পান না করলে পানিশূন্যতা (ডিহাইড্রেশন) দেখা দিতে পারে।

11-
067



ত্বকের শুষ্কতা চামড়ার কার্যকারিতা হ্রাস করায় চুলকানি দেখা দেয় বিধায়, নখ ছোট করে ত্বক রক্ষা করা যায়। বয়স্কদের চামড়া সেবাম (মেদ থেকে ক্ষরিত রস) হ্রাসের কারণে, সহজেই শুষ্ক হয়ে যায়।

11-
068



স্বাভাবিক প্রস্রাবের ক্ষেত্রে, প্রস্রাবের পর পর প্রায় কোন গন্ধ থাকে না। প্রস্রাব বাতাসের সংস্পর্শে আসলে ব্যাকটেরিয়া দ্বারা প্রস্রাব ভেঙে গিয়ে অ্যামোনিয়ার মতো গন্ধ বের হওয়া শুরু হয়। প্রস্রাবের বৈশিষ্ট্য হল এটি হলুদ বা হালকা বাদামী স্বচ্ছ তরল এবং জীবাণুমুক্ত হয়ে থাকে।

11-
069



সহজে মলত্যাগ করার ভঙ্গি হল, বসা অবস্থায় গোড়ালি উঁচু করে, একটু সামনে ঝুঁকে থাকার ভঙ্গি। এই দেহ ভঙ্গি গ্রহণ করলে, মলনালী এবং মলদ্বারের মধ্যবর্তী রেক্টোনাল (মলদ্বার) কোণ স্থূল কোণে পরিণত হয় বিধায়, মলত্যাগ করা সহজ ভঙ্গিতে পরিণত হয়। চিৎ হয়ে শোয়া অবস্থানে, রেক্টোনাল (মলদ্বার) কোণ তীক্ষ্ণ কোণে পরিণত হয় বিধায়, মলত্যাগ করা কঠিন হয়।

11-
070



এটি হল প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ু যা মলনালীর পেরিস্টালটিক মুভমেন্টকে ত্বরান্বিত করে। স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুর অন্তর্ভুক্ত সহানুভূতিশীল স্নায়ু এবং প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ুর পরস্পরবিরোধী কার্য রয়েছে। প্যারাসাইমপ্যাটিক স্নায়ু পরিপাক নালির ক্রিয়াকে ত্বরান্বিত করে এবং সহানুভূতিশীল স্নায়ু (সিম্প্যাথেটিক নার্ভ) পরিপাক নালির ক্রিয়াকে দমন করে।

11-
071



খাওয়ার ফলে মলত্যাগ করার ইচ্ছা জাগ্রত হয়। খাবার পেটে প্রবেশ করলে তার উদ্দীপনা কোলনে স্থানান্তরিত হয়ে পেরিস্টালটিক মুভমেন্ট সৃষ্টি করে, যার ফলে মলত্যাগ হয়। মলত্যাগের ইচ্ছা থাকুক বা না থাকুক, খাওয়ার পর টয়লেটে যাওয়া এবং পায়খানার পাত্রে বসা, কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করার জন্য উপকারী।

11-
072



মলত্যাগকে ত্বরান্বিত করতে, নিঃস্বাস ধরে রেখে পেটের চাপ বৃদ্ধি করা। নিঃস্বাস ধরে রেখে পেটের চাপ বৃদ্ধি করার মাধ্যমে রক্তচাপ বেড়ে যায় বিধায় উচ্চ রক্তচাপের ব্যবহারকারী ব্যক্তির জন্য, অন্য উপায়ে মলত্যাগ ত্বরান্বিত করার জন্য সহায়তা প্রয়োজন।

11-
073



মলদ্বারের চারপাশে অভ্যন্তরীণ মলদ্বার স্ফিক্টার পেশী এবং বাহ্যিক মলদ্বার স্ফিক্টার পেশী রয়েছে। তাদের মধ্যে, বাহ্যিক মলদ্বার স্ফিক্টার পেশী সচেতন হয়ে মলত্যাগ নিয়ন্ত্রণ করতে পারে। মলত্যাগের প্রস্তুতি হিসাবে টয়লেটে বসে সচেতনভাবে শিথিল হয়ে সহজে মলত্যাগ করা যায়।

11-
074



অ্যাটোনিক কোষ্ঠকাঠিন্য হলে বৃহদন্ত্রের পেরিস্টালটিক মুভমেন্ট হ্রাস পেয়ে, মলের পানি শোষিত হলে মল শক্ত হয়ে যায়। একটি কারণ হিসাবে অপরিষ্কার পরিমাণে ফাইবার গ্রহণ রয়েছে। পুষ্টিগত ফাইবার অস্ত্রের নালীকে (ইন্টেস্টিনাল ট্রাক্ট) উদ্দীপিত করে বিধায় কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করতে কার্যকরী হয়ে থাকে।

