

HƯỚNG VỀ QUÝ VỊ... LÁI XE

VIETNAMESE | ENGLISH

Nếu quý vị đã được chẩn đoán bị bệnh sa sút trí tuệ thì Tài liệu Trợ giúp này có thể có ích. Tài liệu này cung cấp thông tin quan trọng về việc lái xe và sa sút trí tuệ.

Lái xe là một nhiệm vụ có độ phức tạp cao có sự tương tác giữa não, mắt và cơ bắp. Sa sút trí tuệ có thể ảnh hưởng đến khả năng lái xe về nhiều phương diện, bao gồm:

- Tìm đường
- Nhớ phải rẽ vào đường nào
- Đánh giá khoảng cách đến những các xe khác và các vật thể khác
- Đánh giá tốc độ của các xe khác
- Thời gian phản ứng
- Điều phối tay-mắt

Bây giờ tôi có nên tiếp tục lái xe?

Việc chẩn đoán bị bệnh sa sút trí tuệ không nhất thiết có nghĩa là quý vị phải ngưng ngay việc lái xe, nhưng quý vị sẽ phải ngưng lái tại một thời điểm nào đó.

Theo luật, quý vị phải báo cho cơ quan cấp bằng tại địa phương của quý vị biết bất kỳ bệnh trạng nào có thể tác động đến khả năng lái xe an toàn của quý vị. Sa sút trí tuệ là một trong những bệnh trạng cần phải được công bố vì nó ảnh hưởng đến khả năng lái xe.

Cơ quan cấp bằng sẽ yêu cầu quý vị đi gặp bác sĩ để được đánh giá sức khỏe. Sau đó, quý vị có thể cần phải được chính thức đánh giá khả năng lái xe. Căn cứ vào kết quả của những đánh giá này, cơ quan cấp bằng sẽ xác định xem liệu quý vị có thể tiếp tục lái xe hay không.

Nếu cơ quan cấp bằng xác định rằng quý vị vẫn có thể tiếp tục lái thì quý vị sẽ được cấp một bằng lái có điều kiện. Bằng lái có điều kiện có giá trị tối đa là 12 tháng, sau đó quý vị sẽ được đánh giá lại.

Đôi khi bằng lái của quý vị cũng có thể bị hạn chế. Những hạn chế này có thể là quý vị chỉ được lái xe gần nhà, hoặc tại một số thời điểm nhất định hoặc dưới giới hạn tốc độ nhất định.

Nếu không thông báo cho cơ quan cấp bằng biết kết quả chẩn đoán của quý vị, hoặc nếu vẫn tiếp tục lái xe sau khi bằng lái của quý vị đã bị hủy bỏ hoặc đình chỉ thì quý vị có thể lãnh hậu quả nghiêm trọng. Nếu bị tai nạn thì quý vị có thể bị buộc những tội danh lái xe hoặc bị kiện. Công ty bảo hiểm của quý vị có thể từ chối bảo hiểm.

Những thay đổi về khả năng lái xe của quý vị có thể có nghĩa là quý vị cần phải được đánh giá khả năng lái xe, hoặc trong một số trường hợp ngưng lái xe ngay lập tức. Danh sách kiểm tra sau đây có thể giúp quý vị nhận ra những thay đổi đang diễn ra.

Khi lái xe, quý vị có:

- Cần chỉ đường?
- Bị lạc đường ở những khu quen thuộc?
- Lẫn lộn trái và phải?
- Đưa ra quyết định chậm hơn khi đến đèn giao thông, giao lộ hoặc khi chuyển làn xe?
- Thấy khó giải thích tín hiệu giao thông?
- Lái xe chậm hơn trước?
- Mất nhiều thời gian hơn mới phản ứng?
- Thấy khó phản ứng với những tình huống không quen thuộc?
- Lái xe ngược chiều bên kia đường?
- Thay đổi làn xe không phù hợp?
- Vi phạm luật giao thông?

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU

**ĐƯỜNG DÂY TOÀN QUỐC TRỢ GIÚP
BỆNH SA SÚT TRÍ TUỆ 1800 100 500**

**UNDERSTAND ALZHEIMER'S
EDUCATE AUSTRALIA**

Thông tin Trợ giúp này được Chính phủ Úc tài trợ

4 THÔNG TIN CHO NGƯỜI BỊ SA SÚT TRÍ TUỆ

- Gây hại cho xe đang sử dụng mà quý vị lại không thể giải thích vì sao?
- Cùng một lúc đạp cả chân ga và chân thắng?
- Thắng xe không đúng thời điểm khi đi trên những con đường chính?

Thậm chí nếu không nhận thấy bất kỳ thay đổi nào, quý vị cũng nên hỏi bạn bè, thân nhân hoặc hướng dẫn viên lái xe ở địa phương xem họ nghĩ gì về kỹ năng lái xe của quý vị.

Điều quan trọng nhất là an toàn cho quý vị và an toàn cho người khác.

Bỏ lái xe

Tại một thời điểm nào đó, quý vị cần phải giảm và ngưng hẳn việc lái xe. Nhiều người quyết định tự nguyện từ bỏ bằng lái của họ. Các bác sĩ đôi khi khuyên một người nào đó nên ngưng lái xe.

Một số người thấy rất khó bỏ việc lái xe. Xe của quý vị có thể là một phần quan trọng trong khả năng độc lập của mình, mà nếu không có xe thì cuộc sống quý vị có thể thay đổi.

Quý vị có thể cảm thấy tức giận, thất vọng hay bực bội về sự thay đổi này. Quý vị nên tâm sự về những cảm xúc này, hoặc nhờ một thân nhân, bạn bè hay nhân viên tư vấn đáng tin cậy của Alzheimer's Australia hỗ trợ và cung cấp thông tin.

