

படத்தொடர் உரையாடல் சிறுபுத்தகம்

PICTORIAL COMMUNICATION BOOKLET

இந்த புத்தகம் அபேசியா/டிஸ்பேசியா மற்றும் உரையாடல் சிரமங்கள் உள்ளவர்களுக்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

பக்கவாதத்திற்குப் பிறகு ஏற்படும் உரையாடல் பிரச்சினைகள் மிகவும் பொதுவானவை. பக்கவாதத்திலிருந்து மீண்டவர்களில் மூன்றில் ஒரு பங்கினர் உரையாடுவதில் சிரமங்களை எதிர்கொள்கின்றனர். ஒவ்வொரு பக்கவாத நோயாளியும் வித்தியாசமானவர், எனவே இந்த சிறுபுத்தகத்தில் எல்லாருக்கும் பொருந்தமாக இருக்காது. நீங்கள் உரையாடலில் சிரமங்களை எதிர்கொண்டால், உதவி மற்றும் ஆலோசனைக்கு உங்கள் மருத்துவ குழு அல்லது பேச்சு சிகிச்சையாளரை அணுகவும்.

This book is designed for people with aphasia/dysphasia and communication difficulties.

Communication problems are very common after a stroke. About one third of stroke survivors experience difficulties with communication. Every stroke survivor is different so this booklet may not be totally relevant to you. If you face problems with communication, approach your healthcare team (in particular your speech therapist) for help and advice.



பேச்சு அல்லது மொழி சிரமங்கள் உள்ளவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதற்கான குறிப்புகள்:

- இந்த சிறுபுத்தகத்தை அமைதியான அறையில் பயன்படுத்தவும் (பின்னணிசத்தம் இல்லாமல்).
- சிறிய, எளிய, நேரடி வாக்கியங்களை பயன்படுத்துங்கள்" • மெதுவாகவும், வழக்கமான குரல் தொனியிலும் பேசுங்கள்.
- ஒரு நேரத்தில் ஒரு தலைப்பைப்பற்றி மட்டும் பேசுங்கள்.
- "ஆம்" அல்லது "இல்லை" என பதிலளிக்கக்கூடிய கேள்விகளையும், தெளிவான தேர்வுகளையும் வழங்குங்கள்.
- நீங்கள் சொல்வது புரிந்ததா என்பதை உறுதிசெய்ய, அதனை மீண்டும் கூறுங்கள்.
- பொறுமையாக இருங்கள் மற்றும் பதிலளிக்க நேரம் கொடுங்கள்.

Tips for communication with people who have speech or language difficulties:

- Use the booklet in a quiet room (without background noise).
- Keep sentences short, simple and to the point.
- Speak slowly and at usual tone of voice.
- Talk about one topic at a time.
- Ask "yes" and "no" questions and offer specific choices.
- Repeat yourself to make sure the other person understands your message.
- Be patient and allow time for a response

குறிப்பு | References:

1. Melo TP et al. Neurology. 1992 Apr;42(4):789-795. Pure motor stroke: a reappraisal
2. M Donkervoort et al. Clin Rehabil. 2000 Apr;14(2):130-6. Prevalence of apraxia among patients with a first left hemisphere stroke in rehabilitation centres and nursing homes
3. Engelter ST et al. Stroke. 2006 Jun;37(6):1379-84. Epidemiology of aphasia attributable to first ischemic stroke: incidence, severity, fluency, etiology, and thrombolysis



உள்ளடக்கம் | CONTENT :

நாட்காட்டி Calendar	4	அன்றாட வாழ்க்கையின் செயல்பாடுகள் Activities of Daily Living	21
பானங்கள் Drinks	7	உபகரணம் Equipment	22
உணவு Food	9	அடிப்படைத் தேவைகள் Basic Needs	23
பழங்கள் Fruits	14	மருத்துவமனை விடுவிப்புக்காக For Discharge	26
இனிப்பு வகைகள் Desserts	16	செல்ல வேண்டிய இடங்கள் Place to Go	29
உணர்ச்சிகள் Emotions	17		
அசௌகரியம் Discomfort	18		
வலி அளவுகோல் Pain Scale	20		

இந்த சிறுபுத்தகத்தில் உள்ள படங்களும் பொருட்களும் உரையாடலில் அடிக்கடி சிரமம் உள்ளவர்களுக்கு பொருத்தமானவையாக இருக்கும்.

Images and items in this booklet are frequently relevant to people with communication difficulties.



