

# NÓI VỀ QUÍ VỊ... THẢO LUẬN VỚI BÁC SĨ CỦA QUÍ VỊ

VIETNAMESE | ENGLISH

**Nếu quý vị được chẩn đoán bị bệnh sa sút trí tuệ, Tài liệu Trợ giúp này có thể giúp ích cho quý vị. Tài liệu này bàn về những cách thảo luận với bác sĩ của quý vị để đảm bảo cho quý vị nhận được sự chăm sóc sức khỏe, lời khuyên và trợ giúp quý vị mong muốn.**

Nếu bị bệnh sa sút trí tuệ, rất có thể quý vị sẽ tiếp xúc với nhiều chuyên gia sức khỏe và y tế. Thân nhân của quý vị, hoặc những người thân cận quý vị, rất có thể cũng sẽ tham gia.

Trong quá trình đánh giá các triệu chứng của quý vị và quyết định chẩn đoán, rất có thể quý vị sẽ tiếp xúc với các chuyên gia y tế khác. Mặc dù vậy, về lâu dài chính bác sĩ gia đình mới là chuyên gia thường xuyên chăm sóc sức khỏe cho quý vị. Điều này có nghĩa là quan hệ giữa bác sĩ với quý vị và gia đình quý vị là rất quan trọng.

## Điểm khởi đầu

Một cách nghĩ hiệu quả về việc làm với bác sĩ là xem bản thân quý vị, bác sĩ và gia đình quý vị đều là thành viên đồng đội, hướng đến mục đích chăm sóc tốt nhất có thể cho quý vị.

Bác sĩ không được thảo luận về bệnh nhân của họ nếu không được bệnh nhân đồng ý. Nếu người bệnh sa sút trí tuệ yêu cầu bác sĩ không được tiết lộ bất cứ thông tin nào cho thân nhân thì bác sĩ phải tuân thủ yêu cầu này.

Tuy nhiên hầu hết mọi người bệnh sa sút trí tuệ đều muốn bàn về tình trạng của họ với một người gần gũi với mình. Nói chung cách tốt nhất để thực hiện điều này là cùng nhau thảo luận với bác sĩ.

## Một bác sĩ giỏi đối với quý vị và gia đình quý vị là người:

- Sẵn sàng cho lời khuyên và trợ giúp
- Lắng nghe quý vị và những ý kiến của quý vị
- Giải thích bằng ngôn từ mà quý vị có thể hiểu được
- Dành thời gian để quý vị nói và trả lời những câu hỏi của quý vị
- Giúp quý vị cảm thấy thoải mái
- Tôn trọng quý vị cũng như gia đình quý vị

## Những điều có thể làm thử

### Giao tiếp

Giao tiếp là một tiến trình hoạt động hai chiều. Quý vị cần cho bác sĩ biết điều quý vị muốn nhận được từ họ. Nếu quý vị không hiểu những điều đang được trao đổi, hãy yêu cầu bác sĩ giải thích bằng cách khác.

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

### Thu nhận thông tin quý vị cần

Có những người nhận thấy nên lập danh sách những điều cần hỏi bác sĩ. Ghi chép những điều bác sĩ nói hoặc đề nghị bác sĩ viết ra giấy để sau này quý vị có thể xem lại. Cần nhắc việc đưa ai đó đi cùng quý vị để họ có thể đặt câu hỏi hoặc viết câu trả lời ra giấy.

### Theo dõi thông tin

Nhiều người nhận thấy việc lưu giữ hồ sơ hoặc phần ghi chép về những cuộc đối thoại với bác sĩ và những người khác, ghi âm lại những người mà họ đã nói chuyện và nói vào lúc nào là điều có ích. Đôi khi quý vị có thể cảm thấy dường như mình đã nói chuyện với quá nhiều người đến nỗi quý vị không thể nhớ hết chi tiết về những nội dung đã thảo luận và thảo luận với ai.

### Chọn giờ hẹn

Hãy đặt hẹn vào giờ thích hợp trong ngày. Nếu giờ hẹn vào sáng sớm hoặc chiều muộn gây bất tiện cho quý vị, hãy tránh đặt hẹn vào những giờ này. Hãy yêu cầu một lần hẹn có lâu hơn nếu quý vị cảm thấy cần có lần hẹn như vậy.

### Hãy lên tiếng cho chính mình

Đôi khi không dễ gì nhận được thông tin mà quý vị cần. Hãy sẵn sàng tìm kiếm cho đến khi quý vị tìm được vị bác sĩ đáp ứng những nhu cầu của mình. Kể cho người khác nghe những trải nghiệm của họ khi tiếp xúc với bác sĩ có thể là điều hữu ích.

