

Người cao tuổi mắc bệnh ung thư

Tài liệu hướng dẫn về chăm sóc ung thư tốt nhất



Giới thiệu về tài liệu hướng dẫn này

Việc được thông báo rằng quý vị bị ung thư hoặc có thể bị ung thư có thể khiến quý vị thấy choáng ngợp. Rất nhiều điều có thể xảy ra rất nhanh và quý vị có thể có rất nhiều câu hỏi.

Tài liệu này dành cho người cao tuổi mắc bệnh ung thư. Tài liệu này có thể giúp hướng dẫn quý vị, gia đình và bạn bè của quý vị xuyên suốt trải nghiệm này.

Tại Úc, các tổ chức chính phủ sử dụng thuật ngữ “người cao tuổi” để chỉ những người từ 65 tuổi trở lên. Đối với người Thổ dân và Dân đảo Torres Strait, thuật ngữ này được sử dụng cho những người trên 50 tuổi. Tuy nhiên, mỗi người lão hóa một cách khác nhau, và tuổi của một người có thể không phản ánh tình trạng sức khỏe của họ. Vì vậy, điều quan trọng là nhóm điều trị ung thư của quý vị phải hợp tác với quý vị để lập kế hoạch điều trị và chăm sóc phù hợp với nhu cầu của quý vị và xem xét những gì quan trọng nhất đối với quý vị. Phương pháp này được gọi là chăm sóc thân thiện với người cao tuổi.

Trang mạng của Cancer Council cũng có các tài liệu hướng dẫn về cách chăm sóc ung thư tốt nhất cho các loại ung thư khác nhau tại www.cancer.org.au/cancercareguides.

Thông tin và hỗ trợ

Nguồn thông tin **OlderCan** tại www.wecan.org.au/oldercan đã được phát triển với sự tham gia của và dành cho người Úc lớn tuổi bị ảnh hưởng bởi ung thư. OlderCan cung cấp lời khuyên và hỗ trợ để giúp quý vị đưa ra quyết định về phương pháp điều trị và chăm sóc, đồng thời đảm bảo GP và nhóm điều trị ung thư của quý vị phải được thông tin quan trọng đối với quý vị.

Dịch vụ Thông tin và Hỗ trợ về Ung thư của Cancer Council hỗ trợ những người bị ảnh hưởng bởi ung thư bằng các hỗ trợ thiết thực, tài chính và tinh thần. Dịch vụ này cũng giúp quý vị tìm đến và sử dụng các dịch vụ chăm sóc hỗ trợ. Hãy gọi cho Cancer Council theo số **13 11 20** để nói chuyện với chuyên gia y tế hoặc truy cập trang mạng www.cancer.org.au để được hỗ trợ hoặc tư vấn. Để biết thêm thông tin, hãy tìm tập sách nhỏ về loại ung thư của quý vị trong loạt tài liệu “Understanding Cancer” của Cancer Council trên trang mạng của tổ chức.

Carers Australia là một tổ chức quốc gia cung cấp hỗ trợ, tư vấn và thông tin về các dịch vụ dành cho người chăm sóc đang chăm sóc người cao tuổi mắc bệnh ung thư. Để được hỗ trợ và tư vấn dành cho người chăm sóc, hãy gọi Carers Australia theo số **1800 242 636**.

Các tài liệu hướng dẫn chăm sóc bệnh ung thư tốt nhất đã được phát triển dành cho người Thổ dân và Dân đảo Torres Strait. Thông tin thêm dành cho người Thổ dân và Dân đảo Torres Strait có thể mắc bệnh ung thư có trên trang mạng của Cancer Council www.cancer.org.au/cancercareguides/for-aboriginal-and-torres-strait-islanders/checking-for-cancer. Quý vị cũng có thể đọc hướng dẫn dành cho người Thổ dân và Dân đảo Torres Strait tại www.cancer.org.au/cancercareguides/for-aboriginal-and-torres-strait-islanders/cancer để biết những gì có thể xảy ra trước, sau và trong quá trình điều trị ung thư.

Nếu quý vị cần thông dịch viên, hãy gọi **Dịch vụ Biên dịch và Thông dịch (Translating and Interpreting Service)** theo số **13 14 50** hoặc truy cập trang mạng của dịch vụ www.tisnational.gov.au.

