



VIETNAMESE

## Palliative Care

Helping people with life-limiting illness, and their families to live well

## Chăm sóc Xoa dịu

Giúp cho những người bị bệnh hiểm nghèo và gia đình họ có cuộc sống bình an về tinh thần lẫn thể chất

### What is palliative care?

Palliative care helps people with a life-limiting illness to have the best possible quality of life. It is available for everyone – of any age, race, culture, background or religion, and most services are free.

Palliative care also helps families as they care for their loved ones.

Depending on your needs, palliative care may include:

- Medicine and other therapies to relieve your pain and manage symptoms
- Support for your family members
- Help and equipment to live comfortably at home where possible
- Help to meet your spiritual, religious or cultural needs
- Regular visits from health workers and other care providers

If you choose to have palliative care, you and your family can talk about your individual needs, ask any questions and make requests so you have the best care possible.

When using palliative care, the person with the illness and their family are always in control of decisions about their health, medical treatment and wellbeing.

### Chăm sóc xoa dịu là gì?

Chăm sóc xoa dịu là phương pháp chăm sóc sao cho những người bị bệnh hiểm nghèo có cuộc sống bình an nhất, có thể được, về thể chất lẫn tinh thần – Ai cũng sử dụng được dịch vụ này, bất kể tuổi tác, sắc tộc, văn hóa, tầng lớp xã hội hoặc tín ngưỡng, và hầu hết các dịch vụ đều miễn phí.

Dịch vụ chăm sóc xoa dịu cũng giúp cho gia đình trong khi chăm sóc cho người thân của họ.

Tùy theo nhu cầu của quý vị, dịch vụ chăm sóc xoa dịu có thể bao gồm:

- Thuốc men và những liệu pháp khác nhằm kiểm soát các triệu chứng và giảm sự đau đớn
- Hỗ trợ cho thân nhân
- Giúp đỡ và trang bị các vật dụng cần thiết để quý vị có thể an tâm sống tại nhà nếu điều kiện cho phép
- Giúp đáp ứng được nhu cầu tâm linh, tín ngưỡng hoặc văn hóa của quý vị
- Nhân viên y tế và các nơi cung ứng dịch vụ khác thường xuyên đến chăm sóc

Khi quyết định sử dụng dịch vụ chăm sóc xoa dịu, quý vị và gia đình có thể trình bày các nhu cầu cá nhân, nêu lên những thắc mắc và đưa ra các yêu cầu để được chăm sóc tốt nhất trong phạm vi cho phép của dịch vụ.

Trong thời gian sử dụng dịch vụ xoa dịu, bệnh nhân và gia đình của họ luôn là những người quyết định về mọi vấn đề liên quan đến tình trạng sức khỏe, cách điều trị và phúc lợi.

## Palliative care does not mean the end

Palliative care can be used at any time in your illness, not just for people who are near the end of life. Using palliative care does not mean there is no hope, you have 'given up' or your families don't care. You can continue treatment at the same time as receiving palliative care.

You may be able to use complementary therapies or traditional medicine.

## Chăm sóc xoa dịu không có nghĩa là chăm sóc cuối đời

Khi đau ốm, quý vị có thể sử dụng dịch vụ chăm sóc xoa dịu bất cứ lúc nào, chứ không phải chỉ dành cho bệnh nhân trong giai đoạn cuối đời. Sử dụng dịch vụ chăm sóc xoa dịu không có nghĩa là không còn hy vọng, là quý vị đã "đầu hàng" hay là gia đình bỏ mặc. Trong khi sử dụng dịch vụ chăm sóc xoa dịu, quý vị vẫn có thể tiếp tục việc trị liệu.

Quý vị có thể sử dụng các liệu pháp bổ sung hoặc các phương thuốc cổ truyền dân tộc.

## Who provides palliative care?

Palliative care can be provided by your own doctor, specialist doctors and nurses, physiotherapists, religious or spiritual advisors and others.

## Ai cung ứng dịch vụ chăm sóc xoa dịu?

Bác sĩ gia đình, bác sĩ chuyên khoa và y tá, chuyên viên vật lý trị liệu, các vị cố vấn tâm linh hoặc tôn giáo và nhiều thành phần khác có thể cung ứng dịch vụ chăm sóc xoa dịu.

## Where can I receive care?

Depending on your needs and other factors, you may receive care at home, a hospital or hospice, or other care facility. Care in a hospital or a hospice is usually for a short time to treat your symptoms and pain so that you can return home if possible.