Một số người thấy có nhiều lợi ích từ việc không lái xe nữa. Các giải pháp thay thế có thể gây ít căng thẳng hơn so với việc lái xe, chi phí thấp hơn so với những người cần lái xe và vừa ngồi xe vừa có thể thưởng thức cảnh quan.

Những giải pháp thay thế việc lái xe

Nếu quý vị có thể giảm nhu cầu lái xe và tìm giải pháp thay thế để đi lại thì quý vị có thể thấy việc bỏ lái xe ít gây căng thẳng hơn.

Những điều cần thử:

- Nhờ thân nhân hoặc bạn bè quý vị cho đi nhờ xe
- Sử dụng xe buýt, xe lửa hoặc xe taxi
- Đi bộ
- Sử dụng phương tiện giao thông công cộng nếu có sẵn trong vùng quý vị đang ở. Hỏi lại hội đồng địa phương của quý vị
- Sử dụng dịch vụ giao thực phẩm và thuốc kê theo toa đến tận nhà và từ thư viện địa phương của quý vị

Khi quý vị ngưng lái xe, quý vị có thể nhận thấy bị khó khăn hơn khi thực hiện các chuyến giao lưu xã hội như đến thăm bạn bè hoặc gia đình, tham dự các buổi tiệc hoặc theo đuổi các sở thích. Hãy cố gắng duy trì thực hiện những điều này.

Các nguồn tài liệu khác

Để biết thêm thông tin hữu ích về bệnh sa sút trí tuệ và lái xe, mời vào thăm fightdementia.org.au

Giảm nhu cầu lái xe và tìm giải pháp thay thế trong việc đi lại sẽ giúp quý vị vẫn luôn tích cực, năng động và kết nối giao lưu xã hội.

THÔNG TIN THÊM

Alzheimer's Australia cung cấp nguồn hỗ trợ, thông tin, giáo dục và tư vấn. Mời liên hệ Đường dây Toàn quốc Trợ giúp Bệnh sa sút trí tuệ qua số **1800 100 500**, hoặc vào thăm website của chúng tôi tại fightdementia.org.au



Để được hỗ trợ về ngôn ngữ, mời quý vị điện thoại Dịch vụ Thông Phiên Dịch qua số **131 450**

ABOUT YOU... DRIVING

If you have been diagnosed with dementia, this Help Sheet may be useful. It provides important information about driving and dementia.

Driving is a highly complex task that involves interaction between the brain, eyes and muscles. Dementia can affect driving ability in a number of ways, including:

- Finding your way around
- Remembering which way to turn
- Judging the distance from other cars and objects
- Judging the speed of other cars
- Reaction time
- Hand-eye coordination

Should I continue driving now?

A diagnosis of dementia doesn't necessarily mean that you need to stop driving straight away, however you will need to stop driving at some point.

You are required by law to tell your local licensing authority of any medical condition that might affect your ability to drive safely. Dementia is one of the medical conditions that needs to be disclosed because it affects driving ability.

The licensing authority will ask you to see a doctor who will assess your medical fitness. After this, you may need a formal driving assessment. Based on the results of these assessments, the licensing authority will decide if you can continue to drive.

If the licensing authority decides that you can continue to drive you will be issued with a conditional licence. Conditional licences are valid for a maximum of 12 months, after which time you will be reassessed.

Sometimes restrictions may also be placed on your licence. These restrictions might be that you can only drive close to home, or at certain times or below certain speed limits.

If you do not notify your licensing authority of your diagnosis, or if you continue to drive after your licence has been cancelled or suspended, there can be serious consequences. If you are in a crash you could be charged with driving offences or be sued. Your insurance company may not provide cover.

Changes in your ability to drive may mean that you need to get a driving assessment, or in some cases stop driving immediately. The following checklist may help you notice whether any changes are taking place.

When driving do you:

- Need direction?
- Become lost in familiar areas?
- Confuse left and right?
- Make slower decisions at traffic lights, intersections or when changing lanes?
- Have difficulty interpreting traffic signs?
- Drive more slowly?
- Take longer to react?
- Have difficulty responding to the unfamiliar?
- Drive on the wrong side of the road?
- Change lanes inappropriately?
- Violate traffic laws?
- Cause damage to the car which you are unable to explain?

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU **NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500**

4 INFORMATION FOR PEOPLE WITH DEMENTIA

- Use the accelerator and the brake at the same time?
- Brake at the wrong time on main roads?

Even if you have not noticed any of these changes, you might like to ask a friend, family member or local driving instructor what they think about your driving skills.

The most important thing is your safety and the safety of others.

Giving up driving

At some point you will need to reduce and stop driving. Many people decide to give up their licence voluntarily. Doctors will sometimes recommend that a person should stop driving.

Some people find giving up driving very difficult. Your car may be an important part of your independence, and without it your life may change.

You may feel angry, frustrated or upset about this change. Talking about these feelings, or asking a trusted family member, friend or Alzheimer's Australia counsellor for support and information may help.

Some people find that there are benefits in no longer driving. The alternatives can be less stressful than driving, the costs are less than those needed to run a car and the scenery can be enjoyed along the way.

Alternatives to driving

If you can reduce the need to drive and find alternatives for getting around you may find giving up driving less stressful.

Things to try:

- Asking a family member or friend to give you a lift
- Using buses, trains or taxis
- Walking
- Using community transport if it is available in your area. Check with your local council
- Use home delivery services for food and medical prescriptions and from your local library

When you stop driving, you might find it harder to make social trips like visiting friends or family, attending functions or participating in hobbies. Try to keep doing these things.

Other resources

For more helpful information on dementia and driving visit **fightdementia.org.au**

Reducing the need to drive and finding alternatives for getting around will help you stay active, mobile and socially connected.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at **fightdementia.org.au**



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**