11-
075



মলনালীর কোষ্ঠকাঠিন্য হল, মলদ্বারে মল থাকলেও মলত্যাগের প্রতিবর্তী ক্রিয়া বা রিফ্লেক্স দুর্বল হওয়ায়, মলত্যাগ করার ইচ্ছা না হওয়ার কোষ্ঠকাঠিন্য। সাধারণ কোষ্ঠকাঠিন্য প্রতিরোধ করার জন্য ব্যায়াম, পানি গ্রহণ, পুষ্টিগত ফাইবার গ্রহণ করা প্রয়োজন।

11-
076



শয্যাশায়ী হলে, কোষ্ঠকাঠিন্য হওয়ার প্রবণতা বেশি থাকে। শয্যাশায়ী হলে, শারীরিক কার্যকলাপ হ্রাসের কারণে ব্যায়ামের অভাব, অস্ত্রের কাজ বা পেটের পেশী হ্রাস পাওয়া, অপরিষ্কার খাবার ও পানি খাওয়ার কারণে, কোষ্ঠকাঠিন্য হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।

11-
077



মাদক জাতীয় ব্যথানাশক ওষুধ ব্যবহার করা হলে, অস্ত্রের পেরিস্টালটিক মুভমেন্ট দমন করা হয় বিধায় গুরুতর কোষ্ঠকাঠিন্য দেখা দিতে পারে।

11-078



ক্রিয়ামূলক প্রস্রাবে অসংযম (ফাংশনাল ইউরিনারি ইনকন্টিনেন্স) হল, জ্ঞানীয় কার্যকারিতা হ্রাস পাওয়া বা জ্ঞানীয় কর্মহীনতার (ডিসঅরিয়েন্টেশন) কারণে টয়লেট খুঁজতে না পারা, অ্যাগনসিয়ার কারণে টয়লেট চিনতে না পারার ফলে ঘটা প্রস্রাবের অসংযম (➔ G014 দেখুন)।

11-079



পেট চাপের অসংযম (স্ট্রেস ইউরিনারি ইনকন্টিনেন্স) হল এক ধরনের অসংযম, যে ক্ষেত্রে মূত্রনালী সংকুচিত হয়ে, অভ্যন্তরীণ অঙ্গকে সমর্থন করা পেলভিক ফ্লোর মাসল বা পেশীর কার্যকারিতা হ্রাস পেয়ে, হাঁচির মতো পেটের ভিতরের চাপের কারণে প্রস্রাব বের হয়। নারীর মধ্যে বেশি পরিলক্ষিত হওয়া একটি অসংযম (➔ G014 দেখুন)।

11-080



সিস্টাইটিস বা মূত্রাশয় প্রদাহের অন্যান্য লক্ষণের মধ্যে অবশিষ্ট প্রস্রাবের অনুভূতি, ঘন ঘন প্রস্রাব, হালকা জ্বর পরিলক্ষিত হয়। সিস্টাইটিস বা মূত্রাশয় প্রদাহ হল, মূত্রাশয়ে ব্যাকটেরিয়া প্রবেশ করার ফলে সৃষ্টি হওয়া মূত্রনালীর সংক্রামক রোগ। পুরুষের তুলনায় নারীর মূত্রনালী ছোট হওয়ায় সহজেই ব্যাকটেরিয়া প্রবেশ করে।

11-081



বয়সের সাথে সাথে ঘুমানোর সময় হ্রাস পায়। ঘুমের ক্ষেত্রে, REM ঘুম (হালকা ঘুম যেখানে শরীর বিশ্রাম নেয়) এবং অ-REM ঘুমের (গভীর ঘুম যেখানে মস্তিষ্ক বিশ্রাম নেয়) পর্যায়ক্রমে পুনরাবৃত্তি ঘটে। ব্যায়ামের অভাবের মতো কারণে ঘুমানোর সময় হ্রাস পাওয়ার প্রবণতা থাকে।

11-082



ব্যায়াম ঘুমের গুণমানকে প্রভাবিত করে, কিন্তু শরীরের ঘড়ির কাজের প্রক্রিয়ায় কোনো প্রভাব নেই। শরীরের ঘড়ি ঠিক করার জন্য সূর্যের আলো সবচেয়ে শক্তিশালী ফ্যাক্টর বলে বিবেচিত হয়। সূর্যের আলো গ্রহণ করা হলে, ঘুমকে প্ররোচিতকারী হরমোন মেলাটোনিন নিঃসরণ হ্রাস পায় এবং 15-16 ঘন্টা পরে নিঃসৃত হয় বিধায় ঘুমকে ত্বরান্বিত করে।

11-083



রেস্টলেস লেগস সিনড্রোমের ক্ষেত্রে, নিচের অঙ্গ নড়াচড়া করার মাধ্যমে উপসর্গ উপশম হয়। রেস্টলেস লেগস সিনড্রোমকে "অস্থির পায়ের সিনড্রোম"ও বলা হয় এবং ঘুমের সময় অনৈচ্ছিক নড়াচড়া প্রধানত নিচের অঙ্গে ঘটে। অপ্রীতিকর অনুভূতি অনিদ্রার কারণও হতে পারে।

