

Chăm sóc giảm nhẹ

Thật không may, không phải mọi loại ung thư đều có thể chữa khỏi. Những người mắc bệnh ung thư không thể chữa khỏi cần được chăm sóc chuyên biệt, tùy thuộc vào nhu cầu của bệnh nhân. Đây được gọi là chăm sóc giảm nhẹ.

Chăm sóc giảm nhẹ là dịch vụ chăm sóc tập trung vào cá nhân và gia đình nhằm mục đích giúp những người mắc bệnh đang tiến triển, bệnh nguy kịch hoặc bệnh giai đoạn cuối có thể sống trọn vẹn và thoải mái nhất có thể. Việc chăm sóc tập trung vào sự thoải mái, chất lượng cuộc sống và sức khỏe toàn diện của bệnh nhân và phù hợp tại bất kỳ thời điểm nào trong suốt quá trình điều trị ung thư. Dịch vụ này khác với chăm sóc cuối đời.

Chăm sóc giảm nhẹ có thể đóng vai trò quan trọng sau khi chẩn đoán, trong và sau khi điều trị, đồng thời giúp làm giảm các triệu chứng. Chăm sóc giảm nhẹ có thể được thực hiện cùng với các liệu pháp điều trị khác hoặc có thể trở thành trọng tâm chăm sóc.

Nó cũng có thể giúp gia đình và người chăm sóc đưa ra quyết định cho phép bệnh nhân thực hiện mục tiêu chăm sóc sức khỏe của mình. Những mục tiêu này có thể bao gồm hy vọng kéo dài cuộc sống, sống tốt nhất có thể hoặc mang lại sự bình yên và bảo vệ phẩm giá trong suốt thời gian bị bệnh và cuối đời.

Các nghiên cứu gần đây cho thấy những người được chăm sóc giảm nhẹ sớm có thể sống lâu hơn, ít triệu chứng hơn và chất lượng cuộc sống tốt hơn so với những bệnh nhân không được chăm sóc giảm nhẹ.

Ai cung cấp dịch vụ chăm sóc giảm nhẹ?

Đội ngũ chăm sóc giảm nhẹ có thể bao gồm nhiều chuyên gia y tế khác nhau làm việc cùng nhau, chẳng hạn như:

- bác sĩ và y tá
- bác sĩ chuyên khoa ung thư và các bác sĩ chuyên khoa khác
- chuyên gia chăm sóc giảm nhẹ và y tá hành nghề
- các chuyên gia y tế tương cận (ví dụ như bác sĩ vật lý trị liệu và bác sĩ trị liệu ngôn ngữ)
- các nhà tâm lý học
- tổ chức chăm sóc cuối đời

Những dịch vụ nào được cung cấp trong chăm sóc giảm nhẹ?

Chăm sóc giảm nhẹ xác định và điều trị các triệu chứng có thể xảy ra về thể chất, cảm xúc, tinh thần hoặc xã hội. Dịch vụ này có thể được cung cấp tại bất cứ đâu, bao gồm tại nhà, ở bệnh viện hoặc viện dưỡng lão, thông qua dịch vụ chăm sóc ngoại trú hoặc tại một cơ sở khác. Vì chăm sóc giảm nhẹ dựa trên nhu cầu của từng cá nhân nên các dịch vụ được cung cấp sẽ khác nhau. Các dịch vụ có thể bao gồm:

- giảm đau và các triệu chứng khác (ví dụ như nôn mửa, khó thở)
- hỗ trợ về mặt tình cảm, tâm lý và tinh thần
- thiết bị cần thiết để có thể chăm sóc tại nhà
- hỗ trợ để các gia đình có thể nói chuyện với nhau về các vấn đề nhạy cảm
- liên kết đến các dịch vụ khác như trợ giúp tại nhà và hỗ trợ tài chính

- hỗ trợ mọi người đáp ứng các nghĩa vụ văn hóa
 - tư vấn và hỗ trợ vượt qua đau buồn
 - giới thiệu đến các dịch vụ chăm sóc thay thế
- Chăm sóc giảm nhẹ là mô hình chăm sóc chú trọng vào gia đình, nghĩa là gia đình và người chăm sóc cũng có thể nhận được sự hỗ trợ thực tế và tình cảm.

