

## دریافت مراقبت برای آندومتریوز

این برگه اطلاعاتی روش دریافت مراقبت‌های آندومتریوز در استرالیا، از تشخیص تا درمان را توضیح می‌دهد. آن حاوی اطلاعاتی مانند اینکه چه کسانی ممکن است در مراقبت شما دخیل باشند، درمانی که ممکن است به شما ارائه شود، اتفاقاتی که ممکن است در صورت مراجعه به بیمارستان رخ دهد و راه‌های مدیریت هزینه‌های درمانی می‌شود. اطلاعات بر اساس راهنمای شواهد زنده استرالیا (Australian Living Evidence Guideline) است. آندومتریوز.

### چگونه آندومتریوز مدیریت می‌شود

علائم آندومتریوز را می‌توان به روش‌های مختلفی مدیریت کرد. داروها اغلب اولین گزینه هستند. فیزیوتراپی لگن، حمایت عاطفی یا مدیریت درد نیز ممکن است ارائه شود. شاید بخواهید به یکی از کلینیک‌های آندومتریوز و درد لگن مراجعه کنید که در سراسر استرالیا تأسیس شده‌اند. برای مدیریت آندومتریوز ممکن است از استفاده شود، اما اولین گزینه نیست.

تیم متخصصان سلامت شما با شما همکاری خواهند کرد تا گزینه‌هایی را انتخاب کنند که به بهترین وجه با علائم، اهداف و ترجیحات شما مطابقت داشته باشند.

### چگونه سیستم بهداشت استرالیا از مراقبت‌های آندومتریوز پشتیبانی می‌کند

سرویس‌های زیادی برای کمک به شما در دسترس هستند. سیستم بهداشت و درمان استرالیا توسط دولت استرالیا و دولت‌های ایالتی و منطقه‌ای اداره می‌شود. مراقبت‌های بهداشتی از طریق خدمات درمانی دولتی و خصوصی در دسترس است.

Medicare یک سرویس بهداشتی دولتی است که شامل برنامه مزایای Medicare، بیمارستان‌های دولتی و طرح مزایای دارویی می‌شود. برخی افراد همچنین بیمه درمانی خصوصی دارند تا به پوشش هزینه‌های اضافی کمک کنند.

همچنین می‌توانید به یک کلینیک آندومتریوز و درد لگن مراجعه کنید، جایی که پزشکان و متخصصان سلامت مرتبط با هم برای ارائه مراقبت‌های هماهنگ همکاری می‌کنند. [www.health.gov.au/our-work/endometriosis-and-pelvic-pain-clinics](http://www.health.gov.au/our-work/endometriosis-and-pelvic-pain-clinics)

### راه‌های مدیریت هزینه‌های سلامت

سیستم سلامت استرالیا شامل ارائه دهندگان خدمات درمانی دولتی و خصوصی است و شما می‌توانید از چندین طریق از خدمات درمانی بهره‌مند شوید.

**Medicare** - به پرداخت هزینه بسیاری از خدمات درمانی، از جمله ویزیت پزشک عمومی، آزمایش‌ها، داروهای تجویزی تحت پوشش PBS و درمان در بیمارستان دولتی کمک می‌کند. جدول مزایای مدیکر (MBS) خدمات درمانی که Medicare به پرداخت آنها کمک می‌کند و مبلغی که می‌توانید پس بگیرید را فهرست می‌کند. بیمه درمانی شامل موارد زیر است:

- شبکه ایمنی Medicare - وقتی مبلغ مشخصی را در طول یک سال برای خدمات واجد شرایط هزینه کنید، ممکن است مبلغ بیشتری از Medicare به شما بازپرداخت شود.
- طرح مدیریت بیماری‌های مزمن پزشک عمومی - ممکن است سالانه تا 5 بار ویزیت با یارانه Medicare برای مراجعه به متخصصان سلامت وابسته به شما بدهد.
- طرح مزایای دارویی (PBS) - هزینه بسیاری از داروهای تجویزی را کاهش می‌دهد.
- کارت شبکه ایمنی PBS - به محض اینکه به سقف سالانه هزینه‌های دارو برسید، هزینه داروهای شما برای بقیه سال کمتر می‌شود.