நாட்காட்டி | Calendar

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

0 31

நாட்காட்டி | Calendar

திங்கள்
Monday

செவ்வாய்
Tuesday

புதன்
Wednesday

வியாழன்
Thursday

வெள்ளி
Friday

சனி
Saturday

ஞாயிறு
Sunday

நாட்காட்டி | Calendar

ஜனவரி
January

பிப்ரவரி
February

மார்ச்
March

ஏப்ரல்
April

மே
May

ஜூன்
June

ஜூலை
July

ஆகஸ்ட்
August

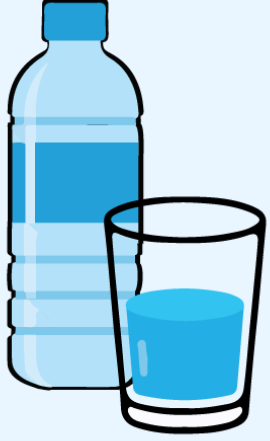
செப்டம்பர்
September

அக்டோபர்
October

நவம்பர்
November

டிசம்பர்
December

பானங்கள் | Drinks



தண்ணீர்
Water



பால்
Milk



சாறு
Juice



காபி
Coffee



தேநீர்
Tea



மைலோ
Milo

பானங்கள் | Drinks



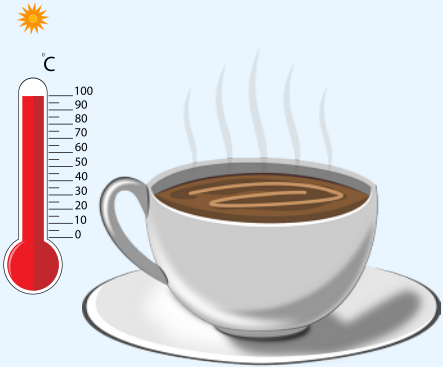
பனிக்கட்டி
Ice



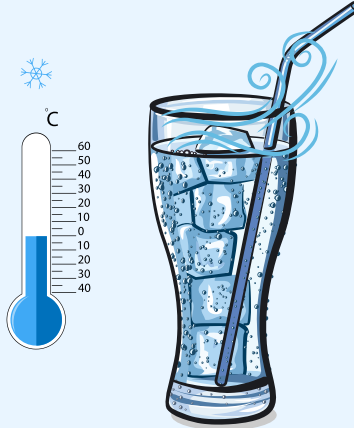
சர்க்கரை
Sugar



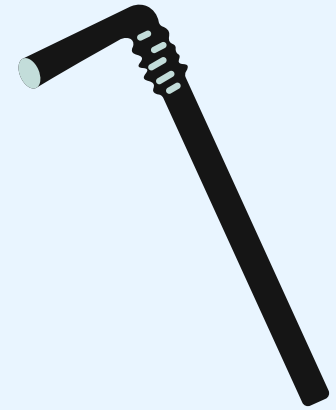
க்ரீமர்
Creamer



சூடான
Hot



குளிர்
Cold



ஸ்ட்ரா
Straw

உணவு | Food



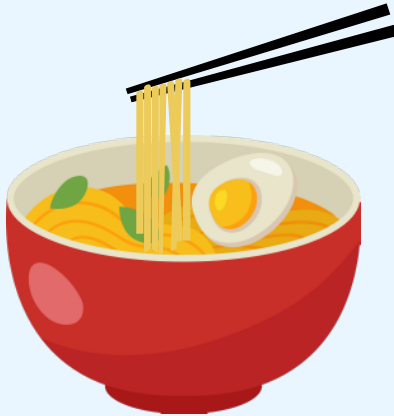
