

# Sinh hoạt với bác sĩ của quý vị

## CHĂM SÓC CHO NGƯỜI BỊ BỆNH SA SÚT TRÍ TUỆ

Nếu người đang được quý vị chăm sóc bị bệnh sa sút trí tuệ, qua thời gian quý vị sẽ gặp nhiều bác sĩ, cả các bác sĩ toàn khoa lẫn những bác sĩ chuyên khoa. Tài Liệu Giúp Đỡ này bàn về những cách thức hữu hiệu để sinh hoạt với các bác sĩ và để tiếp nhận thông tin và sự hỗ trợ mà quý vị cần.

Một người được chẩn đoán bị bệnh sa sút trí tuệ sẽ tiếp xúc với một số chuyên viên y khoa, thông thường qua một thời gian dài. Những giới chức y khoa này rất có thể sẽ bao gồm bác sĩ gia đình, bác sĩ chuyên khoa, chuyên viên trị liệu, y tá cộng đồng và nhân viên xã hội. Tính chất thoái hóa của bệnh sa sút trí tuệ có nghĩa là thân nhân và những người làm nhiệm vụ chăm sóc cũng sẽ tiếp xúc rất nhiều với những giới chức y khoa chuyên nghiệp này. Khi bệnh trạng diễn tiến những sự tiếp xúc này hầu như chắc chắn sẽ gia tăng. Thông thường, bác sĩ gia đình cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe liên tục, đôi khi cho cả người bị bệnh sa sút trí tuệ thân nhân và người chăm sóc cho bệnh nhân. Điều này có nghĩa là mối quan hệ giữa bác sĩ, người bị bệnh sa sút trí tuệ, thân nhân và những người chăm sóc bệnh nhân là quan trọng vô cùng.

### Bắt đầu từ đâu

Một cách hữu ích để suy nghĩ về sự sinh hoạt với bác sĩ là cứ xem các bác sĩ, thân nhân trong gia đình và những người chăm sóc cho bệnh nhân như là thành phần của một toán công tác, hướng đến mục đích cung cấp dịch vụ chăm sóc khả dĩ tốt nhất cho người bị bệnh sa sút trí tuệ.

Mỗi thành viên đem lại kiến thức và những kỹ năng riêng biệt cho đội công tác này. Thân nhân trong gia đình và người chăm sóc bệnh nhân thường là những người ở cương vị tốt nhất để cung cấp thông tin chi tiết về những nhu cầu của người bị bệnh sa sút trí tuệ và để theo dõi tình trạng sức khỏe và phúc lợi của họ.

### Hãy nhớ

Bác sĩ không thể bàn luận về bệnh nhân của họ nếu không có sự đồng ý của bệnh nhân. Nếu người bị bệnh sa sút trí tuệ nói với bác sĩ rằng không được tiết lộ bất cứ thông tin nào cho thân nhân cả thì bác sĩ phải tuân thủ yêu cầu này. Tuy nhiên, thông tin có thể được cung cấp cho bác sĩ, để bác sĩ quyết định về cách thức thông tin đó sẽ được dùng như thế nào trong việc điều trị cho bệnh nhân của họ.

Tuy nhiên hầu hết mọi người bị bệnh sa sút trí tuệ đều muốn bàn luận về tình trạng của họ với một

người gần gũi với họ. Nói chung cách tốt nhất để thực hiện điều này là cùng nhau thảo luận với bác sĩ.

Một bác sĩ tốt đối với người bị bệnh sa sút trí tuệ, thân nhân và người chăm sóc bệnh nhân:

- Là một người sẵn sàng cung cấp ý kiến cố vấn và sự hỗ trợ
- Lắng nghe quý vị và những ý kiến của quý vị
- Giải thích sự việc bằng ngôn từ mà quý vị có thể hiểu được
- Dùng thời gian để trả lời những câu hỏi của quý vị
- Làm cho quý vị cảm thấy thoải mái
- Tạo cơ hội để quý vị cung cấp thông tin một cách kín đáo
- Tôn trọng người bị bệnh sa sút trí tuệ, cũng như thân nhân và những người chăm sóc cho họ

### Những Việc Có Thể Làm Thứ

#### Truyền thông với bác sĩ

Truyền thông là một tiến trình hoạt động hai chiều. Quý vị cần nói cho bác sĩ của quý vị biết điều mà quý vị muốn bác sĩ thực hiện cho quý vị. Nếu quý vị không hiểu điều đang được nói, hãy yêu cầu bác sĩ giải thích điều đó theo một cách khác.

