

Обсуждение вашей болезни с близкими и сиделками

Talking about your illness with loved ones and caregivers

Эта брошюра поможет вам говорить с близкими о вашей болезни и о будущем. Здесь изложено то, что вы уже обсуждали со своим лечащим врачом.

Говорить о своей болезни с друзьями и родными может оказаться нелегким делом, однако это даст им понять, что для вас важно. Это поможет им также оказать поддержку вам и вашим решениям.

Прежде чем начинать этот разговор со своими близкими, подумайте, когда и где его вести. Выбирайте время и место беседы тогда, когда чувствуете себя спокойно. Отведите на разговор достаточно времени. Можете использовать готовые фразы из нашей брошюры, или говорить своими словами – как вам будет удобнее.



How you want to be treated.



Promoting wellness. Ensuring care.

СОВЕТЫ (TIPS):

Выберите момент, когда чувствуете себя спокойно и у вас есть время для разговора.

Выберите место, где чувствуете себя комфортно.

Вы можете зачитать фразы, набранные черным шрифтом, или
Говорите своими словами – как вам покажется удобнее

Начало разговора

(Start the conversation)

Сейчас я чувствую себя хорошо, и хотя срочности нет, доктора считают, что нам нужно подумать о том, какой уход мне понадобится в будущем.

Они считают, что нужно заранее определить мои цели и пожелания в связи с медицинским обслуживанием.

Поскольку вы для меня важны, я хочу, чтобы вы тоже приняли участие в этом обсуждении.

Если в какой-то момент я не смогу говорить сам(а), я хочу, чтобы вы были в состоянии принимать решения за меня.

Выясните у близких

(Check in with your loved one)

ПОНИМАНИЕ (UNDERSTANDING)

Каково ваше понимание характера моей болезни?

ИНФОРМАЦИЯ (INFORMATION)

Я знаю, что это может быть нелегко, но я хотел(а) бы поделиться с вами информацией о моей болезни. Не возражаете?

Насколько подробную информацию о том, что может быть впереди, вы хотели бы получить?

Мой доктор сообщил мне прогноз развития моей болезни – хотите ли, чтобы я им поделился(лась)?

Поделитесь тем, что для вас важно

(Share what is important to you)

ЦЕЛИ И ПОЖЕЛАНИЯ (GOALS & WISHES)

Я хочу рассказать о своих пожеланиях, которые могут повлиять на решения по поводу моего лечения. Вот, например, я с нетерпением жду...

примеры: Увидеть рождение внука, отпраздновать свой день рождения и т.п.

СТРАХИ И ОПАСЕНИЯ (FEARS & WORRIES)

Мои важнейшие страхи и опасения в связи с этой болезнью...

примеры: Потеря возможности принимать самостоятельные решения, необходимость обращаться за помощью в связи с первейшими жизненными нуждами.

ВОЗМОЖНОСТИ (ABILITIES)

Не могу представить, что буду не в состоянии делать некоторые вещи...

примеры: Неспособность узнавать знакомых или вступать в контакт с людьми, неспособность себя обслуживать и т.п.

ТРУДНЫЙ ВЫБОР (TOUGH CHOICES)

Я знаю, что нам, возможно, придется делать выбор между тяжелыми методами лечения и длительностью жизни.

примеры: Госпитализация, питание через зонд, проживание в лечебно-реабилитационном центре, подключение к аппарату искусственного дыхания, дополнительная химиотерапия и т.п.

Вот что я думаю по поводу имеющихся вариантов...

Запланируйте продолжение разговора

(Plan to talk again)

Есть ли у вас вопросы в связи с тем, что мы обсуждали?

Я хочу продолжить беседы с вами о моей болезни по мере прохождения лечения. Не возражаете?

Я знаю, что этот разговор был, по-видимому, тяжелым. Что вы чувствуете, когда мы вот так поговорили?

Надо ли нам будет привлечь к этому разговору кого-то еще?