அரிசி
Rice



கஞ்சி
Porridge



சூப்
Soup



நூடுல்ஸ்
Noodles

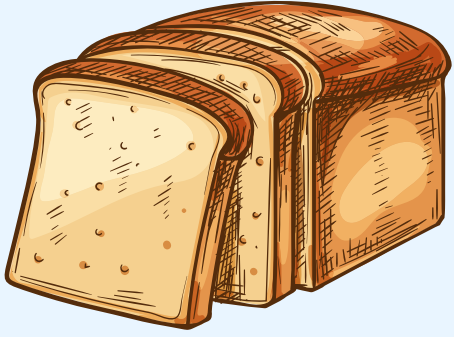


ஓட்ஸ்
Oats

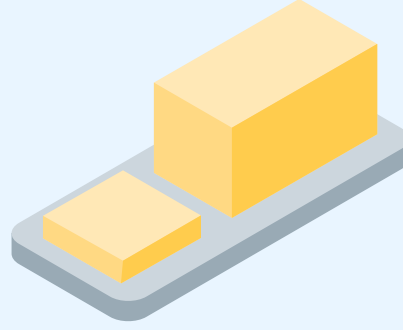


தானிய காலை
உணவு
Cereal

உணவு | Food



ரொட்டி
Bread



வெண்ணெய்
Butter



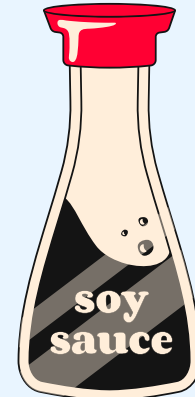
மிளகாய்
Chilli



மிளகு
Pepper

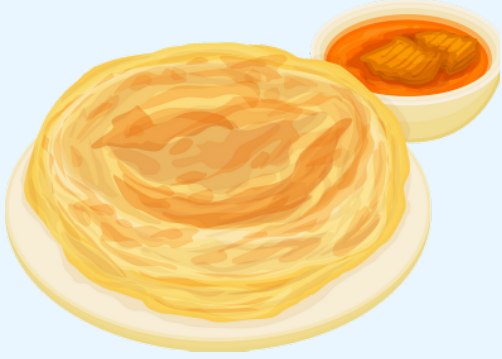


உப்பு
Salt



சோயா சாஸ்
Soy Sauce

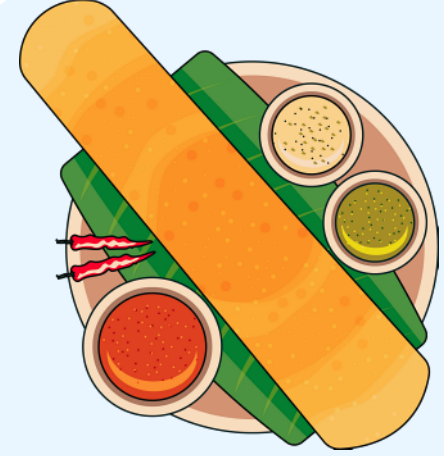
உணவு | Food



பரோட்டா
Prata



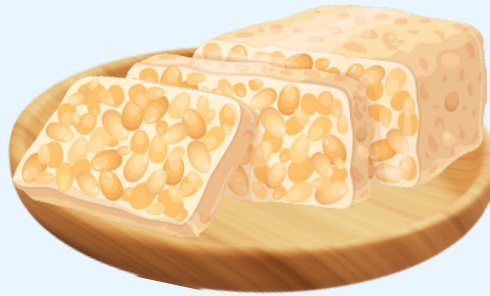
சப்பாத்தி
Chapati



தோசை
Dosa



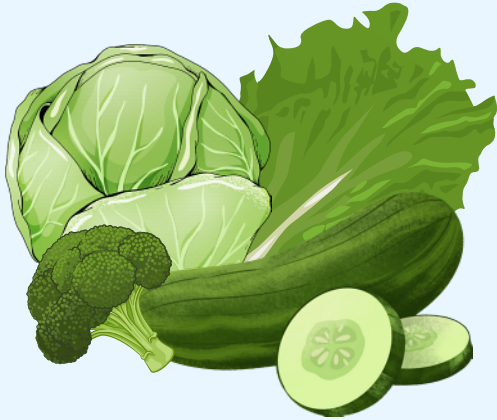
டோஃபு
Tofu



டெம்பே
Tempeh



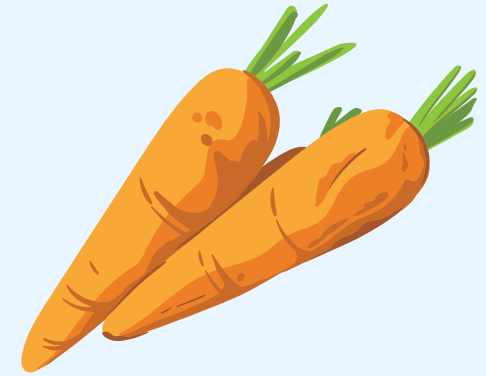
பாவ்
Steamed Bun



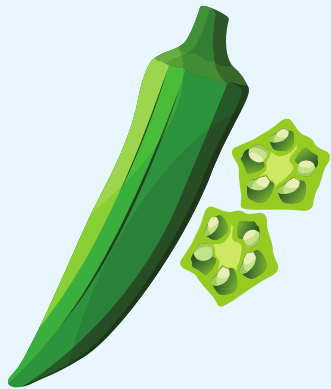
காய்கறி
Vegetables



உருளைக்கிழங்கு
Potato



கேரட்
Carrot



வெண்டைக்காய்
Lady's fingers

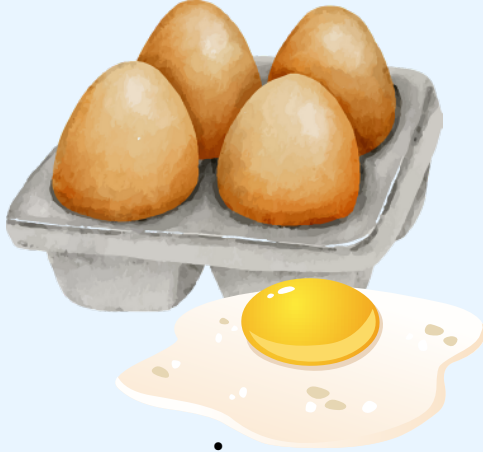