### Thư giới thiệu của bác sĩ

Hầu hết các bác sĩ giới thiệu đến nhiều bác sĩ chuyên khoa mà họ thường cộng tác và có liên hệ thân thiết. Tuy nhiên quý vị có quyền yêu cầu được giới thiệu đến một bác sĩ chuyên khoa do quý vị chọn nếu muốn. Quý vị cũng có quyền yêu cầu được giới thiệu quay lại một bác sĩ chuyên khoa nếu cảm thấy tình hình của quý vị đã thay đổi.

### Nhu cầu đặc biệt

Có nhiều bác sĩ và nhân viên nói những ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh và hiểu rõ những nền văn hóa khác nhau.

### Quyền lợi của quý vị

Điều quan trọng là giúp bác sĩ hiểu được trải nghiệm của quý vị về bệnh sa sút trí tuệ. Tuy nhiên, quý vị có quyền thay đổi bác sĩ nếu cảm thấy bác sĩ không đáp ứng được nhu cầu của mình.

### THÔNG TIN THÊM

Alzheimer's Australia cung cấp việc hỗ trợ, thông tin, giáo dục và cố vấn. Xin liên lạc tới Đường Dây Giúp Đỡ Toàn Quốc về Bệnh Sa Sút Trí Tuệ **1800 100 500**. Muốn biết thêm thông tin và đọc các Tài Giúp Đỡ khác, xin ghé xem trang mạng của chúng tôi tại [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)



Interpreter

Muốn được trợ giúp về ngôn ngữ, xin gọi Dịch Vụ Thông Ngôn và Phiên Dịch qua số **131 450**

# ABOUT YOU... TALKING WITH YOUR DOCTOR

If you have been diagnosed with dementia, this Help Sheet may be useful. It discusses ways of talking with your doctor to make sure that you obtain the health care, advice and support you want.

If you have dementia, you are likely to have contact with a number of health and medical professionals. Your family members, or others close to you, are also likely to have involvement.

During the process of having an assessment of your symptoms and determining a diagnosis, it is likely that you will have contact with other medical specialists. In the longer term though, it is the family doctor who is usually the health professional providing on-going health care. This means that your doctor's relationship with you and your family is critical.

## Where to begin

A useful way to think about working with doctors is to regard yourself, your doctor and your family as part of a team aiming to provide you with the best possible care.

Doctors cannot talk about their patients without their consent. If you tell the doctor that no information is to be given to relatives, the doctor must abide by this.

However most people want to talk about their condition with someone close to them. Talking to the doctor together is generally the best way to do this.

## A good doctor for you and your family:

- Is a ready source of advice and support
- Listens to you and your opinions
- Explains things in words you can understand
- Gives you time to speak and takes time to answer your questions
- Helps you feel comfortable
- Respects you, as well as your family members

## What to try

### Communicating

Communication is a two way process. You need to let the doctor know what it is you want. If you don't understand what is being said, ask to have it explained in a different way.

You should be able to talk freely to any doctor and be assured that all discussions are confidential.

### Getting the information you need

Some people find it helpful to make a list of questions to ask the doctor. Take notes of what the doctor is saying, or ask the doctor to write it down so that you can look at it later. Consider taking someone with you who can ask the questions or write down the answers.

### Keeping track

Many people find it helpful to keep a folder or notes about their conversations with doctors and others, recording who they spoke to, and when. Sometimes it can feel as if you have spoken to so many people that you can't remember the details of what was discussed with whom.

### Making time

Make an appointment at a suitable time of the day. If the early morning or late afternoon is a difficult time for you, avoid these times for appointments. Ask for a longer appointment if you feel you need it.

### Speaking up for yourself

Sometimes it isn't easy to get the information you need. Be prepared to look around until you find a doctor who meets your needs. Talking to other people about their experiences with doctors can help.

### Referrals

Most doctors refer to a range of specialists they use regularly and have close contact with. However you can ask for a referral to the specialist of your choice if you wish. You can also ask to be referred back to a specialist if you feel your circumstances have changed.

### Special needs

There are many doctors and their staff who speak different languages and understand different cultures. Your doctor may be able to assist with a referral.

### Your rights

It is important to help your doctor understand your experience of dementia. However you have the right to change doctors if you feel your doctor is not meeting your needs.

### 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](http://fightdementia.org.au)



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