KẾ HOẠCH CHĂM SÓC NGƯỜI SỐNG SÓT SAU UNG THƯ

Kể từ ngày 01 tháng 01 năm 2014, có hơn 14 triệu người sống sót sau ung thư tại Hoa kỳ. Viện Ung thư Quốc gia định nghĩa tình trạng sống sót sau ung thư là từ thời điểm chẩn đoán đến suốt cuộc đời. Mặc dù một Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót sau Ung thư có thể được sử dụng vào bất cứ thời điểm nào trong thời gian chăm sóc, bệnh nhân thường nhận được một kế hoạch chăm sóc khi hoàn tất điều trị. Những Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót cũng có thể hữu ích cho một số bệnh nhân đang được điều trị lâu dài.

Về những Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót

Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót là một công cụ rất hữu ích, giúp tóm lược biện pháp điều trị mà quý vị đã nhận được, và cung cấp cho quý vị và các nhà cung cấp chăm sóc sức khoẻ trong tương lai của quý vị một bản hướng dẫn để theo dõi và quản lý việc chăm sóc sức khoẻ thể chất và tâm lý xã hội đang diễn ra của quý vị. Chương trình Chăm sóc Người sống sót cũng có thể giúp quý vị định hướng các nhu cầu sau điều trị mà quý vị có thể có.

Một Chương trình Chăm sóc Người sống sót hiệu quả bao gồm những phần nào?

- Tóm lược Điều trị: chi tiết chẩn đoán bệnh ung thư của quý vị, thông tin liên lạc của các nhà cung cấp chăm sóc sức khoẻ trước đây của quý vị, và bất cứ biện pháp điều trị nào đã nhận được
- Kế hoạch Chăm sóc Theo dõi: những lời khuyên cụ thể cho việc chăm sóc đang diễn ra, quản lý tác dụng phụ, dấu hiệu tái phát, khám sàng lọc, dinh dưỡng, tập thể dục, phòng bệnh bằng thuốc, v.v.
- Vấn đề Tâm lý Xã hội: các quan hệ, việc nuôi dạy con cái, hoạt động tình dục và sự thân mật, ngoại hình cơ thể, tư vấn di truyền, v.v.
- Vấn đề Thực tế: bảo hiểm, việc làm, việc học, tài chính, v.v.
- Nguồn thông tin và Giới thiệu: các tổ chức liên quan đến ung thư, các nhà cung cấp chăm sóc theo dõi, nhóm hỗ trợ, v.v.

Lấy Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót ở đâu và như thế nào?

1. Hỏi đội ngũ chăm sóc sức khoẻ của quý vị xem họ có thể cung cấp cho quý vị một Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót hay không. Cơ sở nơi quý vị đã được điều trị có thể có một phòng khám hoặc chương trình chăm sóc người sống sót, để trợ giúp quý vị sau khi việc điều trị của quý vị kết thúc, và một quy trình có thể được thiết lập để đưa ra một Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót cho quý vị. Nếu không, hãy hỏi đội ngũ chăm sóc sức khoẻ của quý vị xem họ có biết về một phòng khám hay chương trình chăm sóc người sống sót tại địa phương, nơi có thể cung cấp cho quý vị một Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót.
2. Hoàn tất Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót dành cho quý vị. Quý vị có thể cần yêu cầu đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị cung cấp một bản sao hồ sơ y tế của quý vị. Sau đây là một số công cụ trực tuyến hiện có để giúp quý vị lập một Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót cho chính mình:
   - Bước Tiếp theo là Gì? Life After Cancer: http://goo.gl/Lfvn0c
   - LIVESTRONG Care Plan được phát triển bởi Penn Medicine's Oncolink: www.livestrongcareplan.org (bằng tiếng Tây ban nha http://goo.gl/505qTC)
   - Các Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót sau Ung thư Vú của City of Hope bằng tiếng Anh và tiếng Tây ban nha: http://goo.gl/4dzc0k

Nếu quý vị chọn một chương trình tập trung vào phần tóm lược điều trị và chăm sóc theo dõi, nhưng không bao gồm các vấn đề tâm lý xã hội và thực tế, quý vị nên trao đổi với một nhân viên xã hội hoặc một người nào khác trong đội ngũ chăm sóc sức khoẻ của quý vị để được trợ giúp về những nhu cầu bổ sung này.

Tìm thêm thông tin về Người sống sót và Kế hoạch Chăm sóc Người sống sót sau Ung thư ở đâu?

American Society of Clinical Oncology: www.cancer.net/survivorship và http://goo.gl/TYnzje
American Cancer Society: http://goo.gl/zI6Kz2

CDCC CALIFORNIA DIALOGUE ON CANCER *Preventing Cancer & Saving Lives through Collaboration*
CDPH California Department of PublicHealth
TRIAGE CANCER