Xét nghiệm ban đầu và giới thiệu

Bác sĩ đa khoa (GP) của quý vị cần thực hiện khám tổng quát để tìm ra nguyên nhân khiến quý vị không khỏe. Bác sĩ sẽ hỏi quý vị về bất kỳ triệu chứng nào quý vị có thể gặp phải và có thể làm một số xét nghiệm như kiểm tra thể chất, xét nghiệm máu, chụp X-quang hoặc chụp cắt lớp.

Nếu GP của quý vị có những lo ngại, quý vị sẽ được giới thiệu đến một bác sĩ chuyên khoa để làm thêm các xét nghiệm.



Những câu hỏi quý vị có thể muốn hỏi

- Tôi có thể chọn khám ở bệnh viện công hay phòng khám tư không?
- Tôi có thể chọn bác sĩ chuyên khoa không?
- Chi phí cho các cuộc hẹn là bao nhiêu?
- Tôi phải chờ bao lâu trước khi có lịch hẹn gặp bác sĩ?
- Tôi phải làm gì nếu không nhận được phản hồi về cuộc hẹn?

Chẩn đoán bệnh và thẩm định giai đoạn

Đối với một số người cao tuổi, những thay đổi liên quan đến tuổi tác về chức năng tim, phổi, khả năng vận động hoặc trí nhớ khiến việc chẩn đoán ung thư trở nên khó khăn hơn. Điều này đặc biệt đúng nếu các triệu chứng từ các bệnh khác giống hoặc trở nên trầm trọng hơn do ung thư.

Mục 'Chẩn đoán của quý vị' (Your diagnosis) của OlderCan tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis tập trung vào tầm quan trọng của việc chia sẻ thông tin với nhóm điều trị ung thư của quý vị. Việc chia sẻ thông tin có thể giúp đảm bảo quý vị nhận được điều trị và chăm sóc phù hợp với mình.



Những câu hỏi quý vị có thể muốn hỏi

- Tôi cần phải làm những xét nghiệm nào khác?
- Tôi mắc bệnh ung thư loại nào?
- Bệnh ung thư của tôi có thể chữa khỏi không? Nếu không, kế hoạch chăm sóc của tôi là gì?
- Tôi có thể sống được bao lâu?

Điều trị

Khi một người cao tuổi được chẩn đoán mắc bệnh ung thư, điều quan trọng là nhóm điều trị ung thư phải tìm hiểu càng nhiều càng tốt về sức khỏe của quý vị, khả năng sinh hoạt hàng ngày và những điều quan trọng đối với quý vị.

Thông tin này sau đó có thể được dùng để giúp quyết định phương án điều trị cho mỗi cá nhân.

Việc tiếp cận các dịch vụ y tế và mạng lưới hỗ trợ cũng có thể thay đổi khi bệnh nhân càng lớn tuổi. Quý vị có thể cần thêm sự hỗ trợ để quản lý việc điều trị của mình và các tác dụng phụ của điều trị. Các dịch vụ chăm sóc người cao tuổi chuyên khoa thường có thể cung cấp thêm sự hỗ trợ này cho quý vị và người chăm sóc cùng với đội ngũ chăm sóc ung thư của quý vị. Quý vị có thể muốn yêu cầu được giới thiệu.

Nguồn thông tin OlderCan This is Me tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me là một cách quý vị có thể chia sẻ với nhóm điều trị ung thư thông tin quan trọng về sức khỏe, khả năng sinh hoạt và những điều quan trọng nhất đối với quý vị.

Mục 'Việc điều trị của quý vị' (Your Treatment) của OlderCan tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment cũng có thể hữu ích. Thông tin tập trung vào các lựa chọn điều trị, loại hình điều trị và những điều cần cân nhắc khi quý vị đưa ra quyết định với nhóm điều trị ung thư về phương pháp điều trị tốt nhất cho quý vị.

Quý vị có thể tìm thấy thông tin về chẩn đoán và điều trị cho các loại bệnh ung thư khác nhau trong hướng dẫn chăm sóc ung thư tốt nhất tại www.cancer.org.au/cancercareguides.

Ra quyết định về điều trị

Bất kể tuổi tác, quý vị đều có quyền được biết về tất cả các lựa chọn về điều trị hiện có cho trường hợp của mình. Điều này sẽ giúp quý vị đưa ra quyết định tốt nhất với gia đình, người chăm sóc và đội ngũ điều trị ung thư của quý vị. Một số người cao tuổi không được cung cấp thông tin này. Đôi khi đó là ý muốn của họ, nhưng cũng có khi không phải vậy.