11-
084

ঘুমের ব্যাঘাত সাধারণত বয়স্কদের মধ্যে পরিলক্ষিত হয়। প্রধান অনিদ্রার মধ্যে "স্লিপ অনসেট ডিসঅর্ডারের" ক্ষেত্রে ঘুমিয়ে পড়া কঠিন এবং ঘুমিয়ে পড়তে অনেক সময় লাগে।



"ঘুম শুরু হওয়ার পরে জেগে ওঠার" ক্ষেত্রে মাঝরাতে অনেকবার জেগে ওঠা হয়। "খুব সকালে জেগে ওঠার" ক্ষেত্রে খুব সকালে ঘুম থেকে জেগে ওঠার পরে আর ঘুমানো যায় না।

11-
085

মৃত্যু শয্যায়, শোথ পরিলক্ষিত হয়। শোথ হল, ত্বকনিম্নস্থ কোষের পানি ধরে রাখার একটি অবস্থা, যা কিনা জীবনের শেষ পর্যায়ে সারা শরীরের সঞ্চালন কার্যকারিতা বা ফাংশন হ্রাসের কারণে আবির্ভূত হওয়া পরিলক্ষিত হয়। অন্যান্য উপসর্গ হিসাবে হাত পা ঠান্ডা হয়ে যাওয়া, নখ বা ঠোঁটে সাইয়ানসিস দেখা দেওয়া, প্রস্রাবের পরিমাণ কমে যাওয়া ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।



11-
086

ম্যান্ডিবুলার ব্রিথিং বা মুখ খোলা রেখে শ্বাস-প্রশ্বাস নেওয়া হল, শ্বাসকষ্টের সময় পরিলক্ষিত হওয়া শ্বাস-প্রশ্বাস, যে ক্ষেত্রে প্রতিবার বায়ু গ্রহণের সময় নিচের চোয়াল নিচের দিকে চলে যায়। বলা হয়ে থাকে যে, মৃত্যু সন্নিকটে হলে মুখ খোলা রেখে শ্বাস-প্রশ্বাস নেয়া হয়। শ্বাসকষ্টের অন্যান্য উপসর্গের মধ্যে গলায় গড়গড় শব্দ (গর্জন) রয়েছে।



11-
087

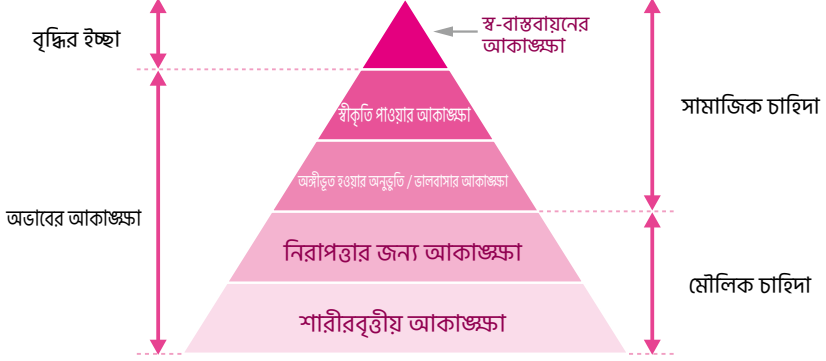
কুবলার রস কর্তৃক প্রস্তাবিত মানসিক প্রক্রিয়ার 5 টি পর্যায় বা ধাপ অনুসারে, প্রথম পর্যায়টি হল অস্বীকৃতি। অস্বীকৃতি হল মৃত্যুকে মেনে না নেওয়ার পর্যায়। রাগ, কেন শুধু আমি এর আবেগ প্রদর্শন করে (➔ G014 দেখুন)।





লার্নিং পয়েন্ট

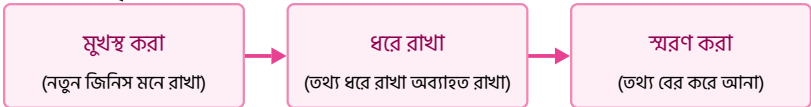
■ মাসলোর চাহিদার সোপান তত্ত্ব



■ রাইকার্ডের (Reichard) মতানুসারে বার্ধক্যের ব্যক্তিগত ধরণ

পরিপক্ক টাইপ (সমন্বিত ধরণ)	নিজে এবং নিজের জীবনকে যেমনটি আছে ঠিক তেমনভাবে গ্রহণ করা।
আরাম চেয়ার ধরন (নির্ভরশীল ধরণ)	নিজের অবস্থা মেনে নিলেও অন্যের উপর নির্ভরশীল হয়ে প্রতিক্রিয়াশীল হওয়া।
প্রতিরক্ষামূলক ধরন (সাঁজোয়া ধরনের)	বার্ধক্য সম্পর্কিত উদ্বেগকে, ক্রমাগত সক্রিয় থেকে দমন করে আত্মরক্ষা করা।
অন্যকে শাস্তি প্রদানের ধরণ (চরম বিরক্তির ধরণ)	নিজের অতীত এবং বার্ধক্যকে মেনে নিতে না পারা।
নিজে শাস্তি প্রদানের ধরণ (নিজে দোষারোপ করার ধরণ)	নিজের জীবনকে ব্যর্থতা হিসাবে দেখে তার জন্য নিজে দায়ী করা।