பீன்ஸ் & பட்டாணி
Beans & Peas



நட்ஸ் &
உண்ணைக்கூடிய
விதைகள்
Nuts & Seeds

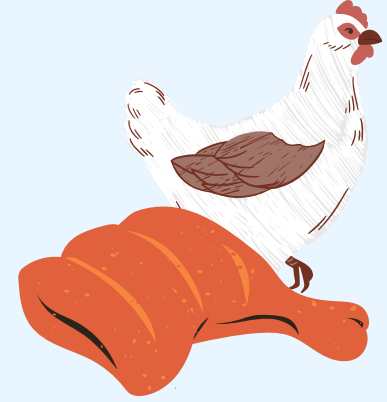
உணவு | Food



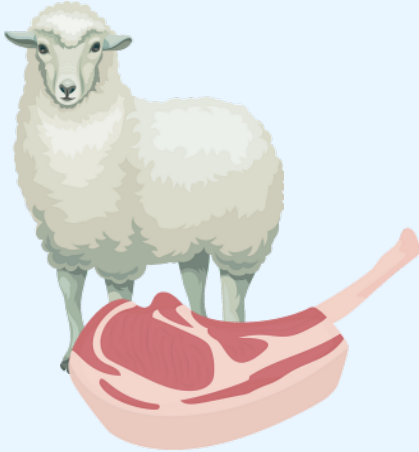
முட்டை
Egg



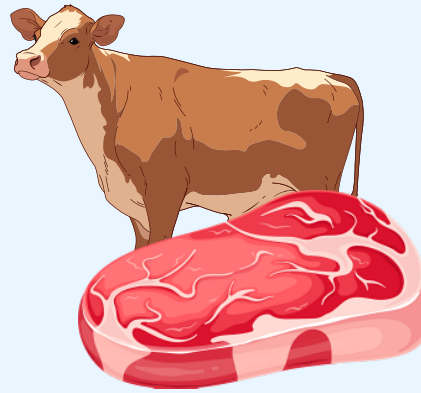
மீன்
Fish



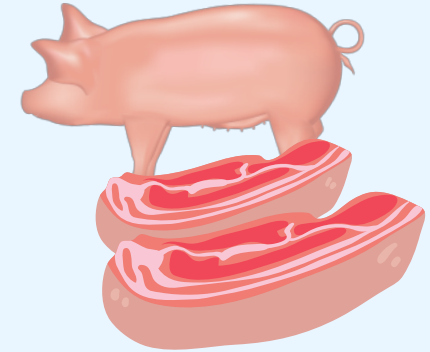
கோழி
Chicken



ஆட்டுக்கறி
Mutton

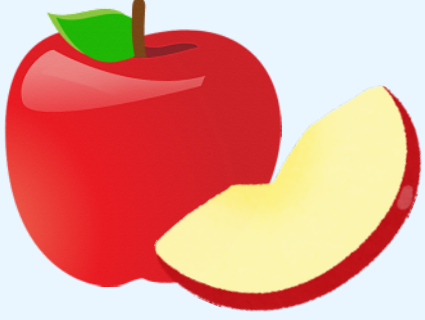


மாட்டுக்கறி
Beef

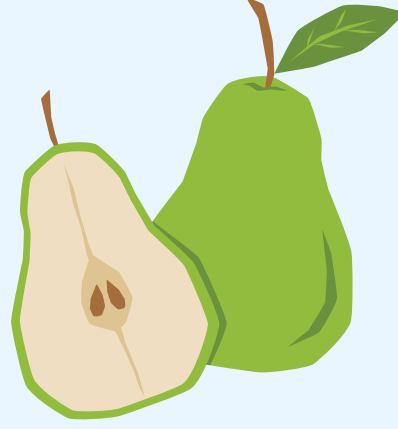


பன்றி இறைச்சி
Pork

பழங்கள் | Fruits



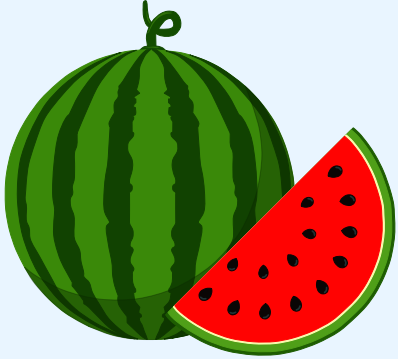
ஆப்பிள்
Apple



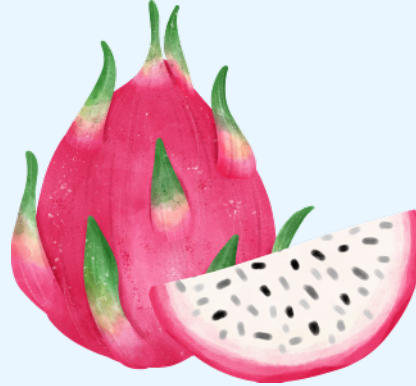
பேரிக்காய்
Pear



ஆரஞ்சு
Orange



தர்பூசணி
Watermelon

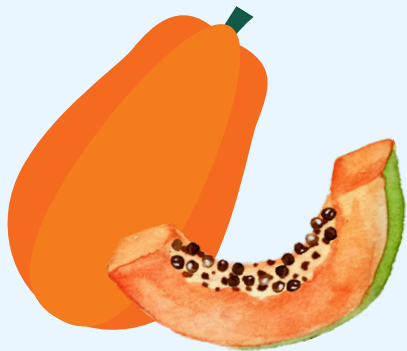


டிராகன் பழம்
Dragon Fruit

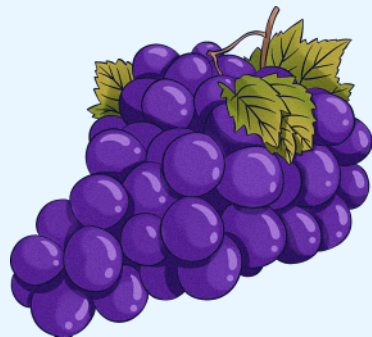


வாழைப்பழம்
Banana

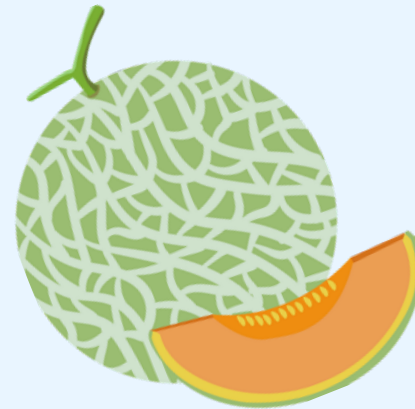
பழங்கள் | Fruits



பப்பாளி
Papaya