Phân biệt đối xử theo tuổi tác là khi người cao tuổi bị đối xử bất công vì tuổi tác hoặc vì họ bị coi là quá "già" hoặc "cao tuổi" để được cung cấp thông tin hoặc tự quyết định về việc chăm sóc. Hãy cho nhóm điều trị của quý vị biết quý vị muốn được cung cấp bao nhiêu thông tin và quý vị muốn tham gia như thế nào vào các quyết định về việc chăm sóc của mình. Quý vị có thể quyết định được điều trị, không nhận điều trị tích cực, hoặc chỉ điều trị một phần để giảm đau và bớt khó chịu. Quý vị có thể muốn gia đình hoặc những người hỗ trợ khác đi cùng và tham gia thảo luận về các lựa chọn điều trị với bác sĩ. Quý vị có thể muốn thảo luận về quyết định của mình với các thành viên khác trong nhóm chăm sóc sức khỏe, GP, gia đình và người chăm sóc.

Nếu quý vị đổi ý sau khi quyết định về điều trị, hãy cho bác sĩ biết. Họ sẽ sẵn sàng trả lời mọi thắc mắc hoặc lo lắng của quý vị và thảo luận về các phương án điều trị khác có thể tốt hơn cho quý vị.



Khung thời gian

Khung thời gian cho việc bắt đầu điều trị sẽ phụ thuộc vào phương pháp điều trị được đề nghị cho loại bệnh ung thư của quý vị. Truy cập trang mạng của Cancer Council để biết thêm thông tin về khung thời gian cho loại ung thư của quý vị www.cancer.org.au/cancercareguides.

Thông tin thêm về các lựa chọn điều trị ung thư có trong mục 'Các lựa chọn điều trị ung thư' (Cancer treatment choices) của OlderCan tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/cancer-treatment-choices.

Thử nghiệm lâm sàng

Quý vị có thể được đề nghị tham gia một thử nghiệm lâm sàng hoặc quý vị có thể muốn hỏi bác sĩ chuyên khoa xem có thử nghiệm lâm sàng nào phù hợp với quý vị không. Các thử nghiệm lâm sàng được sử dụng để kiểm tra xem các phương pháp điều trị mới có an toàn và hiệu quả hơn các phương pháp điều trị hiện tại hay không. Nhiều người mắc bệnh ung thư ngày nay sống lâu hơn, với chất lượng cuộc sống tốt hơn nhờ vào các thử nghiệm lâm sàng. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập trang mạng Australian Cancer Trials www.australiancancertrials.gov.au.

Liệu pháp bổ sung và các loại thuốc khác

Hãy trao đổi với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị về bất kỳ thực phẩm chức năng, vitamin, thảo dược hoặc các loại thuốc khác mà quý vị đang sử dụng hoặc muốn sử dụng, bao gồm cả thuốc kê đơn và thuốc không kê đơn (ví dụ: paracetamol hoặc ibuprofen). Một số loại thuốc, liệu pháp bổ sung và vitamin có thể không tương thích tốt với phương pháp điều trị của quý vị.

Hoạch định trước về việc chăm sóc

Hoạch định trước về việc chăm sóc là một quá trình suy nghĩ về những điều quan trọng nhất đối với quý vị khi nói đến việc chăm sóc sức khỏe trong tương lai. Nếu bệnh của quý vị trở nên nặng hơn và không thể tự mình nói cho người khác biết quý vị muốn loại chăm sóc hoặc phương pháp điều trị nào, hãy nghĩ xem quý vị muốn ai thay mặt mình làm việc này và quý vị muốn họ nói gì. Việc có những cuộc trò chuyện này khi quý vị khỏe mạnh sẽ đảm bảo quý vị có thời gian để suy nghĩ về những điều quan trọng đối với mình về điều trị y tế, chăm sóc sức khỏe và chất lượng cuộc sống.

Hoạch định trước về việc chăm sóc giúp người khác hiểu được loại hình chăm sóc hoặc phương pháp điều trị nào mà quý vị mong muốn, phù hợp với các giá trị, nguyện vọng và sở thích của quý vị. Quý vị có thể đưa ra hướng dẫn về những vấn đề như sự đồng ý, từ chối và ngừng điều trị trong tương lai, và/hoặc chỉ định người ra quyết định thay thế. Quý vị cũng có thể nêu ra những mong muốn và sở thích chung về việc chăm sóc sức khỏe trong tương lai của mình, chẳng hạn như quý vị muốn có những ai bên cạnh, loại nhạc quý vị thích, hoặc nơi quý vị muốn được chăm sóc. Quy trình và tài liệu hoạch định trước về việc chăm sóc khác nhau tùy theo từng tiểu bang và vùng lãnh thổ. Tìm hiểu thêm về hoạch định trước về việc chăm sóc trực tuyến tại www.advancecareplanning.org.au hoặc bằng cách liên hệ với Dịch vụ Tư vấn Hoạch định trước về Chăm sóc Toàn quốc (National Advance Care Planning Advisory Service) theo số **1300 208 582**.