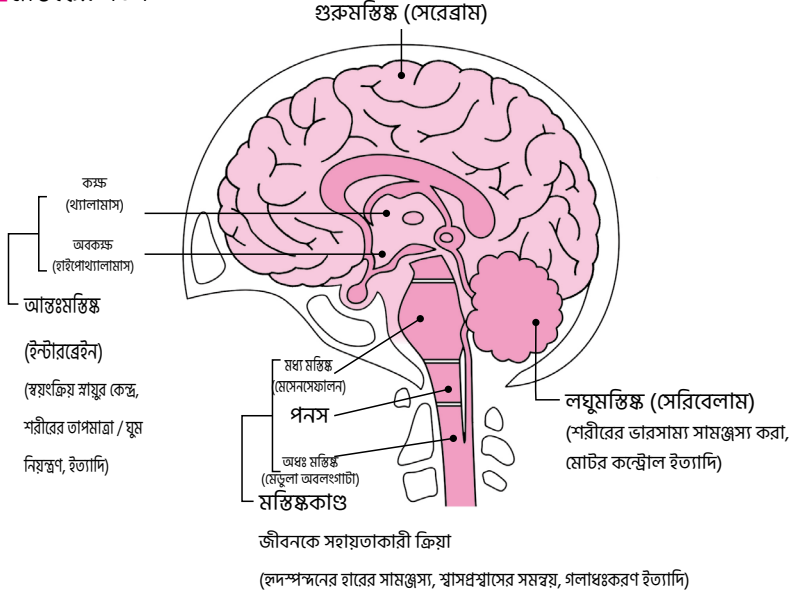
■ মেমরি বা স্মৃতির প্রক্রিয়া



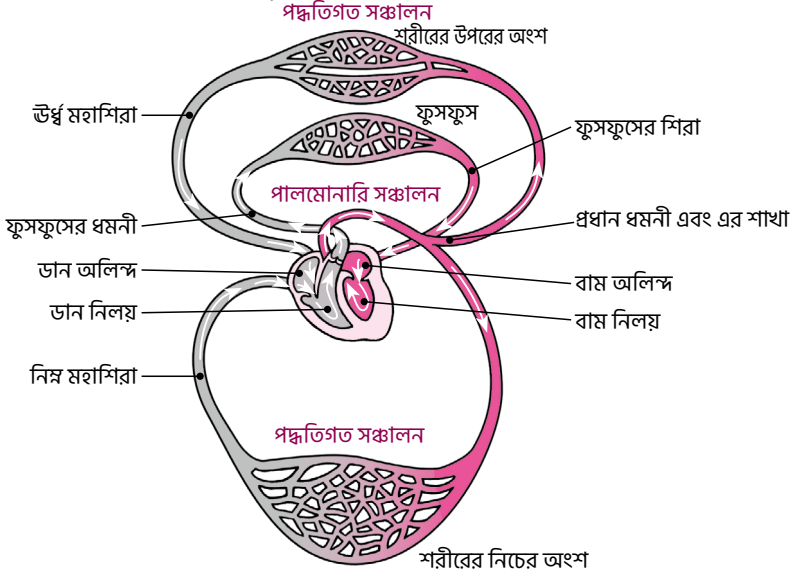
■ সমন্বয় প্রক্রিয়া

পলায়ন	দুশ্চিন্তা, টেনশন বা উত্তেজনা ইত্যাদি থেকে পালিয়ে নিজের স্থিরতা সন্ধান করা।
পশ্চাদগতি	বিকাশের অপরিপক্ক পর্যায়ে পিছনে ফিরে গিয়ে নিজেকে রক্ষা করার চেষ্টা করা।
দমন	মেনে নেয়া কঠিন ইচ্ছা বা আবেগকে, চেতনার পৃষ্ঠে প্রদর্শিত না করার জন্য দমন করা।
ক্ষতি	মূল উদ্দেশ্য অর্জিত না হলে, অর্জন করা সহজ বিষয়ে ইচ্ছাকে পরিবর্তন করে ধৈর্য ধরা।
ক্ষতিপূরণ	হীনমন্যতার অনুভূতির একটি দিককে, অন্য দিকে অগ্রাধিকার প্রদান করার মাধ্যমে পূরণ করার চেষ্টা করা।
যৌক্তিককরণ	নিজের জন্য সুবিধাজনক যুক্তি প্রদান করে নিজের কাজ বা ব্যর্থতাকে ন্যায়সঙ্গত করাকে বুঝায়।