Chăm sóc cuối đời

Chăm sóc cuối đời là một phần quan trọng của chăm sóc giảm nhẹ. Điều này được thực hiện trong những tuần cuối cùng của cuộc đời khi một người mắc bệnh hiểm nghèo đang tiến gần đến cái chết. Phù hợp với mọi lứa tuổi.

Trong giai đoạn chăm sóc giảm nhẹ này, bệnh nhân và người chăm sóc có nhu cầu cao hơn, do đó, điều cần thiết là phải cung cấp dịch vụ chăm sóc chất lượng và phối hợp. Chăm sóc cuối đời bao gồm giai đoạn cuối (khi bệnh nhân được xác định là sắp chết), hỗ trợ sau khi tử vong và hỗ trợ tang quyến.

Tôi có thể tiếp cận dịch vụ chăm sóc giảm nhẹ bằng cách nào?

Chăm sóc giảm nhẹ dành cho những người ở mọi lứa tuổi được chẩn đoán mắc một căn bệnh nghiêm trọng không thể chữa khỏi. Thời điểm quý vị bắt đầu chăm sóc giảm nhẹ sẽ phụ thuộc vào bệnh tình của quý vị và sức khỏe của quý vị về mặt cảm xúc và thể chất. Hãy trao đổi với bác sĩ hoặc nhóm điều trị để biết thêm thông tin về loại dịch vụ chăm sóc quý vị cần và cách tiếp cận dịch vụ đó.

Những câu hỏi cần đặt ra

Khi thảo luận với bác sĩ về chăm sóc giảm nhẹ, quý vị có thể muốn chuẩn bị những câu hỏi như:

- Bệnh của tôi có khả năng tiến triển như thế nào? Tôi có bị đau không?
- Liệu chăm sóc giảm nhẹ có giúp ích cho tôi và/hoặc gia đình tôi không?
- Bác sĩ sẽ đề xuất loại dịch vụ chăm sóc hoặc hỗ trợ nào?
- Nhóm chăm sóc giảm nhẹ của tôi sẽ gồm những chuyên gia y tế nào?
- Tôi có thể nhận được dịch vụ chăm sóc này ở đâu?
- Tôi có cần bất kỳ thiết bị đặc biệt nào để chăm sóc tại nhà không?
- Tôi có thể được chuyển đến bệnh viện hoặc nhà dưỡng lão nếu cần không?

Nơi để tìm hiểu thêm

Để biết thêm thông tin về việc tiếp cận các dịch vụ chăm sóc giảm nhẹ, quản lý cơn đau và triệu chứng, hãy trao đổi với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị hoặc liên hệ với Nhóm hỗ trợ điều dưỡng chuyên khoa của chúng tôi theo số **1300 881 698** hoặc **support@pancare.org.au**.

Tờ thông tin này được biên soạn với sự hỗ trợ của Palliative Care Australia (PCA), cơ quan tối cao quốc gia về chăm sóc giảm nhẹ. PCA đại diện cho những người làm việc hướng tới dịch vụ chăm sóc giảm nhẹ chất lượng cao cho tất cả người dân Úc có nhu cầu. Hợp tác chặt chẽ với người tiêu dùng, các tổ chức thành viên và lực lượng chăm sóc giảm nhẹ, PCA hướng tới mục tiêu cải thiện khả năng tiếp cận và thúc đẩy chăm sóc giảm nhẹ. **www.palliativecare.org.au**



PalliativeCare
AUSTRALIA

Thông tin do Pancare Foundation cung cấp không thể thay thế cho lời khuyên y tế, chẩn đoán, điều trị hoặc các dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác. Pancare Foundation có thể cung cấp cho quý vị thông tin về các bác sĩ, sản phẩm, dịch vụ, thử nghiệm lâm sàng hoặc phương pháp điều trị liên quan đến ung thư đường tiêu hóa trên, nhưng Pancare Foundation không khuyến nghị hoặc xác thực bất kỳ nguồn hỗ trợ chăm sóc sức khỏe nào nếu không nêu rõ.

