



# Biết Rõ Những Chọn Lựa Của Quý Vị:

## Tài Liệu Hướng Dẫn dành cho Bệnh Nhân hiện đang mắc Bệnh Nghiêm Trọng

Tại tiểu bang Massachusetts, tất cả các bệnh nhân hiện đang mắc bệnh nghiêm trọng được quyền hợp pháp nhận những tin tức về căn bệnh của họ, về trường hợp có thể xảy ra (“tiên lượng bệnh”), và đầy đủ các chọn lựa về việc chữa trị. Điều này cho phép bệnh nhân hay người bệnh vực quyền lợi của họ thực hiện những quyết định có sự hiểu biết về các lựa chọn phương thức điều trị nhằm thể hiện mục tiêu, giá trị, mong ước và nhu cầu của mỗi bệnh nhân. Tài liệu này đưa ra những chọn lựa mà các bệnh nhân có thể thực hiện khi họ trải qua giai đoạn chữa trị cho căn bệnh nghiêm trọng, rút ngắn sự sống.

Mặc dù việc suy nghĩ về các chọn lựa chăm sóc sức khỏe cho tương lai có thể khó khăn – đặc biệt là khi căn bệnh đã ổn định và các triệu chứng có thể kiểm soát được – Việc bàn thảo với người thân và nhân viên chăm sóc y tế của quý vị khi quý vị cảm thấy mạnh mẽ và có thể thực hiện các mong muốn của quý vị được rõ ràng là điều nên làm. Những đề tài được giải thích dưới đây – **Chuẩn Bị Trước Kế Hoạch Chăm Sóc, Chăm Sóc Xoa Dịu, Chăm Sóc Cuối Đời, và Chỉ Thị Về Cách Điều Trị Kéo Dài Sự Sống (MOLST trong tiếng Anh)** – là điều quan trọng để thảo luận với các nhân viên chăm sóc sức khỏe, cùng với gia đình và những người khác trong hệ thống hỗ trợ của quý vị.

Bộ Y Tế Công Cộng Massachusetts đã soạn ra tài liệu này để giúp cho các bệnh nhân và những người thân trong gia đình họ được biết những thông tin quan trọng về các chọn lựa điều trị, đặc biệt là khi đương đầu với căn bệnh nghiêm trọng.

# Chuẩn Bị Trước Kế Hoạch Chăm Sóc: Cho Biết Sự Mong Muốn Của Quý Vị

Chuẩn bị trước kế hoạch chăm sóc là thực hiện những bước để chắc chắn quý vị được nhận sự chăm sóc sức khỏe mà quý vị muốn khi quý vị bị bệnh quá nặng hay đau đớn nên không thể cho biết ý muốn của mình, ngay cả khi các bác sĩ và người thân trong gia đình thực hiện các quyết định đó cho quý vị. Việc bàn thảo với gia đình và những người thân đáng tin cậy về mục tiêu, các giá trị và mong muốn của quý vị cho việc điều trị trong tương lai, bất kể nhu cầu sức khỏe hiện thời của quý vị thế nào là rất quan trọng. Và điều quan trọng đối với bệnh nhân và gia đình của họ (hoặc những người bệnh vực quyền lợi) là nên bàn thảo việc này với nhân viên chăm sóc sức khỏe của bệnh nhân trong suốt cơn bệnh, ngay cả lúc mới bắt đầu. Những quyết định có thể được đề cập bao gồm việc quý vị có muốn sử dụng máy trợ thở, truyền thức ăn bằng ống, hay được sơ cứu bằng cách xoa bóp tim ngoài lồng ngực nếu tim quý vị ngừng đập hay không.

Ý nguyện cho biết trước (Advance Directives) là giấy tờ hợp pháp nhằm cho phép quý vị được cho biết trước những ước muốn của mình về việc chăm sóc sức khỏe cuối đời. Tại Massachusetts, mẫu đơn Ủy Nhiệm Chăm Sóc Sức Khỏe (Health Care Proxy) là đơn hợp pháp được chấp thuận để dùng thể hiện các ý nguyện cho biết trước. Đây là giấy tờ hợp pháp đơn giản nhằm cho phép bất cứ người trưởng thành nào được ủy quyền một người đáng tin cậy để thực hiện những quyết định về chăm sóc sức khỏe trong tương lai thay cho họ nếu người đó không thể thực hiện hoặc cho biết về những quyết định đó. Người được chỉ định được gọi là “người đại diện chăm sóc sức khỏe.” Người đại diện chăm sóc sức khỏe phải chờ cho đến khi bác sĩ xác định và có giấy tờ cho thấy bệnh nhân không thể tự mình thực hiện hoặc cho biết về những quyết định đó.