উর্ধ্বে আরোহন	আক্রমনাত্মক ইচ্ছা ইত্যাদিকে, খেলাধুলা বা শিল্পের মতো অর্থপূর্ণ কর্মকান্ড দিয়ে প্রতিস্থাপন করার চেষ্টা করা।
আত্মীকরণ (সমান গণ্য করা)	অন্যের অনুভূতি এবং চিন্তাভাবনাকে নিজের মধ্যে প্রয়োগ করে, নিজের জিনিস মনে করে সন্তুষ্ট থাকা।
প্রজেকশন বা অভিক্ষেপ	নিজের ভেতরের স্বীকার করা কঠিন আবেগ অন্য কারো মধ্যে আছে বলে মনে করা।
প্রতিস্থাপন	কোন একটি লক্ষ্যের ইচ্ছা বা আবেগকে (ভালোবাসা, ঘৃণা, ইত্যাদি) অন্যান্য লক্ষ্যে প্রকাশ করা।
প্রতিক্রিয়া গঠন	জানাতে না চাওয়া আবেগ ইত্যাদির বিপরীত কর্ম দিয়ে নিজের আসল চেহারাকে আড়াল করার চেষ্টা করা।

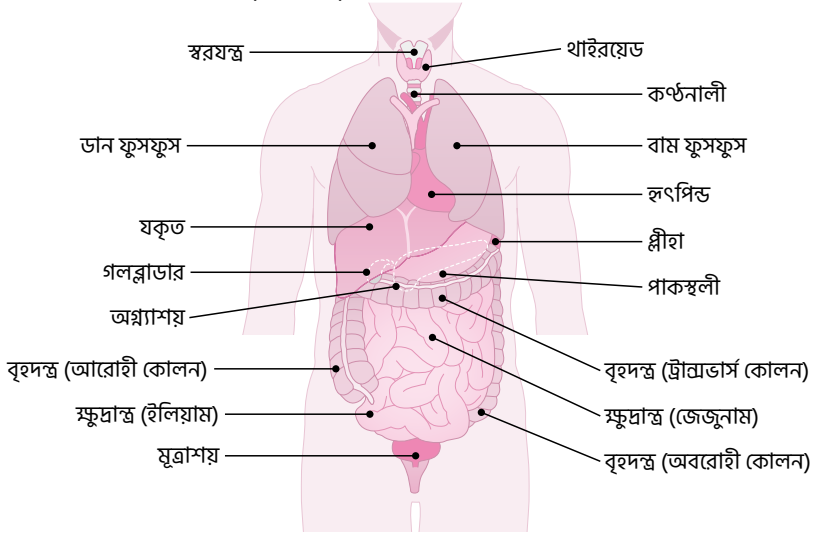
■ মস্তিষ্কের গঠন



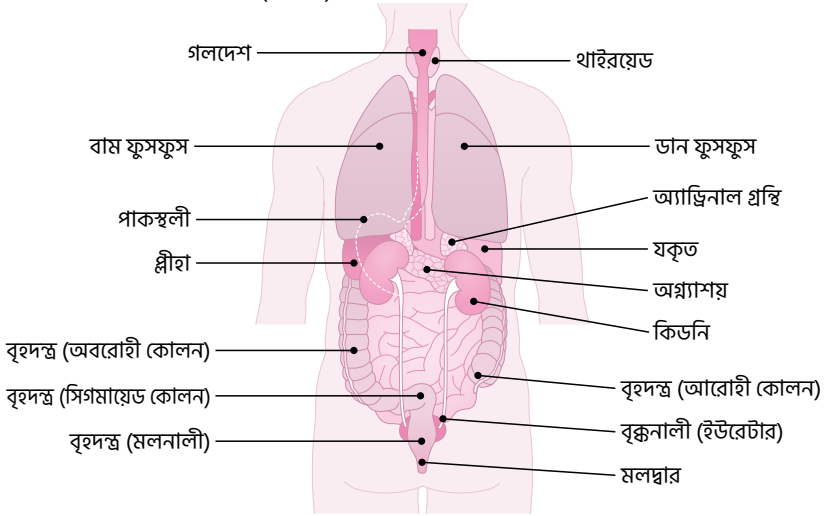
■ পালমোনারি সঞ্চালন এবং পদ্ধতিগত সঞ্চালন



■ অভ্যন্তরীণ অঙ্গের নাম (সামনের)



■ অভ্যন্তরীণ অঙ্গের নাম (পিছন)



