క్యాన్సర్ ఉన్న వ్యక్తికి ఎలా తోడుగా ఉండాలి

క్యాన్సర్ ఉన్న వ్యక్తికి తోడుగా ఉండటం అంటే ముఖ్యంగా, వారు కోరుకునేదాన్ని బట్టి, నిలకడగా వారి పక్కన ఉండటం మరియు ఆచరణాత్మక సహాయం చేయడం. పెద్ద పెద్ద పనుల కంటే చిన్న, నిర్దిష్టమైన పనులు — ఒక భోజనం, ఒక ప్రయాణ సహాయం, క్షేమం అడిగే ఒక మెసేజ్ — తరచుగా ఎక్కువ విలువైనవి.

సరళమైన వివరణ

క్యాన్సర్ ఉన్న వ్యక్తికి తోడుగా ఉండటం అంటే సరైన సమాధానాలు తెలిసి ఉండటం కాదు. వారు నిజంగా కోరుకునేదాన్ని బట్టి, నిలకడగా వారి పక్కన ఉండటం మరియు ఆచరణాత్మకంగా సహాయం చేయడం. పెద్ద పెద్ద పనుల కంటే చిన్న, నిర్దిష్టమైన శ్రద్ధ చూపే పనులే సాధారణంగా ఎక్కువ అర్థవంతంగా ఉంటాయి.

మానసిక మద్దతు

తరచుగా అన్నిటికంటే విలువైనది కేవలం వారి దగ్గర ఉండటమే. సమస్యలను సరిచేయడానికి ప్రయత్నించకుండా వినండి. ఎంత వేగంగా ముందుకు వెళ్లాలో వారినే నిర్ణయించనివ్వండి. వారు ఒంటరి కాదని గుర్తు చేయండి. జవాబు ఇవ్వాలన్న ఒత్తిడి లేకుండా పంపే ఒక చిన్న 'మీ గురించి ఆలోచిస్తున్నాను' మెసేజ్ కష్టమైన రోజును కాస్త ఆనందంగా మార్చగలదు.

ఆచరణాత్మక సహాయం

వారు చేయాల్సిన ఒక పనిని మీరు చేసిపెడితే, వారి మీద ఉన్న నిజమైన భారం తగ్గుతుంది. నిర్దిష్టంగా చెప్పే సహాయాలు బాగా పనిచేస్తాయి:

- భోజనం తెచ్చి ఇవ్వడం, లేదా భోజనాల షెడ్యూల్ ఏర్పాటు చేయడం.
- అపాయింట్‌మెంట్‌లకు తీసుకెళ్లడం, తిరిగి తీసుకురావడం.
- బయటి పనులు, కిరాణా సామాన్లు, లేదా ప్రిస్క్రిప్షన్ మందులు తెచ్చిపెట్టడం.
- పిల్లలను చూసుకోవడం, పెంపుడు జంతువులను చూసుకోవడం, లేదా ఇంటి పనుల్లో సహాయం.

నిర్ణయాలు వారి చేతిలోనే ఉంచండి

క్యాన్సర్ జీవితంపై చాలా నియంత్రణను తీసివేస్తుంది, కాబట్టి కొంత నియంత్రణను తిరిగి ఇవ్వడం సహాయపడుతుంది. వారి తరఫున మీరే నిర్ణయించే బదులు, ఎంపికలు ఇవ్వండి. 'ఈరోజు వద్దు' అనే జవాబుతో సహా వారి జవాబులను గౌరవించండి. మద్దతు ఎప్పుడూ ఒత్తిడిలా కాకుండా, చాచిన చేయిలా అనిపించాలి.

ఆ వ్యక్తే దారి చూపనివ్వండి — ఎంపికలు ఇవ్వండి, వారి నిర్ణయాలను అనుసరించండి.

సంరక్షకులను మర్చిపోకండి

రోజువారీ సంరక్షణ చేసేవారు చాలా భారం మోస్తారు, వారిని పట్టించుకోకుండా వదిలేయడం సులభం. వారికి ఒక భోజనం, కొంత విశ్రాంతి సమయం, లేదా కనీసం ఒక క్షేమ సమాచారం అడగడం అందించండి. అది మొత్తం కుటుంబానికి మద్దతుగా

ఉంటుంది. ఈ పేజీ విద్యా సమాచారం మాత్రమే, వైద్య సలహా కాదు. కుటుంబం తమ సంరక్షణ బృందం మరియు మద్దతు సేవల సహాయం తీసుకునేలా ప్రోత్సహించండి.

త్వరగా సహాయం ఎప్పుడు పొందాలి

ఒకరికి దగ్గరగా ఉండటం వల్ల, సమస్యను మీరే మొదట గమనించవచ్చు. వేచి ఉండకుండా మాట్లాడండి.