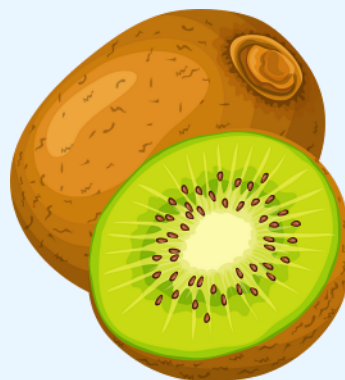
திராட்சை
Grapes



தேன் முழாம்பழம்
Honeydew



கொய்யா
Guava



கிவி
Kiwi



துரியன்
Durian

இனிப்பு வகைகள் | Dessert



கேக்
Cake



ஐஸ்கிரீம்
Ice Cream



சாக்லேட்
Chocolate



பிஸ்கட்
Biscuit



மஃபின்
Muffin



பாரம்பரிய குஹ்
Traditional Kueh

உணர்ச்சிகள் | Emotions



சந்தோஷம்
Happy



சோகம்
Sad



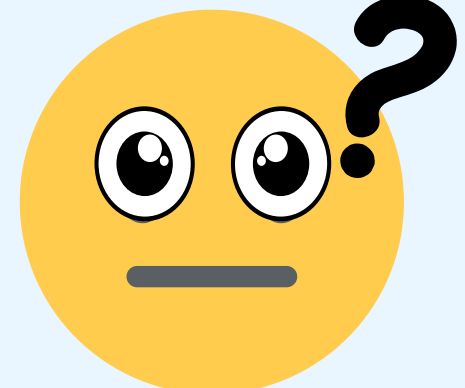
கவலை
Worried



பயம்
Scared

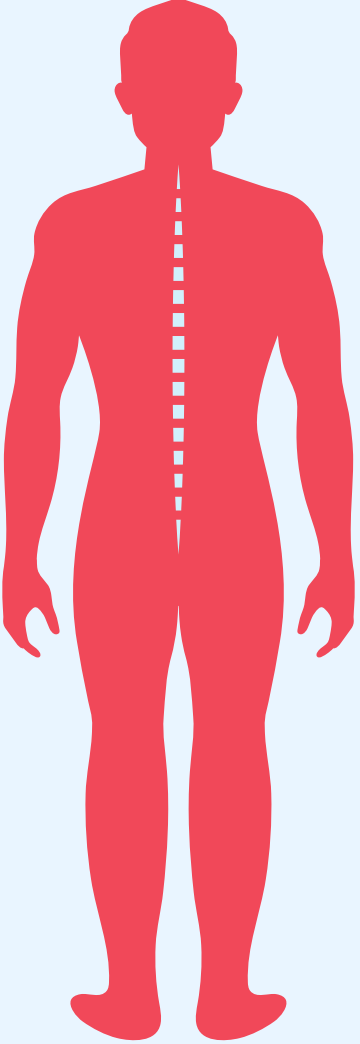


வலி
Pain

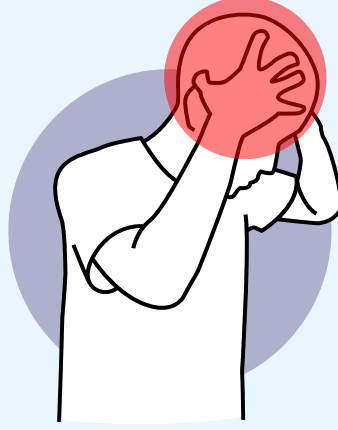


குழப்பம்
Confused

அசௌகரியம் | Discomfort



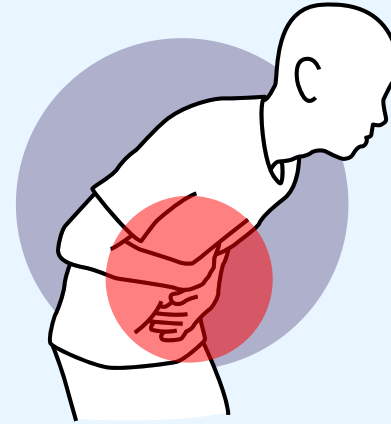
முழு உடல்
Whole Body



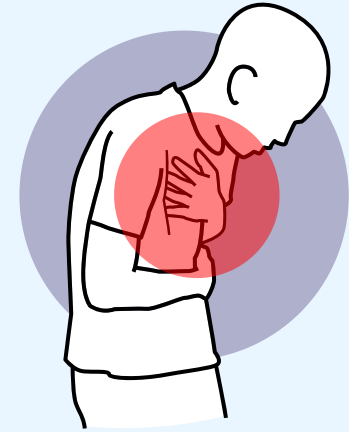
தலை
Head



தொண்டை
Throat

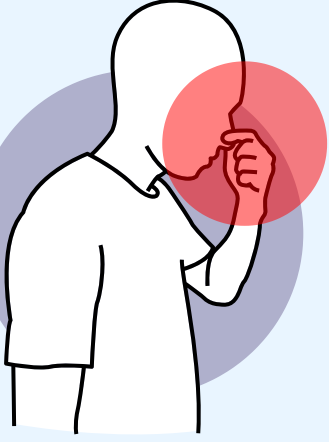


வயிறு
Stomach

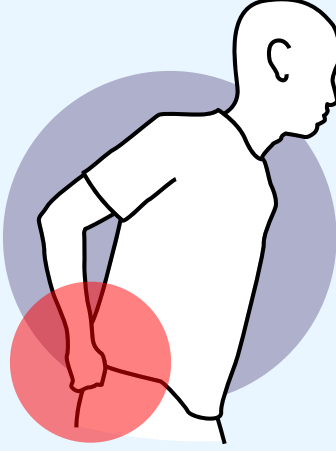


மார்பு
Chest

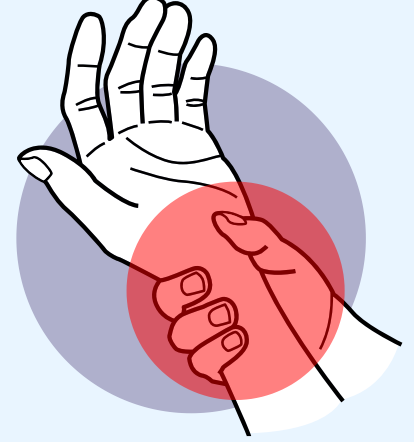
அசௌகரியம் | Discomfort