## Các Nguồn Trợ Giúp cho sự Chuẩn Bị Trước Kế Hoạch Chăm Sóc:

Massachusetts Health Care Proxy  
(Các thông tin, hướng dẫn và đơn Ủy Nhiệm Chăm Sóc Sức Khỏe của Massachusetts):

[www.massmed.org/healthcareproxy](http://www.massmed.org/healthcareproxy)

NIH National Institute on Aging  
(Học Viện Quốc Gia NIH về Dịch Vụ Cho Người Già Yếu):

[www.nia.nih.gov/health/publication/advance-care-planning](http://www.nia.nih.gov/health/publication/advance-care-planning)

The Conversation Project  
(Dự Án Bàn Thảo):

[theconversationproject.org](http://theconversationproject.org)

Better Ending (Chuẩn Bị Tốt Đẹp Cho Cuối Cuộc Đời) (có đơn Ủy Nhiệm Chăm Sóc Y Tế bằng tiếng Tây Ban Nha và tiếng Việt và tài liệu âm thanh bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha):

[www.betterending.org](http://www.betterending.org)

Honoring Choices, Massachusetts:  
(Trân Trọng Sự Chọn Lựa, Massachusetts)

[www.honoringchoicesmass.com](http://www.honoringchoicesmass.com)

**Để bảo đảm sự ước muốn của một người về chăm sóc sức khỏe trong tương lai được hiểu rõ và tôn trọng, việc hoàn tất đơn “Ủy Nhiệm Chăm Sóc Y Tế” – là văn kiện bao gồm các quyết định về sự chăm sóc sức khỏe trong tương lai là điều quan trọng.**

# Chăm Sóc Xoa Dịu: Kiểm Soát Các Triệu Chứng

## Chăm sóc xoa dịu là gì?

Chăm sóc xoa dịu là phương thức phối hợp chăm sóc sức khỏe để chữa trị các căn bệnh nghiêm trọng vốn chú trọng vào các nhu cầu thể chất, tinh cảm và tinh thần của con người. Chăm sóc xoa dịu thích hợp với các bệnh nhân ở mọi lứa tuổi, bất kể sự mong đợi về kết quả của căn bệnh của họ. Mục tiêu của sự chăm sóc xoa dịu là để ngăn chặn và giảm bớt các triệu chứng thể chất, sự lo âu, và căng thẳng thường đi kèm với căn bệnh nghiêm trọng. Điều này bao gồm kèm chế cơn đau, bị khó thở, mệt mỏi, buồn nôn, ăn không ngon, và các chức năng bị suy giảm. Dịch vụ chăm sóc xoa dịu còn giúp cho các bệnh nhân và người thân trong gia đình hoạch định các nhu cầu trong tương lai, sự chăm sóc phối hợp, và cùng thực hiện các quyết định đôi lúc được coi là khó khăn.

## Ai sẽ là người cung cấp các dịch vụ chăm sóc xoa dịu?

Chăm sóc xoa dịu được thực hiện bởi nhóm chăm sóc y tế có nhiều khả năng đa dạng khác nhau. Nhóm này có thể bao gồm các bác sĩ, y tá, nhân viên xã hội, giáo sĩ, và những người khác.

## Ai có thể nhận được dịch vụ chăm sóc xoa dịu?

Bất cứ ai bị bệnh nghiêm trọng, bất kể tuổi tác, chuỗi đời còn lại hay sự tiên liệu về căn bệnh điều trị, đều có thể nhận được dịch vụ chăm sóc xoa dịu.

## Chăm sóc xoa dịu có giống như chăm sóc cuối đời không?

Không, nhưng chúng có liên quan. Chăm sóc xoa dịu (mang lại sự thoải mái và hỗ trợ) là một phần của sự chăm sóc cuối đời, nhưng có thể được thực hiện bất kỳ lúc nào trong thời gian của bệnh nghiêm trọng – tại nhà, bệnh viện, v.v. Chăm sóc cuối đời thì cụ thể vào lúc cuối của cuộc đời.