Chỉ thị trước về việc chăm sóc

Chỉ thị trước về việc chăm sóc là một tài liệu ràng buộc về mặt pháp lý mà quý vị chuẩn bị để gia đình và nhóm chăm sóc sức khỏe của mình biết về phương pháp điều trị và chăm sóc mà quý vị có thể muốn hoặc không muốn trong trường hợp bệnh của quý vị trở nên quá nặng đến mức quý vị không thể tự mình đưa ra những quyết định này. Ở một số tiểu bang và vùng lãnh thổ, tài liệu này có thể được sử dụng để chính thức chỉ định người ra quyết định thay thế.



Những câu hỏi quý vị có thể muốn hỏi

- Mục tiêu điều trị và chăm sóc của tôi là gì?
- Bác sĩ có thể đề nghị phương pháp điều trị nào cho tôi?
- Tại sao bác sĩ nghĩ đây là phương pháp điều trị tốt nhất cho tôi?
- Dự kiến quá trình điều trị của tôi sẽ kéo dài trong bao lâu?
- Tôi có thể bị những tác dụng phụ nào khi điều trị?
- Phương pháp điều trị này sẽ ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày của tôi như thế nào?
- Tôi có thể tiếp tục làm việc không?
- Tôi phải liên hệ với ai nếu cảm thấy không khỏe hoặc có bất kỳ câu hỏi nào khi tôi không ở bệnh viện?
- Tôi có thể nhận được sự trợ giúp nào nếu tôi thấy khó khăn trong việc quản lý công việc ở nhà khi đang điều trị?
- Tôi phải đến bệnh viện ở đâu và bao lâu một lần để điều trị?
- Tôi có thể được hỗ trợ phương tiện đi lại để đến các cuộc hẹn điều trị không?
- Chi phí điều trị là bao nhiêu và tôi phải tự trả bao nhiêu trong số đó?
- Tôi vẫn có thể chăm sóc chồng/vợ/cháu nội ngoại của mình không?
- Tôi vẫn có thể tiếp tục làm những việc tôi thích hoặc quan trọng với tôi không?
- Điều này sẽ ảnh hưởng đến gia đình tôi hoặc những người chăm sóc hoặc hỗ trợ tôi như thế nào? Họ có thể tìm sự giúp đỡ hoặc hỗ trợ ở đâu?
- Bác sĩ có thể hướng dẫn tôi tìm thông tin hoặc dịch vụ tôi có thể sử dụng để giúp tôi chăm sóc bản thân không?

Đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị

Người mắc bệnh ung thư có thể gặp một hoặc nhiều bác sĩ và chuyên gia y tế khác nhau tùy thuộc vào loại ung thư, các lựa chọn về điều trị và nhu cầu chăm sóc của họ. Bác sĩ hoặc y tá có thể đề nghị quý vị gặp một chuyên gia y tế có thể cung cấp thông tin về:

- ăn uống và dinh dưỡng
- đi lại
- quản lý thuốc men
- sinh hoạt tại nhà hoặc tiếp cận các dịch vụ hỗ trợ
- chăm sóc và hỗ trợ về mặt cảm xúc
- hỗ trợ đồng cảnh.

Chăm sóc hỗ trợ bao gồm tất cả các khía cạnh này trong quá trình chăm sóc và là một phần quan trọng trong quá trình điều trị và sức khỏe toàn diện của quý vị. Vì vậy, nếu quý vị cảm thấy cần hỗ trợ về bất cứ điều gì, hãy cho bác sĩ hoặc y tá biết. Quý vị có thể yêu cầu được hỗ trợ hoặc giới thiệu đến các dịch vụ chăm sóc hỗ trợ ở bất kỳ giai đoạn nào của bệnh. Các chuyên gia này đều là thành viên trong đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Quý vị có thể muốn trao đổi riêng với một thành viên trong nhóm chăm sóc sức khỏe về cảm giác an toàn tại nhà của mình, hoặc nếu quý vị có thể lo lắng về việc quản lý tiền bạc của mình. Quý vị có thể yêu cầu bác sĩ hoặc y tá đặt lịch hẹn cho quý vị với một nhân viên xã hội, người sẽ lắng nghe những lo lắng của quý vị và cho quý vị lời khuyên. Họ sẽ không làm bất cứ điều gì hoặc nói chuyện với bất kỳ ai nếu không có sự cho phép của quý vị.