■ 5 টি প্রধান পুষ্টি

চিনির উপাদান (কার্বোহাইড্রেট)	
লিপিড	
প্রোটিন	
অজৈব (খনিজ পদার্থ)	
ভিটামিন	<ul style="list-style-type: none"> • লিপিড দ্রবণীয় ভিটামিন A • D • E • K • পানিতে দ্রবণীয় ভিটামিন B • C

■ খাওয়া এবং গলংধরনের পাঁচটি বিভাগ

পূর্ববর্তী পর্যায় (জ্ঞানশীল পর্যায়)
প্রস্তুতিমূলক পর্যায় (চিবানোর সময়)
মুখ গন্ধের পর্যায়
গলদেশের পর্যায় (ফ্যারিজিয়াল স্টেজ)
খাদনালীর পর্যায়

■ প্রস্রাবের অসংঘমের প্রকার

ক্রিয়ামূলক প্রস্রাব (ফাংশনাল ইউরিনারি ইনকন্টিনেন্স)	সময়মতো প্রস্রাব করতে না পারা, ডিমেনশিয়া ইত্যাদির কারণে টয়লেটের অবস্থান না জেনে দেরি হওয়ার কারণে প্রস্রাব করা করে দেয়া।
অনুপ্রাণিত প্রস্রাবে অসংঘম (আর্গ ইউরিনারি ইনকন্টিনেন্স)	প্রস্রাবের ইচ্ছা থাকলেও সময়মতো টয়লেটে যেতে না পারায় প্রস্রাব ঝরে পড়া।
পেট চাপের অসংঘম (স্ট্রেস ইউরিনারি ইনকন্টিনেন্স)	কাশি বা হাঁচির মতো পেটে চাপ প্রয়োগ করা হলে প্রস্রাব বের হয়
উপচে পড়া প্রস্রাবে অসংঘম (ওভারফ্লো ইনকন্টিনেন্স)	বর্ধিত প্রোস্টেট (গ্রন্থি) ইত্যাদির কারণে প্রস্রাবের পথ বন্ধ হয়ে গিয়ে একটু একটু করে প্রস্রাব বের হওয়া।
প্রতিবর্তী প্রস্রাবের অসংঘম (ওভারফ্লো ইনকন্টিনেন্স)	সুষুম্নাকাণ্ড বা মেরুরজ্জু (স্পাইনাল কর্ড) ক্ষতিগ্রস্ত হওয়ার কারণে প্রস্রাবের ইচ্ছা না থেকে প্রস্রাব নির্গত হওয়া।

■ কুবলার রসের মৃত্যু মেনে নেওয়ার মানসিক প্রক্রিয়ার 5 টি পর্যায় বা ধাপ

1 ম পর্যায়	অস্বীকার	'আমি মরতে পারি না' বলে মৃত্যুর নিয়তির সত্যকে প্রত্যাখ্যান ও অস্বীকার করার পর্যায়।
2 য পর্যায়	রাগ	মৃত্যুর বিরুদ্ধে রাগের তীব্র অনুভূতি প্রদর্শিত হওয়ার পর্যায়।
3 য পর্যায়	লেনদেন	মৃত্যুর বাস্তবতা এড়ানো যায় না বলে আল্লাহর কাছে আকুতি প্রকাশের পর্যায়।
4 য পর্যায়	বিশ্বস্ততা	"যাই করা হোক না কেন বাঁচার উপায় নেই" এর হতাশা অনুভব করার পর্যায়।

12

চিকিৎসা সেবার জন্য যত্ন

A

উত্তর / ব্যাখ্যা

A

12-
001



চিকিৎসা সেবার যত্নের মতো চাকরিকালীন প্রশিক্ষণ সম্পন্নকারী নার্সিং কেয়ার ওয়ার্কার ইত্যাদি, প্লিফেকচারাল গভর্নরদের কর্তৃক প্রত্যয়িত/ নিবন্ধিত সুবিধা / ব্যবসা প্রতিষ্ঠানে স্পুটাম সাকশন করার মতো কাজ সম্পাদন করতে পারবে।

12-
002



গলদেশ হল বমি প্ররোচিত করার স্থান। তাই, টিউব গলদেশের চেয়ে গভীরে ঢোকানো হলে উদ্দীপ্ত হয়ে কাশি এবং বমি করে গুরুতর দুর্ঘটনার কারণ হতে পারে।

12-
003



দুর্ঘটনার ঠিক আগে বিপজ্জনক পরিস্থিতির ঘটনার প্রক্রিয়া নথিভুক্ত করা, অনুরুপ বিপদ বা দুর্ঘটনা আগে থেকে প্রতিরোধের প্রচেষ্টার দিকে পরিচালিত করে। দুর্ঘটনার রিপোর্ট ইন্সিডেন্ট বা একসিডেন্ট রিপোর্টে রেকর্ড করা হয়।