### Xoa dịu nghĩa là:

Dịu Dàng  
Êm Đềm  
Giải thoát

### Chăm sóc xoa dịu bao gồm:

- Giảm Đau Cho Cơ Thể
- Phối Hợp Chăm Sóc
- Hỗ Trợ Bệnh Nhân và Gia Đình
- Trợ Giúp Trong Việc Quyết Định

**Làm sáng tỏ quan niệm sai lầm phổ biến:** Chăm sóc xoa dịu KHÔNG cản trở các phương thức chữa trị khác được cung cấp cho người bệnh, bao gồm việc kéo dài sự sống hay thậm chí các phương pháp chữa lành bệnh có thể thực hiện.

## Tôi sẽ nhận sự chăm sóc xoa dịu ở đâu?

Chăm sóc xoa dịu có thể được thực hiện bất cứ nơi đâu, bao gồm trong bệnh viện hoặc ở nhà.

## Bảo hiểm của tôi có đài thọ cho dịch vụ chăm sóc xoa dịu hay không?

Hầu hết các chương trình bảo hiểm, bao gồm Medicare và Medicaid, đài thọ một số các dịch vụ y tế được xem như là chăm sóc xoa dịu. Điều này sẽ tùy thuộc vào tình trạng của bệnh nhân và nơi mà họ được chăm sóc (tại nhà, bệnh viện, v.v.). Muốn biết thêm thông tin cụ thể về những sự đài thọ về chăm sóc sức khỏe, xin liên lạc với chương trình bảo hiểm của quý vị.

## Tôi có được giữ bác sĩ hiện thời nếu tôi cần sự chăm sóc xoa dịu hay không?

Được! Các nhóm chăm sóc xoa dịu phối hợp chặt chẽ với bác sĩ chính của bệnh nhân. Họ cung cấp các dịch vụ chăm sóc và hỗ trợ bổ sung.

### Các Nguồn Trợ Giúp cho Chăm Sóc Xoa Dịu:

Hospice and Palliative Care Federation of Massachusetts (Hiệp hội Chăm Sóc Xoa Dịu, Chăm Sóc Cuối Đời tại Massachusetts):  
[www.hospicefed.org](http://www.hospicefed.org)

National Hospice and Palliative Care Organization (Cơ Quan Phụ Trách Chăm Sóc Cuối Đời và Xoa Dịu Quốc Gia):  
[www.nhpco.org](http://www.nhpco.org)

"Questions and Answers for Patients, Families, and Surrogates" ("Những Thắc Mắc và Giải Đáp cho Các Bệnh Nhân, Gia Đình, và Người Đại Diện" từ Bộ Y Tế Tiểu Bang New York):  
[www.health.ny.gov/professionals/patients/patient\\_rights/palliative\\_care/2012-06-26\\_proposed\\_questions\\_answers.htm](http://www.health.ny.gov/professionals/patients/patient_rights/palliative_care/2012-06-26_proposed_questions_answers.htm)

Partnership for Palliative Care (Sự Hợp Tác Chăm Sóc Xoa Dịu):  
[restoringqualityoflife.org/what-is-palliative-care/palliative-care-and-insurance](http://restoringqualityoflife.org/what-is-palliative-care/palliative-care-and-insurance)

# Chăm Sóc Cuối Đời: Kiểm Soát Lúc Cuối Đời

## Chăm sóc cuối đời là gì?

Phương thức chăm sóc sức khỏe cuối đời áp dụng triết lý chăm sóc sức khỏe một cách toàn diện cho mỗi cá nhân. Chăm sóc sức khỏe cuối đời gồm có các dịch vụ hỗ trợ và mang đến sự thoải mái – còn được gọi là chăm sóc xoa dịu – cho các bệnh nhân và những người mà họ yêu thương. Điều này thường xảy ra khi căn bệnh nghiêm trọng không thuyên giảm từ phương thức chữa trị chú trọng vào việc chữa lành bệnh nữa.