மூக்கு
Nose



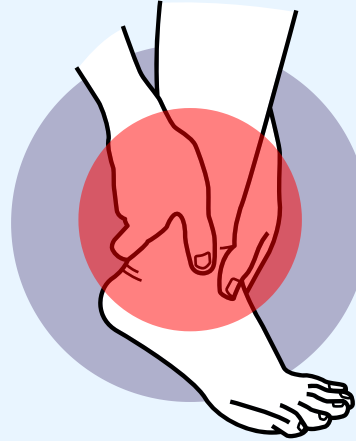
இடுப்பு
Hip



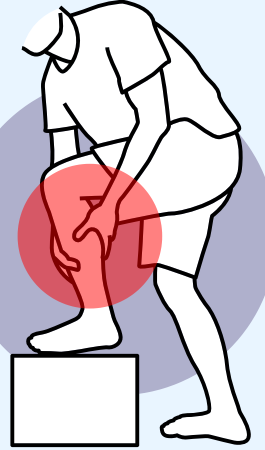
கை/மணிக்கட்டு
Arm / Wrist



முதுகு
Back



கால்/கணுக்கால்
Foot / Ankle



கால்/முழங்கால்
Leg / Knee

வலி அளவுகோல் | Pain Scale

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



வலி
இல்லை
No Pain

லேசான
Mild

மிதமான
Moderate

கடுமையான
Severe

மிகக்
கடுமையான
Very Severe

மிக
மோசமான
வலி
Worst Pain
Possible



0



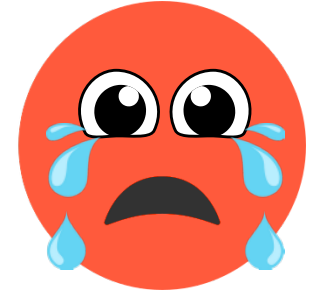
1-3



4-6



7-9



10



பல் துலக்குதல்
Brush Teeth



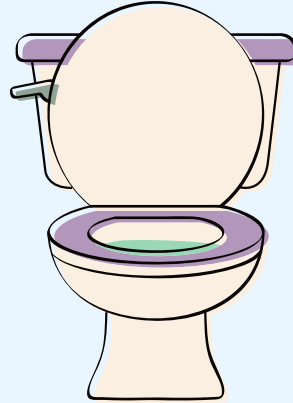
கை கழுவுதல்
Wash Hands



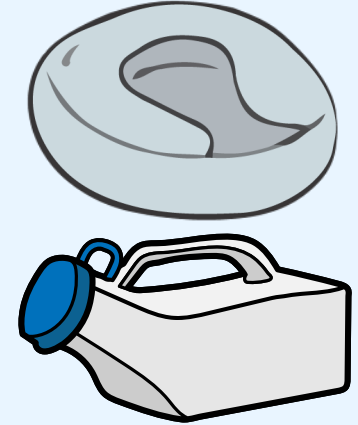
முகத்தைக் கழுவுதல்
Wash Face



குளியல்
Shower

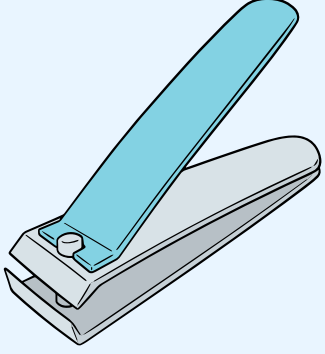


கழிவறை போகவும்
Toilet



படுக்கை மலத்தட்டு /
சிறுநீர் பாத்திரம்
Bedpan/ Urinal

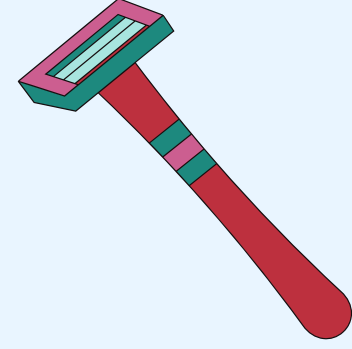