## Phải đến đâu để được chăm sóc?

Tùy thuộc vào nhu cầu của quý vị và những nhân tố khác, quý vị có thể được chăm sóc tại nhà, trong bệnh viện, tại khu chăm sóc đặc biệt hoặc những cơ sở chăm sóc khác. Chăm sóc tại bệnh viện hoặc tại khu chăm sóc đặc biệt thường có tính cách ngắn hạn, nhằm kiểm chế các triệu chứng và giảm sự đau đớn để quý vị có thể về nhà khi có thể được.

## Will I have to pay?

Most services are free but there may be some costs for equipment or medicines. Ask your local service to make sure you know if there are costs.

## Có phải trả lệ phí không?

Hầu hết các dịch vụ miễn phí; tuy nhiên, có thể quý vị cần trả tiền cho các thiết bị và thuốc men. Hãy hỏi dịch vụ tại địa phương để đoán chắc quý vị có phải trả chi phí gì không.

## What if I need to speak another language?

If you feel better speaking in your own language, let your palliative care service know. Most of them can organise an interpreter for free.

## Phải làm gì khi muốn nói chuyện bằng tiếng Việt?

Nếu quý vị cảm thấy thoải mái khi nói tiếng Việt, hãy cho dịch vụ chăm sóc xoa dịu biết. Hầu hết các dịch vụ có thể sắp xếp thông ngôn viên cho quý vị miễn phí.





## What about my family?

Palliative care also helps your family as they care for you. This may include:

- Help with doctors and other appointments
- Help to make sure you have the right medicine and care
- Support to meet their needs
- A break from care
- Help to organise financial and legal support
- Support and advice after business hours

## Phần gia đình thì sao?

Dịch vụ chăm sóc xoa dịu cũng giúp đỡ cho gia đình khi họ chăm sóc cho quý vị. Việc giúp đỡ có thể bao gồm:

- Những vấn đề liên quan đến các buổi hẹn với bác sĩ và các nơi khác
- Bảo đảm quý vị uống đúng thuốc và được chăm sóc đúng mức
- Đáp ứng được nhu cầu của gia đình
- Để người chăm sóc có thời gian nghỉ ngơi
- Sắp xếp để được giúp đỡ về mặt tài chính và pháp lý
- Hỗ trợ và tư vấn sau giờ hành chính

## Where can I get more information?

For more information, you can talk to:

- Your doctor
- Your local palliative care service

You can also call Palliative Care Victoria to find out more information or help you find your local service.

Freecall

1800 660 055 or

03 9662 9644

(9am – 5pm Monday to Friday)

A telephone interpreter can be arranged – please tell us what language you need.



## Muốn biết thêm thông tin phải hỏi ở đâu?

Để biết thêm thông tin, quý vị có thể hỏi:

- Bác sĩ gia đình
- Dịch vụ chăm sóc xoa dịu tại địa phương

Quý vị cũng có thể gọi cho cơ quan chuyên trách về Chăm sóc Xoa dịu Victoria (Palliative Care Victoria) để biết thêm thông tin hoặc nhờ tìm giúp dịch vụ tại địa phương.

Gọi số

1800 660 055 (miễn phí) hoặc số

03 9662 9644

(Từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu)

Xin vui lòng cho chúng tôi biết là quý vị muốn nói tiếng Việt – chúng tôi sẽ sắp xếp thông ngôn viên qua điện thoại cho quý vị.



Palliative Care  
V I C T O R I A

Specialist health care and practical support



We thank the Victorian Government and the Lord Mayor's Charitable Foundation for their support. Chúng tôi xin cảm ơn sự giúp đỡ của Chính quyền Tiểu bang Victoria và Quỹ Từ thiện "Lord Mayor".

This handout was produced by Palliative Care Victoria in partnership with the Ethnic Communities Council of Victoria and the Multicultural Centre for Women's Health.

Tập thông tin miễn phí này do cơ quan chuyên trách về Chăm sóc Xoa dịu Victoria soạn thảo, với sự cộng tác của Hội đồng Cộng đồng Sắc tộc Victoria và Trung tâm Y tế Phụ nữ Đa văn hóa.

Photos used in this brochure are for illustrative purposes only.  
Hình ảnh trong tập thông tin này chỉ nhằm mục đích minh họa mà thôi.