Thân nhân có thể luôn luôn nói chuyện với bác sĩ về những lo lắng của họ và thỉnh thoảng gọi điện thoại hoặc gửi thông tin bằng văn bản đến bác sĩ trước dịp hẹn gặp để báo cho bác sĩ biết những chi tiết mà họ cảm thấy không tiện thảo luận khi có sự hiện diện của người bị bệnh sa sút trí tuệ là một việc làm hữu ích.

Quý vị nên nói chuyện một cách thoải mái với bất cứ bác sĩ nào. Hãy nhớ rằng tất cả những cuộc thảo luận đều sẽ được hoàn toàn giữ kín.

#### Ghi nhận thông tin mà quý vị cần

Một số người chăm sóc bệnh nhân nhận thấy việc thực hiện một danh mục liệt kê các câu hỏi cần nêu với bác sĩ để họ khỏi quên gì cả là một điều hữu ích. Những người khác thì ghi chép vào nhật ký hành vi của người bệnh và dùng nó để giải

thích những khía cạnh đang gây quan ngại. Hãy yêu cầu chuyên viên y khoa ghi ra giấy điều đã nói ngõ hầu quý vị có thể xem lại về sau và nhắc nhở cho chính mình, hoặc quý vị hãy tự mình ghi lại những điều đó.

### **Nắm giữ thông tin**

Nhiều người chăm sóc bệnh nhân nhận thấy việc lưu giữ hồ sơ hoặc phân ghi chép về những cuộc đối thoại với bác sĩ hoặc những người mà họ đã nói chuyện và nói vào lúc nào là một điều hữu ích. Đôi khi quý vị cảm thấy dường như quý vị đã nói chuyện với quá nhiều người đến nỗi quý vị không thể nhớ chi tiết về những gì đã được thảo luận với ai.

### **Chọn giờ hẹn**

Hãy làm hẹn vào những lúc thích hợp trong ngày. Nếu buổi sáng sớm hoặc giờ hẹn muộn vào buổi chiều là lúc bất tiện cho người bị bệnh sa sút trí tuệ, hãy tránh làm hẹn vào những giờ giấc này. Hãy yêu cầu một lần hẹn có nhiều thời gian hơn nếu quý vị cảm thấy cần có một lần hẹn dài như vậy. Nếu phải chờ đợi lâu khi quý vị đã đến nơi hẹn và điều này gây khó khăn, hãy yêu cầu những gì có thể được thực hiện nhằm giảm bớt thời gian chờ đợi.

### **Hãy lên tiếng cho chính mình**

Đôi khi không dễ gì tiếp nhận được thông tin mà quý vị cần. Hãy sẵn sàng thăm dò cho đến khi quý vị tìm ra một bác sĩ đáp ứng được những nhu cầu của quý vị và những nhu cầu của người bị bệnh sa sút trí tuệ. Nói chuyện với thân nhân và những người chăm sóc khác về những kinh nghiệm của họ đối với các bác sĩ có thể là một điều hữu ích.

### **Thư giới thiệu của bác sĩ**

Hầu hết các bác sĩ nhắc đến nhiều bác sĩ chuyên khoa khác nhau mà bác sĩ thường dùng và có liên hệ gần gũi. Tuy nhiên quý vị có thể yêu cầu được giới thiệu đến một bác sĩ chuyên khoa do quý vị chọn.

### **Những nhu cầu đặc biệt**

Có nhiều bác sĩ và nhân viên hành nghề nói những ngôn ngữ khác với Anh Ngữ và hiểu các nhu cầu của những văn hóa khác nhau. Hãy liên lạc với Hội Y Khoa Úc (Australian Medical Association [AMA]) tại Tiểu Bang hoặc Lãnh Thổ của quý vị để biết thông tin về những bác sĩ và những bác sĩ chuyên khoa có thể giúp quý vị.

### **Hãy nhớ**

Nếu dịch vụ do một bác sĩ cung cấp không đáp ứng những nhu cầu của người bị bệnh sa sút trí tuệ và thân nhân và những người chăm sóc cho bệnh nhân, đôi khi điều tốt nhất là thay đổi bác sĩ.



### **Thông tin thêm**

Alzheimer's Australia cung cấp việc hỗ trợ, thông tin, giáo dục và cố vấn. Xin liên lạc với Đường Dây Giúp Đỡ Toàn Quốc về Bệnh Sa Sút Trí Tuệ qua số **1800 100 500**.

Muốn biết thêm thông tin và đọc các Tờ Giúp Đỡ khác, xin ghé xem trang mạng của chúng tôi tại **[www.alzheimers.org.au](http://www.alzheimers.org.au)**