உபகரணங்கள் | Equipment



நகம் வெட்டி
Nail Clipper



கத்தரிக்கோல்
Scissors



சவரன்
Shaver



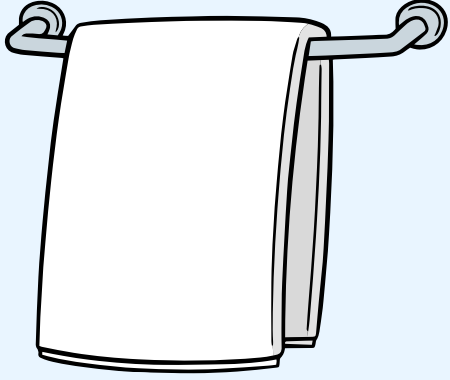
சக்கர நாற்காலி
Wheelchair



நடைச்சட்டம்
Walking Frame



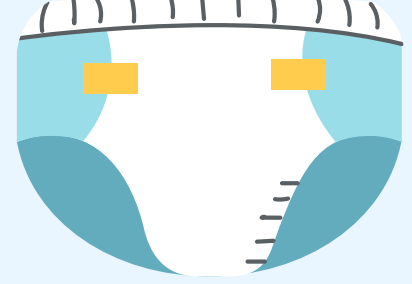
நடைக்கம்பு, கைத்தடி
Walking Stick



துண்டு
Towel



துணிகள்
Clothes



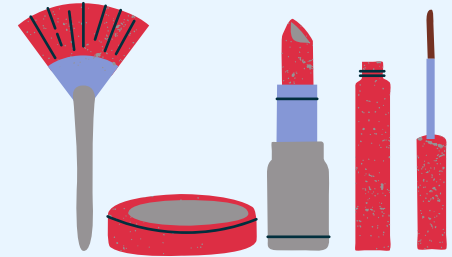
டயப்பர்
Diapers



ட்ரையர்
Dryer



சீப்பு
Comb



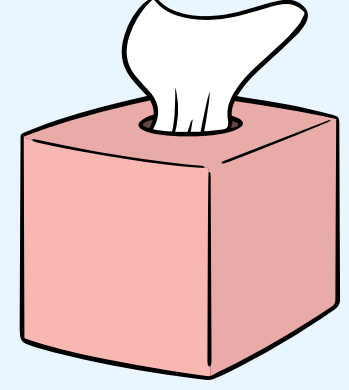
ஒப்பனை
Makeup



கண்ணாடி
Glasses



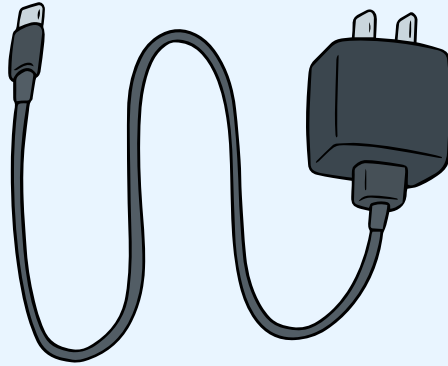
செயற்கை பற்கள்
Dentures



டிஷ்யூ
Tissue



கை தொலைபேசி
Handphone



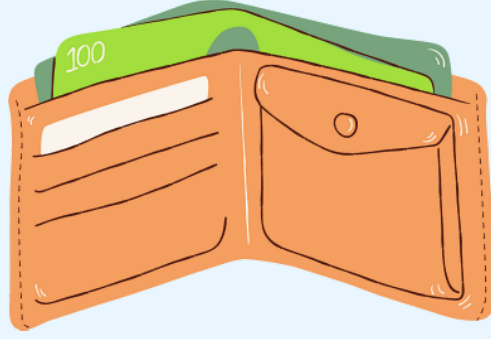
சார்ஜர்
Charger



இணையம்
Internet



செவிப்புலன்
சாதனம்
Hearing Aid



பணப்பை
Wallet



பணம்
Money



பேனா மற்றும்
காகிதம்
Pen & Paper



செய்தித்தாள்
Newspaper



செருப்பு
Slippers

மருத்துவமனை விடுவிப்புக்காக | For Discharge