OlderCan có thông tin về cách giao tiếp với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/communicating-with-your-team. Quý vị có thể sử dụng nguồn thông tin OlderCan This is ME tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me để cho nhóm chăm sóc biết quý vị có những lo ngại khi ở nhà.

Bác sĩ đa khoa/bác sĩ gia đình của quý vị

GP là một thành viên quan trọng của đội ngũ chăm sóc sức khỏe, người sẽ chăm sóc quý vị trong và sau quá trình điều trị ung thư. Nếu quý vị có mối quan hệ tốt với một GP trước khi được chẩn đoán mắc bệnh ung thư, hoặc quý vị tìm được một GP mới sau khi được chẩn đoán mắc bệnh ung thư, việc tiếp tục thăm khám thường xuyên với họ là rất quan trọng.

Nguồn thông tin OlderCan This is Me tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me có thể được sử dụng để chia sẻ thông tin quan trọng với GP và nhóm điều trị ung thư của quý vị.

OlderCan có nhiều thông tin hơn về sức khỏe của quý vị và của GP quý vị tại www.wecan.org.au/oldercan/your-gp/your-health-and-your-gp.



Quý vị cũng có thể yêu cầu GP giới thiệu quý vị đến một chuyên gia khác để xin ý kiến thứ hai. opinion.

Người chăm sóc lớn tuổi

Đối với nhiều người, việc có một người bạn đời, thành viên gia đình, bạn bè hoặc người chăm sóc có thể hỗ trợ họ trong suốt quá trình điều trị ung thư là điều rất quan trọng. Người này (hoặc nhóm người này) có thể đem lại sự khác biệt lớn trong hành trình chống chọi với ung thư.

Khi ung thư xảy ra cho bệnh nhân đã lớn tuổi, người chăm sóc chính của họ, dù là bạn đời hay bạn bè, cũng có thể là người lớn tuổi có các vấn đề về sức khỏe thể chất và tinh thần.

Người chăm sóc cung cấp sự hỗ trợ quan trọng, chẳng hạn như hỗ trợ về mặt tinh thần, đồng hành và thấu hiểu bệnh nhân. Họ cũng cung cấp những hỗ trợ thiết thực, chẳng hạn như giúp đỡ trong việc đi lại hoặc quản lý các cuộc hẹn hoặc thuốc men.

OlderCan có thêm thông tin về người chăm sóc và hỗ trợ có sẵn tại www.wecan.org.au/oldercan/older-carers.



Quyết định về chi phí

Quý vị có thể phải trả phí cho một số cuộc hẹn, xét nghiệm, thuốc men, chỗ ở, đi lại hoặc đỗ xe. Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe được yêu cầu cung cấp cho quý vị thông tin về chi phí của bất kỳ phương pháp điều trị nào họ đề xuất trước khi quý vị bắt đầu điều trị. Điều này được gọi là sự đồng ý tài chính dựa trên thông tin đầy đủ.

Hãy trao đổi với GP, bác sĩ chuyên khoa, cố vấn tài chính hoặc công ty bảo hiểm y tế tư nhân (nếu có) để hiểu rõ những gì được bảo hiểm chi trả và chi phí tự chi trả của quý vị. Nếu quý vị lo lắng về chi phí, hãy trao đổi với nhóm chăm sóc sức khỏe hoặc nhân viên xã hội về việc:

- được thanh toán bằng Medicare hoặc được điều trị trong hệ thống y tế công
- hỗ trợ chỗ ở trong quá trình điều trị
- tác động tài chính có thể xảy ra của quá trình điều trị và thông tin về các quyền lợi hoặc quyền được hỗ trợ chi phí liên quan đến điều trị.

Quý vị có thể gọi đến Cancer Council theo số **13 11 20** để trao đổi với chuyên gia y tế về hỗ trợ tài chính. Trang mạng cũng có thông tin về:

- chi trả cho việc điều trị tại www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance
- chi trả cho việc điều trị tại www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment
- sự đồng ý về tài chính dựa trên thông tin đầy đủ tại www.cancer.org.au/health-professionals/resources/informed-financial-consent.