برای اطلاعات بیشتر به [servicessaustralia.gov.au](http://servicessaustralia.gov.au) مراجعه کنید.

بیمه درمانی خصوصی - به پرداخت هزینه‌های مراقبت‌های بهداشتی کمک می‌کند که Medicare به طور کامل پوشش نمی‌دهد.

### چه کسانی ممکن است در مراقبت از شما نقش داشته باشند؟

مراقبت از آندومتریوز معمولاً شامل تیمی از متخصصان سلامت می‌شود، از جمله:

#### پزشک عمومی (GP)

پزشک عمومی شما معمولاً اولین کسی است که برای مراقبت از آندومتریوز به او مراجعه می‌کنید. آنها می‌توانند به مدیریت علائم کمک کنند، داروهای مسکن تجویز کنند، آزمایش‌هایی ترتیب دهند و شما را به کارشناسان و متخصصان مرتبط با سلامت ارجاع دهند. شما می‌توانید پزشک عمومی خود را حضوری، تلفنی یا ویدیویی (تله هلت) ببینید.

#### متخصصان

ممکن است Medicare تمام هزینه یا بخشی از آن را پرداخت کند. شما باید مابه‌التفاوت که به آن تفاوت هزینه می‌گویند را بپردازید. بیمه درمانی خصوصی می‌تواند بخشی از هزینه‌های درمانی شما را پوشش دهد.

شما می‌توانید به اینها مراجعه کنید:

- متخصص زنان و زایمان - کمک در زمینه سلامت باروری و مراقبت از آندومتریوز
- متخصص درد - به مدیریت درد طولانی مدت یا شدید کمک می‌کنند.
- متخصص کولورکتال - کمک به مشکلات روده‌ای که ممکن است ناشی از آندومتریوز باشد
- متخصص اورولوژی - در مورد مشکلات مثانه، حالب و کلیه (سیستم اورولوژی) که ممکن است تحت تاثیر آندومتریوز قرار گیرند، از شما پشتیبانی می‌کند.

ممکن است مجبور شوید چند هفته یا چند ماه برای قرار ملاقات با متخصص منتظر بمانید.

#### متخصصان بهداشت و درمان

این متخصصان سلامت به مدیریت علائم و بهبود کیفیت زندگی شما کمک می‌کنند. شما می‌توانید به اینها مراجعه کنید:

- فیزیوتراپیست لگن - کمک به درد لگن و تنش عضلانی و مشکلات مربوط به مثانه، روده و فعالیت جنسی.
  - متخصص تغذیه - توصیه می‌کند برای مدیریت علائم چه چیزی بخورید.
  - روانشناس یا مشاور - به مدیریت تاثیر عاطفی درد مزمن کمک می‌کند.
- شما ممکن است بتوانید از طریق طرح مدیریت بیماری‌های مزمن پزشک عمومی، برای برخی از ویزیت‌های پزشکی مرتبط با بیماری‌های مزمن، تخفیف‌های Medicare دریافت کنید.

استرالیا بیمارستان‌های دولتی و خصوصی دارد. شما می‌توانید انتخاب کنید که یک بیمار عمومی یا خصوصی یا ترکیبی از هر دو باشید.



بیمارستان عمومی	بیمارستان خصوصی
<b>تفاوت‌های بیمارستان‌های دولتی و خصوصی</b>	
اگر کارت Medicare دارید و بیمار عمومی هستید، رایگان است	معمولاً به بیمه درمانی خصوصی نیاز دارد
هزینه بستری در بیمارستان، مراقبت‌های اورژانسی و جراحی و جراحی‌های برنامه‌ریزی‌شده ("انتخابی") را پوشش می‌دهد.	بسته به بیمه‌نامه شما، هزینه بستری در بیمارستان، هزینه‌های اتاق عمل، داروها، اختلاف حقوق جراح، متخصص بیهوشی، اتاق عمل، پاتولوژی را پرداخت کنید.
زمان انتظار برای جراحی‌های برنامه‌ریزی‌شده رایج است	اغلب زمان انتظار کوتاه‌تر
نمی‌توانید پزشک خود را انتخاب کنید	می‌توانید پزشک یا جراح خود را انتخاب کنید
اتاق‌های خصوصی ممکن است همیشه در دسترس نباشند	اتاق‌های خصوصی ممکن است در دسترس باشند