12-
004



স্ট্যান্ডার্ড প্রিকউসন, সকল রক্ত, শরীরের তরল, সিক্রেশন (থুথু, লালা, বমি), মলমূত্র (মল, প্রস্রাব), ক্ষতিগ্রস্ত চামড়া, শৈথিল্যিক ঝিল্লি ইত্যাদিকে সংক্রমণের ঝুঁকি থাকা বস্তু হিসাবে বিবেচনা করে অবশ্যই ব্যবস্থা গ্রহণ করার ধারণাকে ভিত্তি হিসাবে নিয়েছে।

12-
005



নাকের মধ্য দিয়ে টিউব দিয়ে খাওয়ানোর জন্য ব্যবহৃত বস্তু, ধোয়ার (বাসনপত্রের নিরপেক্ষ ডিটারজেন্ট) পরে, প্রায় 1 ঘন্টা জীবাণুনাশক তরলে (সোডিয়াম হাইপোক্লোরাইট) ভিজিয়ে রেখে, নলের পানি দিয়ে ভাল করে ধুয়ে ফেলে শুকিয়ে নেওয়া জীবাণুনাশক ইথানল, সরঞ্জাম পরিষ্কার করে জীবাণুমুক্ত করার জন্য ব্যবহৃত হয়, নিমজ্জিত করে জীবাণুমুক্ত করার জন্য ব্যবহৃত হয় না।

12-006



পালস অক্সিমিটার হল, চামড়ার পৃষ্ঠ থেকে নাড়ির স্পন্দনের (পালস) হার এবং পারকিউটেনিয়াস অক্সিজেন স্যাচুরেশন (SpO₂ : ধমনী রক্তে থাকা অক্সিজেনের পরিমাণ) পরিমাপ করার যন্ত্র। পারকিউটেনিয়াস অক্সিজেন স্যাচুরেশনের রেফারেন্স মান হল %।

12-007



সাধারণত ঘরের ভিতর আরামদায়ক আর্দ্রতা প্রায় 50% বলা হয়ে থাকে। আর্দ্রতা কম হলে, শুষ্ক বাতাসে শ্বাস নেওয়া হয় বিধায়, শ্লেষ্মার সান্দ্রতা বৃদ্ধি পেয়ে শ্লেষ্মা বের হওয়া কঠিন হয়ে পড়ে।

12-008



শ্বাস নেওয়া বস্তুতে রক্ত থাকলে, অবিলম্বে শ্বাস নেওয়া বন্ধ করে মুখ গন্ধুর এবং নাকের গন্ধুর পর্যবেক্ষণ করা। শ্বাস-প্রশ্বাসের অবস্থা, বর্ণ ইত্যাদি পরীক্ষা করে, শেষে নেয়ার চাপ নির্ধারিত মাত্রার ছিল কিনা তা পরীক্ষা করে, চিকিৎসা সেবা কর্মীর সাথে যোগাযোগ করা।

12-009



গোসল করার সময়, আর্দ্রতা বৃদ্ধি পাওয়ার প্রভাবে শ্লেষ্মা নরম হয়ে, বের হওয়া সহজ হয়ে ওঠে। উপরন্তু, শ্লেষ্মা বৃদ্ধি পাওয়ার সম্ভাবনা থাকে বিধায় গোসলের নাসিং কেয়ারের আগে ও পরে শ্লেষ্মা অপসারণ করা প্রয়োজন।

12-010



শুষে নেয়ার চাপ হ্রাস করা এবং বর্জ্য তরলের রিফ্লাক্স বা বিপরীত মুখে প্রবাহিত হওয়া প্রতিরোধ করতে সাকশন বোতল 70 থেকে 80% ভর্তি হওয়ার আগেই ফেলে দেয়া হয়। উল্লেখ্য যে, নিষ্কাশিত তরলের পরিমাণ কম হলেও দিনে একবার বা দুবার নিয়মিতভাবে ফেলে দিয়ে ডিটারজেন্ট / চলমান পানি দিয়ে ভালভাবে ধুয়ে ফেলা হয়।

12-011



মুখ গন্ধুর / নাক গন্ধুরের ভিতরের খুতু শুষে নেয়ার সাকশন টিউব পরিষ্কার করার জন্য নলের পানি ব্যবহার করা হয়। কণ্ঠনালী ক্যানুলারের সাকশন টিউব নলের পানির পরিবর্তে জীবাণুমুক্ত বিশুদ্ধ পানি শুষে নিয়ে পরিষ্কার করা হয়।

12-
012



একবার শুষে নেওয়ার সময় 10 থেকে 15 সেকেন্ডের মধ্যে হওয়া উচিত। শুষে নেয়ার সময় দীর্ঘ হলে, শ্বাসকষ্ট বা হৃদস্পন্দন, রক্তচাপ ইত্যাদি বেড়ে যাওয়ার সম্ভাবনা থাকে বিধায়, একবারে যথেষ্ট পরিমাণে শ্লেষ্মা অপসারণ করা না গেলে, শ্বাস নেওয়ার পর আবার শুষে নেওয়ার চেষ্টা করা।