Sự hồi phục

Điều trị ung thư có thể gây ra những thay đổi về thể chất và cảm xúc.

Kế hoạch chăm sóc theo dõi của quý vị

Nhóm chăm sóc sức khỏe sẽ làm việc với quý vị để lập kế hoạch chăm sóc liên tục. Quý vị và GP sẽ được cung cấp một bản sao kế hoạch. Nếu quý vị không được cung cấp kế hoạch theo dõi, hãy hỏi bác sĩ hoặc y tá xem liệu có một kế hoạch nào dành cho quý vị hay không. Kế hoạch này sẽ giải thích:

- người liên hệ chính của quý vị sau khi điều trị
- tần suất quý vị nên tái khám và các xét nghiệm cần thiết
- cách xử lý các tác dụng phụ của quá trình điều trị
- cách tìm trợ giúp nhanh chóng nếu quý vị nghĩ rằng ung thư đã quay trở lại hoặc trở nên tệ hơn.

Một số người có thể bị suy giảm thể lực và sức mạnh trong quá trình điều trị ung thư, hoặc gặp khó khăn hơn về trí nhớ hoặc khả năng suy nghĩ. Điều này có thể khiến việc quản lý các công việc hàng ngày trở nên khó khăn hơn. Nhiều người lo lắng việc ung thư sẽ quay trở lại. Bác sĩ chuyên khoa và nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ nói chuyện với quý vị về nhu cầu của quý vị và có thể giới thiệu quý vị đến các chuyên gia y tế và dịch vụ hỗ trợ cộng đồng khác. Duy trì hoạt động thể chất có thể giúp ích rất nhiều cho quá trình phục hồi thể chất và tinh thần của quý vị. Ban đầu, quý vị có thể chỉ cần đi bộ ngoài trời 10 phút mỗi ngày.

Thông tin khác quý vị có thể nhận được:

- các dấu hiệu và triệu chứng cần chú ý nếu ung thư quay trở lại
- tác dụng muộn của việc điều trị và các bác sĩ chuyên khoa mà quý vị có thể cần gặp
- cách lựa chọn lối sống lành mạnh để mang lại cho quý vị cơ hội phục hồi tốt nhất và sống khỏe mạnh.

Truy cập trang mạng của Cancer Council để biết thêm thông tin về hỗ trợ sau điều trị www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment.



Những câu hỏi quý vị có thể muốn hỏi

- Mục tiêu điều trị hiện tại là gì?
- Tôi nên liên hệ với ai nếu cảm thấy không khỏe?
- Tôi có thể làm gì để duy trì sức mạnh và thể lực tốt nhất có thể trong quá trình điều trị?
- Làm thế nào tôi có thể phục hồi sức mạnh và thể lực sau khi điều trị?
- Tôi có thể tìm kiếm thêm sự hỗ trợ ở đâu để tự chăm sóc tại nhà?

Sống chung với bệnh ung thư giai đoạn tiến triển

Nếu ung thư quay trở lại

Đôi khi ung thư có thể quay trở lại sau khi điều trị. Nó có thể quay trở lại cùng một chỗ hoặc có thể xuất hiện ở một nơi khác trên cơ thể quý vị.

Nếu ung thư quay trở lại, quý vị có thể được giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa hoặc bệnh viện nơi quý vị được điều trị lần đầu hoặc đến một bác sĩ chuyên khoa khác.

Loại phương pháp điều trị mà quý vị có thể nhận được sẽ phụ thuộc vào mức độ lan rộng của ung thư, tốc độ phát triển của nó và các triệu chứng quý vị đang gặp phải và điều gì quan trọng nhất đối với quý vị.

Truy cập trang mạng Cancer Council để biết thêm thông tin về bệnh ung thư giai đoạn tiến triển tại www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment.



Những câu hỏi quý vị có thể muốn hỏi

- Ung thư nằm ở đâu và có lan đến chỗ khác không?
- Các phương án điều trị của tôi là gì?
- Cơ hội điều trị lần này sẽ thành công là bao nhiêu?
- Bác sĩ có thể làm gì để giúp tôi kiểm soát các triệu chứng?
- Tôi có thể làm gì để kiểm soát các triệu chứng của mình?
- Tôi có thể nhận được sự hỗ trợ bổ sung nào nếu tôi sống ở nhà một mình?
- Tôi có thể nhận được sự hỗ trợ bổ sung nào nếu gia đình và bạn bè chăm sóc tôi tại nhà?
- Có những hỗ trợ nào dành cho gia đình hoặc người chăm sóc của tôi?