## نوع مراقبت بیمارستانی

**مراقبت‌های اورژانسی** - این برای مشکلات فوری است. اگر درد شدید، خونریزی شدید، تب یا استفراغ همراه با درد دارید، به اورژانس مراجعه کنید. تمام مراقبت‌های مربوط به آندومتریوز جدی تلقی می‌شوند. خدمات اورژانس در بیمارستان‌های دولتی رایگان است.

**مراقبت برنامه‌ریزی‌شده (جراحی انتخابی)** - این به این معنی است که جراحی، مانند لاپاراسکوپی، از قبل رزرو می‌شود. در بیمارستان‌های دولتی، ممکن است شما در لیست انتظار قرار بگیرید. زمان انتظار در بیمارستان‌های خصوصی اغلب کوتاه‌تر است، اما بیمه درمانی خصوصی ممکن است قبل از پوشش برخی از درمان‌ها، دوره انتظار داشته باشد.

## جراحی‌های برنامه‌ریزی‌شده بر اساس فوریت گروه‌بندی می‌شوند:

- فوری: ظرف 30 روز
- نیمه فوری: ظرف 90 روز
- غیر فوری: ظرف 12 ماه

گاهی اوقات، جراحی برای آندومتریوز غیر فوری در نظر گرفته می‌شود، اما مدت زمان انتظار برای جراحی به بیمارستان و جراحان موجود بستگی دارد.

در طول مدت انتظار برای عمل جراحی، شما همچنان از حمایت‌های لازم برای مدیریت علائم و بهبود کیفیت زندگی برخوردار خواهید بود.

## داروهای آندومتریوز

داروهای مختلفی می‌توانند به مدیریت آندومتریوز کمک کنند. با پزشک خود در مورد مزایا و خطرات هر دارو صحبت کنید، زیرا ممکن است هر فرد واکنش متفاوتی نشان دهد. بسیاری از آنها تحت پوشش PBS هستند.

نوع	کاری که آنها انجام می‌دهند	مثال
کاهش درد	کمک به کاهش درد	پاراستامول، داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی (NSAIDs)
داروهای هورمونی	کاهش خونریزی و کند کردن رشد بافت	قرص ضدبارداری خوراکی IUD (لوونورژسترول-levonorgestrel) ایمپلنت آز اکننده هورمون (اتونورژسترول-etonorgestrel) پروژسترون‌ها (مثلاً دینوژست (Dienogest)، نورتیسترون (Norethisterone)، مدروکسی پروژسترون (medroxyprogesterone))
داروهای هورمونی قوی * (GnRH)	زمانی استفاده می‌شود که سایر درمان‌ها مؤثر نبوده باشند	گوسرلین (Goserelin) نافارلین (Nafarelin) ریکو (Ryelo)
مدیریت درد عصبی	به آرامش سیستم عصبی و کاهش حساسیت به درد کمک می‌کند	آمیترپتیلین (Amitriptyline) دولوکستین (Duloxetine) پرگابالین (Pregabalin) یا گاباپنتین (Gabapentin)

\* نکته: نیاز به تشخیصی دارد که با آزمایش‌های تصویربرداری مانند سونوگرافی تأیید شود



## دریافت کمک به زبان خودتان

به شماره TIS National اگر به مترجم نیاز دارید، با ۱۳۱۴۵۰ تماس بگیرید

این سرویس رایگان می‌تواند در طول قرارهای پزشکی به شما کمک کند

با حمایت مالی دولت استرالیا تحت کمک هزینه افزایش آگاهی درباره آندومتریوز در جمعیت‌های اولویت دار.