خلاصہ WS 1

ڈبلیو ایس 1 کا مقصد چھاتی کے کینسر میں مبتلا خواتین جو کہ اداسی کے مرض سے گزر رہی ہیں، کے لئے ذہنی و سماجی تربیتی پروگرام (مداخلت) کی افادیت کا اندازہ کرنا ہے۔ یہ مطالعہ پاکستان کے آٹھ شہروں میں ہوگا جس میں کراچی، حیدرآباد، نوابشاہ، لاہور، راولپنڈی، ملتان، کوئٹہ اور پشاور شامل ہیں۔ اہسپتالوں اور برادری کی ترتیبات میں خواتین سے رابطہ کیا جائے گا۔

شرکاء جن کی عمر 18 سال اور اس سے زیادہ ہے، جنہوں نے چھاتی کے کینسر کا ابتدائی علاج مکمل کیا ہے اور افسردگی کا سامنا کرنا پڑا ہے کو اس مطالعہ میں حصہ لینے کی دعوت دی جائے گی۔ اس مطالعے میں شرکاء ذہنی و سماجی تربیتی پروگرام (مداخلت) کے حوالے سے دیئے گئے جوابات کی بنیاد پر پروگرام میں تین مراحل میں گزریں گے۔

پہلے مرحلے میں شرکاء کو معمول کے مطابق بہتر علاج (معمول کی دیکھ بھال جو وہ صحت کے معالجین سے وصول کر رہے ہیں) میں درجہ بندی کی جائے گی یا "چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنے" (اے بی سی) کے نام سے ایک اپنی مدد آپ کے تحت پروگرام میں درجہ بندی کی جائے گی۔ چھ ہفتوں کے بعد ، جو شرکاء چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا (اے بی سی) کے نام سے اپنی مدد آپ کے تحت تربیتی پروگرام میں شامل تھے ان میں افسردگی کی علامات کا مشاہدہ کیا جائے گا۔

دوسرے مرحلے میں غیر جواب دہندگان کی یا تو "چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا" (اے بی سی) کے نام سے اپنی مدد آپ کے تحت تربیتی پروگرام میں یا سوچ اور برتاؤ کی تھراپی پر مبنی تربیتی پروگرام جسے "چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا پلس" کہا جاتا ہے، میں دوبارہ درجہ بندی کی جائے گی۔

تیسرے مرحلے میں "چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا پلس" گروپ میں منتقل ہونے والے غیر جواب دہندگان یا تو چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا پلس پروگرام کو ہی جاری رکھیں گے یا اضافی اینٹی ڈپریسنٹ تھراپی بھی حاصل کریں گے۔ چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا اپنی مدد آپ کے تحت تربیتی پروگرام ثقافتی طور پر موافقت پذیر سوچ اور برتاؤ کی تھراپی کے نقطہ نظر کا استعمال کرتا ہے، جس میں تربیت یافتہ کمیونٹی ہیلتھ ورکرز کے ذریعہ رہنمائی سے بھرپور سیشنز کے ذریعے اپنی مدد آپ کے تحت مسائل کو حل کرنے پر توجہ دی جاتی ہے۔۔

"چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا پلس" (اے بی سی پلس) ایک ایسا تربیتی پروگرام ہے جو اداسی کے مرض سے نمٹنے کے لیئے سوچ اور برتاؤ کی تھراپی پر مبنی ایک مربوط نقطہ نظر ہے اور چھاتی کے کینسر کے بعد زندگی کے بارے میں عملی مدد اور تجاویز پیش کرتا ہے، مشکلات اور معاشرتی تعلقات کو سنبھالتا ہے اور ذہن سازی کی مہارت کی تعلیم دیتا ہے۔ "چھاتی کے کینسر کے بعد آگے بڑھنا پلس" (اے بی سی پلس) ایک ایسا تربیتی پروگرام ہے جو تھراپسٹ دیتا / دیتی ہے۔ اس مطالعے کا بنیادی نتیجہ تربیتی پروگرام کے اڑتالیس ہفتوں کے بعد اداسی کے مرض میں بہتری ہے۔ ثانوی نتائج میں اضطراب، معیار زندگی، خود آگہی اور معاشرتی مدد میں بہتری شامل ہے۔