

Nói chuyện với những người thân yêu và người chăm sóc về bệnh tình của quý vị

Talking about your illness with loved ones and caregivers

Tài liệu này có thể giúp quý vị nói chuyện với những người thân yêu về bệnh tình của quý vị và tương lai. Tài liệu này được dựa theo những gì quý vị đã nói chuyện với chuyên viên trị liệu của mình.

Nói chuyện với bạn hữu và gia đình về bệnh tình của quý vị có thể không dễ dàng, nhưng sẽ giúp họ hiểu được những gì quan trọng đối với quý vị. Nói chuyện như vậy cũng giúp họ yểm trợ cho quý vị và các quyết định của quý vị.

Trước khi nói chuyện với những người thân yêu, hãy nghĩ trước xem quý vị muốn nói chuyện vào lúc nào và ở đâu. Hãy chọn ngày giờ và địa điểm nào quý vị cảm thấy thoải mái.

Hãy chắc chắn là quý vị có thể dành ra đủ thì giờ để nói chuyện trong một lúc. Quý vị có thể dùng những chữ trong tài liệu hướng dẫn này, hoặc dùng chữ của mình — tùy theo cách nào dễ hơn cho quý vị.

GỢI Ý (TIPS):

Hãy chọn lúc quý vị cảm thấy thoải mái và có thì giờ để nói chuyện.

Chọn một chỗ thoải mái cho quý vị.

Quý vị có thể đọc ra những chữ màu đen, hoặc dùng chữ riêng của mình — tùy theo quý vị cảm thấy cách nào dễ nhất.

Bắt đầu nói chuyện (Start the conversation)

Tôi hiện không sao cả, và dù là không gặp, các bác sĩ của tôi nghĩ rằng chúng ta vẫn cần bắt đầu nói chuyện về vấn đề chăm sóc cho tôi sau này.

Họ tin là nên chuẩn bị trước và muốn biết các mục tiêu và ý nguyện của tôi về vấn đề chăm sóc y tế.

Vì những người thân yêu và bạn hữu thật quan trọng đối với tôi, tôi muốn mọi người đều biết chuyện này.

Nếu có ngày nào đó tôi không còn tự nói ra được nữa, tôi muốn có người đưa ra các quyết định cho tôi.

Hỏi người thân của quý vị (Check in with your loved one)

HIỂU (UNDERSTANDING)

Hãy hỏi xem người thân của quý vị có hiểu bệnh tình hiện nay của quý vị như thế nào hay không?

THÔNG TIN (INFORMATION)

Tôi biết rằng việc này có thể không dễ dàng gì, nhưng tôi muốn thông báo về bệnh tình của tôi. Được không?

Hỏi xem người thân muốn quý vị thông báo đến mức nào về những gì có thể sẽ xảy ra về bệnh tình của quý vị?

Bác sĩ và tôi đã nói chuyện về viễn ảnh bệnh tình của tôi — tôi có thể chia sẻ hay không?

Chia sẻ những gì quan trọng đối với quý vị (Share what is important to you)

MỤC TIÊU & Ý NGUYỆN (GOALS & WISHES)

Tôi muốn cho biết một số mục tiêu của tôi có thể ảnh hưởng đến các quyết định về vấn đề chăm sóc sức khỏe. Một số việc tôi mong sẽ làm được là...

THÍ DỤ: Gặp cháu tôi, mừng ngày sinh nhật kế tiếp của tôi, v.v.

SỢ HÃI & LO NGẠI (FEARS & WORRIES)

Những nỗi sợ hãi và lo ngại lớn nhất về tương lai của tôi khi bị bệnh này là...

THÍ DỤ: Không thể tự quyết, hoặc phải nhờ những người khác giúp về các nhu cầu cơ bản.

KHẢ NĂNG (ABILITIES)

Tôi không thể tưởng tượng được mình không thể làm được một số việc nào đó...

THÍ DỤ: Không thể nhận ra ai hoặc giao thiệp với người khác, không thể tự chăm sóc cho mình, v.v.

CÁC CHỌN LỰA KHÓ KHĂN (TOUGH CHOICES)

Tôi biết rằng chúng ta có thể phải chọn giữa những cách điều trị khó khăn và kéo dài thêm thời gian.

THÍ DỤ: Nằm trong bệnh viện, được gắn ống truyền chất dinh dưỡng, sống trong viện điều dưỡng, được gắn máy hô hấp, tiếp tục xạ trị, v.v.

Sau đây là những gì tôi nghĩ về các chọn lựa này...

Chuẩn bị nói chuyện tiếp (Plan to talk again)

Có ai có bất cứ thắc mắc gì về chuyện chúng ta đã thảo luận hay không?

Tôi muốn nói chuyện về bệnh tình của tôi và vấn đề chăm sóc y tế khi tôi tiếp tục được điều trị. Được không?

Quý vị biết không phải là dễ để nói chuyện này. Hãy hỏi người thân xem họ cảm thấy như thế nào sau khi quý vị đã nói chuyện với họ?

Có người nào khác mà chúng ta nên nói chuyện với họ không?

GHI CHÚ (NOTES)

Quý vị có thể dùng trang này để ghi xuống các ý tưởng sau khi nói chuyện, các thắc mắc để hỏi chuyên viên điều trị, hoặc bất cứ ý nghĩ nào khác.

Vietnamese

Revised 10/30/15



This material has been modified by us. The original content can be found at <https://portal.ariadnelabs.org> and is licensed by Ariadne Labs under the [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/). Ariadne Labs licenses the original content as-is and as-available, and makes no representations or warranties of any kind concerning the original content or concerning this material, which Ariadne Labs has not reviewed or endorsed.