Chăm sóc giảm nhẹ

Chăm sóc giảm nhẹ giúp mọi người sống trọn vẹn và thoải mái nhất có thể ở bất kỳ giai đoạn nào của bệnh ung thư.

Liệu pháp này được cung cấp bởi một đội ngũ chuyên gia, song song với việc chăm sóc thông thường cho bệnh nhân. Liệu pháp này tập trung vào việc giảm các triệu chứng và cung cấp hỗ trợ thêm cho bệnh nhân và gia đình họ.

Chăm sóc giảm nhẹ không chỉ là việc điều trị vào giai đoạn cuối đời. Nhiều người mắc bệnh ung thư và các bệnh nghiêm trọng khác có thể được chăm sóc và điều trị giảm nhẹ trong nhiều năm để đảm bảo chất lượng cuộc sống tốt nhất có thể. Việc chăm sóc này có thể được cung cấp tại nhà, tại bệnh viện hoặc tại một địa điểm khác mà quý vị chọn. OlderCan có thêm thông tin về chăm sóc giảm nhẹ tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/palliative-care.



Nói chuyện với GP hoặc bác sĩ chuyên khoa của quý vị hoặc truy cập trang mạng Palliative Care Australia www.palliativecare.org.au.

Trợ tử tự nguyện

Một người mắc bệnh ung thư không thể chữa khỏi và đáp ứng các yêu cầu nghiêm ngặt (ví dụ: họ sẽ sống được bao lâu hoặc khả năng tự đưa ra quyết định) có thể muốn hỏi về hoặc xem xét vấn đề trợ tử tự nguyện. Việc này phải do chính người bệnh tự nguyện và yêu cầu. Đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị không thể nêu ra vấn đề này với quý vị.

Luật trợ tử tự nguyện khác nhau ở mỗi tiểu bang và vùng lãnh thổ, vì vậy điều quan trọng là phải nắm rõ luật pháp và các quy định liên quan đến phương án này tại tiểu bang hoặc vùng lãnh thổ nơi quý vị sinh sống. Hãy liên hệ với bộ y tế để biết thông tin mới nhất cho khu vực của quý vị.

Nguồn thông tin OlderCan **This is Me** tại www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me là một cách quý vị có thể chia sẻ với nhóm điều trị ung thư thông tin quan trọng về sức khỏe, khả năng sinh hoạt và những điều quan trọng nhất đối với quý vị.



Team use (hospital number)

IMPORTANT INFORMATION FOR MY CARE TEAM

MY HEALTH

- I rate my health as **good / average / poor**
- I have **heart disease / arthritis / diabetes / breathing problems / kidney disease**
- Other health issues
- I take prescription medications a day
- I take supplements (e.g. vitamins) **yes / no**
- I have **lost / gained** weight in the last 3 months
- My hearing is **good / average / poor**
- My vision is **good / average / poor**
- I feel **anxious / depressed**
- I feel happy **often / sometimes / never**

PHYSICAL ACTIVITIES

- I can walk metres
- I use an aid (e.g. frame, stick, other) **yes / no**
- I do some exercise **daily / weekly / never**
- I can do **all / some / none** of my housework
- I can do **all / some / none** of my shopping
- I have help with doing
- I had falls in the last 3 months
- I have a My Aged Care / Home care package **yes / no**

This is Me

Name

Preferred name

Age Gender

Language spoke

Born in

I have a regular GP
yes / no

WHAT'S IMPORTANT

- I enjoy
- My cancer team need to know that:
- Quality of life is **more / less** important than length of life for me
- I want to be involved in all treatment decisions **yes / no**
- I want someone with me at my appointments **yes / no**
- Other things that are important to me are

THINKING

- I can use a computer **yes / no**
- I use other devices (e.g. Smart phone) **yes / no**
- I manage my money **yes / no**
- My memory is **good / average / poor**

BEING WITH OTHERS

- I live in **my own house / retirement village / aged care home** or
- I live by **myself / with my partner / family / friends**
- I am able to spend time with other people when I want **yes / not always / no**
- Even with my cancer, things are OK at home **yes / no**
- I feel lonely **never / sometimes / often**



Completed by Date: www.oldercan.org

The information provided in this form has not been drawn from medical record and reflects the views of the person completing the form © 2024 V1

CÁCH SỬ DỤNG THIS IS ME

This is Me được phát triển bởi những người cao tuổi mắc bệnh ung thư để khuyến khích cuộc trò chuyện với các thành viên trong nhóm chăm sóc sức khỏe của họ về những điều quan trọng nhất đối với mọi người trong quá trình trải nghiệm ung thư.