12-
013



পুষ্টি সম্পূরকের তাপমাত্রা কম হলে, অস্ত্রের পেরিস্টালটিক মুভমেন্ট বৃদ্ধি পেয়ে, ডায়রিয়া এবং পেটে ব্যথার মতো পেটের উপসর্গ সহজেই দেখা দিতে পারে। হাইপোগ্লাইসেমিয়া বলতে রক্তে খুব কম গ্লুকোজ থাকার অবস্থাকে বুঝায়।

12-
014



টিউবে খাওয়ানোর ক্ষেত্রে, চিবানো হয় না বিধায়, লালার নিঃসরণ কমে গিয়ে, মুখ গহ্বরের অটোপিউরিফিকেশন বা প্রাকৃতিক পরিশোধন হ্রাস পেয়ে সংক্রমণের ঝুঁকি বৃদ্ধি পায়। মুখের যত্ন নিয়ে, সংক্রমণ প্রতিরোধ করা বা খাবার গ্রহণ / গলধরন ফাংশন বজায় রাখা / উন্নতির জন্য চেষ্টা করা প্রয়োজন।

12-
015



হেঁচকি, ডায়াফ্রামের খিঁচুনি দ্বারা সৃষ্ট হলেও, তার কারণ টিউবে খাওয়ানো পুষ্টি সম্পূরক ইনজেক্ট করা কিনা, তা নির্ধারণ করার প্রয়োজন আছে বিধায়, অবিলম্বে ইনজেক্ট করা বন্ধ করা।

12-
016



আধা-কঠিন (জেলি) ধরনের পুষ্টি সম্পূরকের সান্দ্রতা থাকায়, টিউবের ভিতর পুষ্টি সম্পূরক আটকে যেতে পারে বিধায়, নাকের মধ্য দিয়ে টিউব দিয়ে খাওয়ানোর জন্য ব্যবহার করা হয় না। প্রায়ই পাকস্থলীর ফিস্টুলা এবং অস্ত্রের ফিস্টুলার ক্ষেত্রে প্রয়োগ করা হয়।

12-
017



নাকের মধ্য দিয়ে টিউব দিয়ে খাওয়ানোর ক্ষেত্রে, ইরিগেটর (ইররিগাতোর) এবং ব্যবহারকারী ব্যক্তির পাকস্থলীর উচ্চতার পার্থক্যকে কাজে লাগিয়ে ইনজেক্ট করা হয়। উচ্চতা 50 সেন্টিমিটারের বেশি হলে ফোটায় ফোটায় পড়ার গতি বৃদ্ধি পাবে, 50 সেন্টিমিটারের কম হলে গতি হ্রাস পাবে। ফোটায় ফোটায় পড়ার (ড্রিপিং) গতির উপর নির্ভর করে, রিফ্লাক্স বা বিপরীত মুখে প্রবাহিত হওয়া, আকস্মিকভাবে গিলে ফেলার ঝুঁকি থাকে।

12-
018

খুলে পড়া খাওয়ানোর চিউব শুধুমাত্র ডাক্তার বা নার্সিং পেশা চুকাতে পারে।



12-
019

শুষে নেয়ার চাপ থাকা অবস্থায় সাকশন চিউব ঢোকানো এবং অপসারণ করতে হয়। কণ্ঠনালী ক্যানুলার ভিতরের অংশ, মৈথ্রিক ঝিল্লির ক্ষতির কোন ঝুঁকি ছাড়া, কণ্ঠনালীতে থুতু বা স্লেম্মা পড়া রোধ করে।



検討委員会、編集委員会委員一覧 ※五十音順

〈外国人向け介護学習テキスト検討委員会〉

五十嵐さゆり	福祉人材育成研究所 M&L
(委員長) 白井孝子	東京福祉専門学校
高木憲司	和洋女子大学家政学部
橋本由紀江	国際交流 & 日本語支援 Y

〈外国人向け介護学習テキスト検討委員会（過去問）編集委員会〉

五十嵐さゆり	福祉人材育成研究所 M&L
木林身江子	静岡県立大学短期大学部
木村久枝	元松本短期大学
午頭潤子	白梅学園大学子ども学部
品川智則	東京 YMCA 医療福祉専門学校
下山久之	同朋大学社会福祉学部
白井孝子	東京福祉専門学校
鈴木真智子	浦和大学短期大学部
高木憲司	和洋女子大学家政学部
高木直美	日本福祉大学中央福祉専門学校
高木諒	愛知県立古知野高等学校
平野啓介	旭川大学短期大学部
松沼記代	高崎健康福祉大学健康福祉学部

(事務局) 公益社団法人 日本介護福祉士会
国際介護人材支援チーム

「外国人のための介護福祉士国家試験一問一答」
（令和 2 年度 介護の日本語学習支援等事業）
令和 2（2020）年 12 月発行
公益社団法人 日本介護福祉士会