வீடு
Home



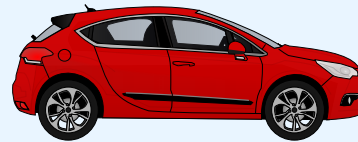
புனர்வாழ்வு மையம்
Rehab Centre



நர்சிங் ஹோம்
Nursing Home



குடும்பத்தினரை
அழைக்கவும்
Call Family



டாக்ஸி / வாகனம்
Taxi / Car

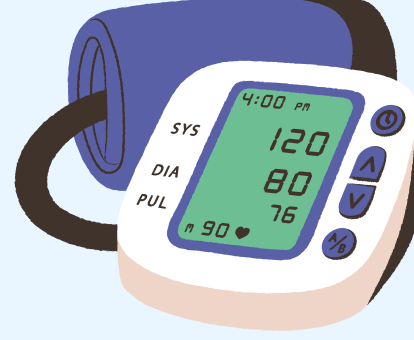


பேருந்து / MRT
Bus / MRT

மருத்துவமனை விடுவிப்புக்காக | For Discharge



மருந்து
Medication



இரத்த அழுத்தம்
Blood Pressure



இரத்த
குளுக்கோஸ்
Blood Glucose



உடற்பயிற்சி
Exercise



தராசு
Weighing Scale



புகைபிடிப்பதை
நிறுத்துங்கள்
Stop Smoking



பூங்கா
Park



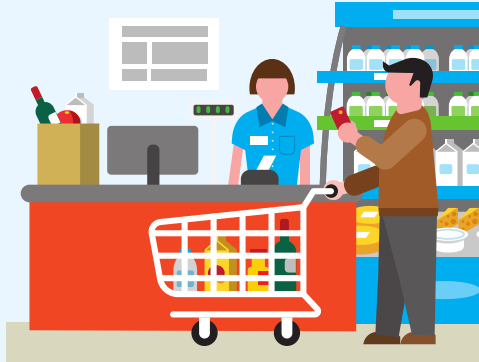
காபி கடை
Coffee Shop



குடும்பத்தினர்/
நண்பர்களை சந்திக்க
Visit Family/ Friends



வணிக வளாகம்
Shopping Mall



பேரங்காடி
Market



வங்கி
Bank



Stroke Services Improvement
An initiative by the Stroke Services Improvement (SSI) team
in collaboration with all public hospitals in Singapore
Published in Aug 2025