Nguồn thông tin này được phát triển nhằm giúp mọi người chia sẻ thông tin về sức khỏe, chất lượng cuộc sống và sở thích cá nhân khi đưa ra quyết định về điều trị và chăm sóc ung thư. Nguồn thông tin có thể được sử dụng với đội ngũ nhân viên bệnh viện, GP hoặc bất kỳ ai trong mạng lưới hỗ trợ của bệnh nhân.

Cách sử dụng *This is Me*

Quý vị có thể sử dụng *This is Me* một lần hoặc nhiều lần trong suốt quá trình điều trị. Quý vị có thể tự in ra và điền vào mẫu đơn rồi mang nó theo khi đến bệnh viện hoặc gặp GP, hoặc nhờ bác sĩ hoặc y tá giải thích kỹ hơn về mẫu đơn cho quý vị.

Điền vào *This is Me*

Không có câu trả lời đúng hay sai. Các câu hỏi về việc quý vị cảm thấy các khía cạnh sức khỏe của mình tốt, trung bình hay kém là những cảm nhận của quý vị hiện tại (ngày hôm nay), thay vì là cảm nhận của quý vị khi so với người khác. Trong mỗi mục, hãy khoanh tròn câu trả lời phù hợp nhất với quý vị và sức khỏe của mình.

Thông tin sẽ được sử dụng như thế nào?

Thông tin từ mẫu đơn sẽ giúp nhóm chăm sóc quý vị hiểu rõ hơn về quý vị, đặt câu hỏi nếu họ cần thêm thông tin và biết liệu có điều gì họ cần đặc biệt lưu ý trước khi quý vị bắt đầu điều trị hay không. Điều này có thể giúp đảm bảo rằng các quyết định về bất kỳ dịch vụ chăm sóc nào trong tương lai phù hợp với những gì quan trọng nhất đối với quý vị.

Thông tin được cung cấp trong mẫu đơn này không được lấy từ hồ sơ bệnh án và phản ánh quan điểm của người điền đơn ©2024 VI

Truy cập trang mạng **This is Me** www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me để biết thêm thông tin về OlderCan. Sử dụng mẫu đơn này để chia sẻ thông tin với nhóm điều trị ung thư của quý vị.

Nguồn thông tin OlderCan được **WeCan** phát triển trong khuôn khổ dự án Già hơn và Khôn ngoan hơn (Older and Wiser). Dự án Già hơn và Khôn ngoan hơn (Older and Wiser) là sáng kiến Tài trợ Hỗ trợ người mắc bệnh ung thư của Cancer Australia, do Chính phủ Úc tài trợ. Nguồn thông tin OlderCan được đăng lại tại đây với sự cho phép của Trường Đại học Melbourne (University of Melbourne).

Tuyên bố miễn trừ trách nhiệm: Hãy luôn tham khảo ý kiến bác sĩ về những vấn đề ảnh hưởng đến sức khỏe của quý vị. Tài liệu hướng dẫn này nhằm mục đích giới thiệu tổng quát và không thay thế cho lời khuyên y tế, pháp lý hoặc tài chính chuyên nghiệp. Thông tin về bệnh ung thư liên tục được cộng đồng y tế và nghiên cứu cập nhật và sửa đổi. Mặc dù chúng tôi đã thực hiện mọi sự cẩn trọng để đảm bảo tính chính xác tại thời điểm xuất bản tài liệu này, Cancer Council Australia và các thành viên của tổ chức loại trừ mọi trách nhiệm pháp lý đối với mọi thương tích, mất mát hoặc thiệt hại phát sinh do việc sử dụng hoặc dựa vào thông tin được cung cấp ở trên.

Xuất bản vào tháng 11 năm 2025.

Nguồn thông tin này dựa trên thông tin từ Lộ trình chăm sóc tối ưu (Optimal care pathway) cho người cao tuổi mắc bệnh ung thư (ấn bản đầu tiên), có sẵn tại www.cancer.org.au/OCP.