- **988 (సూసైడ్ అండ్ క్రైసిస్ లైఫ్‌లైన్)కి కాల్ లేదా టెక్స్ట్ చేయండి, లేదా 911కి కాల్ చేయండి, ఒకవేళ** ఆ వ్యక్తి తన జీవితాన్ని ముగించుకోవడం గురించి మాట్లాడితే, తాను లేకపోతే ఇతరులు బాగుంటారని అంటే, లేదా తనకు తాను హాని చేసుకోవడానికి ప్లాన్ చేస్తున్నట్లు అనిపిస్తే.
- **911కి కాల్ చేయండి లేదా అత్యవసర విభాగానికి వెళ్లండి, ఒకవేళ** వారు అకస్మాత్తుగా శ్వాస తీసుకోలేకపోతే, ఛాతీ నొప్పి ఉంటే, స్పృహ తప్పి పడిపోతే, ఫిట్స్ (మూర్ఛ) వస్తే, అయోమయంగా మారితే, లేదా లేపినా లేవకపోతే. మీరే వాహనం నడుపుకుంటూ వెళ్లకండి.
- **పగలైనా రాత్రైనా వెంటనే వారి క్యాన్సర్ బృందానికి ఫోన్ చేయడంలో వారికి సహాయం చేయండి, ఒకవేళ** కీమోథెరపీ సమయంలో, లేదా రక్త కణాల సంఖ్యను తగ్గించే మరేదైనా చికిత్స సమయంలో, వారికి 100.4°F (38°C) లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రత ఉంటే. CDC దీనిని వైద్య అత్యవసర పరిస్థితిగా పరిగణిస్తుంది: తీవ్రమైన ఇన్ఫెక్షన్‌కు జ్వరం ఒక్కటే సంకేతం కావచ్చు. బృందాన్ని త్వరగా సంప్రదించలేకపోతే, వారిని అత్యవసర విభాగానికి తీసుకెళ్లి, వారు కీమోథెరపీ తీసుకుంటున్నారని వెంటనే చెప్పండి.
- **వెంటనే వారి సంరక్షణ బృందానికి కాల్ చేయడంలో వారికి సహాయం చేయండి, ఒకవేళ** వారు తినడం లేదా తాగడం మానేసి ఉంటే. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో 911కి కాల్ చేయండి లేదా అత్యవసర విభాగానికి (ER) వెళ్లండి.
- **ఒకటి లేదా రెండు రోజుల్లోపు కాల్ చేయమని వారిని గట్టిగా చెప్పండి, ఒకవేళ** దిగులు, నిస్సహాయత, లేదా తీవ్రమైన ఆందోళన రెండు వారాలకు పైగా కొనసాగుతుంటే, లేదా వారు అపాయింట్‌మెంట్‌లకు వెళ్లడం మానేసి ఉంటే.

ఇంకో విషయం: చికిత్సలు, సప్లిమెంట్లు, లేదా ఆహార పద్ధతులు (డైట్‌లు) సూచించకండి. మంచి ఉద్దేశంతో ఇచ్చే సలహా కూడా చికిత్సకు అడ్డుపడవచ్చు. బదులుగా సంరక్షణ బృందాన్ని అడగమని చెప్పండి.

మూలాలు

- National Cancer Institute — క్యాన్సర్ రోగుల సంరక్షకులకు మద్దతు (cancer.gov/about-cancer/coping/caregiver-support)
- National Cancer Institute — మీరు ప్రేమించే వ్యక్తి క్యాన్సర్ చికిత్స పొందుతున్నప్పుడు (cancer.gov/publications/patient-education/when-someone-you-love-is-being-treated)
- CDC — జ్వరం పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండండి (క్యాన్సర్ రోగులలో ఇన్ఫెక్షన్‌లను నివారించడం) (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)
- NIMH — డిప్రెషన్ (nimh.nih.gov/health/publications/depression)

విశ్వసనీయ మూలం ఆధారంగా

ఇది National Cancer Institute ఆధారంగా రూపొందించిన విద్యా సమాచారానికి సరళమైన భాషలో అనువాదం. పూర్తి, తాజా సమాచారం కోసం దయచేసి అసలు మూలాన్ని చదవండి. ఇది విద్య కోసం మాత్రమే — వైద్య సలహా కాదు. ఎల్లప్పుడూ మీ సొంత సంరక్షణ బృందంతో మాట్లాడండి.

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/coping/caregiver-support

నవీకరించబడింది: 2026-09-29

ఉచితంగా దుబాసీని పొందే హక్కు మీకు ఉంది. యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో ఫెడరల్ నిధులు పొందే ఆసుపత్రులు మరియు క్లినిక్‌లు మీకు ఎలాంటి ఖర్చు లేకుండా అర్హత కలిగిన దుబాసీని తప్పనిసరిగా అందించాలి. మీరు రిసెప్షన్ వద్ద లేదా మీ అపాయింట్‌మెంట్‌కు ముందు దుబాసీ కోసం అడగవచ్చు. మీ కోసం అనువదించడానికి కుటుంబ సభ్యుడిని లేదా పిల్లవాడిని తీసుకురావాల్సిన అవసరం లేదు.

ఆన్‌లైన్‌లో: cancerexplained.org/languages/te/how-to-support-someone-with-cancer

cancerexplained.orgలోని ఆంగ్ల వ్యాసం నుండి అనువదించబడింది. మూలంతో సరిచూసినది ఆంగ్ల సంస్కరణే.

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

ఎలాంటి మార్పు లేకుండా ఉచితంగా ముద్రించవచ్చు, కాపీ చేయవచ్చు, పంచుకోవచ్చు. అనుమతి అవసరం లేదు. దయచేసి వైద్య సమాచారాన్ని మార్చవద్దు. మూలం: cancerexplained.org. ఇది విద్యా సమాచారం, వైద్య సలహా కాదు.