Dịch vụ chăm sóc cuối đời giúp các bệnh nhân sắp lìa trần cho biết rõ những ưu tiên của họ và thiết lập các mục tiêu chăm sóc trong khi vẫn được thuyên giảm cơn đau đớn và những vấn đề khác. Sự điều trị cuối đời không nhằm đến việc kéo dài cuộc sống. Thay vì vậy, sự điều trị này chú trọng vào việc bảo đảm sự thoải mái và phẩm giá để những ngày tháng cuối cùng trong cuộc đời bệnh nhân có thể hưởng trọn vẹn và đầy đủ ý nghĩa nhất, cho cả bệnh nhân và gia đình.

## Ai sẽ là người cung cấp dịch vụ chăm sóc cuối đời?

Trong hầu hết các trường hợp, nhóm chăm sóc sức khỏe cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cuối đời. Các bác sĩ, y tá, nhân viên xã hội, cố vấn viên, nhân viên chăm sóc sức khỏe tại nhà, giáo sĩ, chuyên viên trị liệu, và các tình nguyện viên đã được huấn luyện tất cả đều có thể chăm sóc, chăm sóc bệnh nhân, tùy theo lĩnh vực chuyên môn của mỗi người. Bằng cách làm việc với nhau, họ giúp chăm sóc sức khỏe, một cách trọn vẹn về mặt tình cảm, lẫn tinh thần cho người sắp lìa trần.

## Ai có thể được nhận sự chăm sóc cuối đời?

Bất kỳ ai đã được chẩn đoán về căn bệnh nan y ở giai đoạn cuối đều được nhận sự chăm sóc cuối đời.

## Tôi sẽ nhận sự chăm sóc cuối đời ở đâu?

Người bị bệnh nan y ở giai đoạn cuối được nhận những dịch vụ cuối đời ở bất cứ nơi đâu, bao gồm tại bệnh viện hay ở nhà. Bệnh nhân sống trong cơ sở điều dưỡng hay cơ

Chăm sóc cuối đời giúp các bệnh nhân cho biết rõ những ưu tiên của họ và thiết lập các mục tiêu chăm sóc trong khi vẫn được thuyên giảm cơn đau đớn và những vấn đề khác.

**Làm sáng tỏ quan niệm sai lầm phổ biến: Chăm sóc cuối đời KHÔNG PHẢI LÀ sự bỏ cuộc!**

sở chăm sóc dài hạn có thể được các y tá chăm sóc cuối đời, nhân viên chăm sóc sức khỏe tại nhà, giáo sĩ, nhân viên xã hội, và các tình nguyện viên, ngoài các sự chăm sóc và dịch vụ khác được cung cấp bởi cơ sở điều dưỡng đến viếng thăm đặc biệt.

## Bảo hiểm của tôi có đài thọ cho dịch vụ chăm sóc cuối đời hay không?

Nhiều bảo hiểm (kể cả Medicare) đòi hỏi căn bệnh phải ở giai đoạn cuối, thường là chuỗi đời còn lại chỉ sống thêm được dưới sáu tháng. Muốn biết thêm thông tin cụ thể về những sự đài thọ về chăm sóc sức khỏe, hãy hỏi chương trình bảo hiểm của quý vị.

### Các Nguồn Trợ Giúp về Chăm Sóc Cuối Đời:

Hospice and Palliative Care Federation of Massachusetts (Hiệp hội Chăm Sóc Xoa Dịu, Chăm Sóc Cuối Đời tại Massachusetts):  
[www.hospicefed.org](http://www.hospicefed.org)

Hospice Foundation of America (Tổ Chức Chăm Sóc Cuối Đời của Hoa Kỳ):  
[www.Hospicefoundation.org](http://www.Hospicefoundation.org)

Home Care Alliance of Massachusetts (Tổ Chức Chăm Sóc Tại Nhà của Massachusetts):  
[www.thinkhomecare.org](http://www.thinkhomecare.org)

American Cancer Society (Hội Ung Thư Hoa Kỳ)  
[www.cancer.org/treatment/findingandpayingfortreatment/choosingyourtreatmentteam/hospicecare/hospice-care-services](http://www.cancer.org/treatment/findingandpayingfortreatment/choosingyourtreatmentteam/hospicecare/hospice-care-services)

Children's Hospice and Palliative Care Coalition (Tổ Chức Chăm Sóc Xoa Dịu và Cuối Đời của Trẻ Em):  
[www.chpcc.org](http://www.chpcc.org)



# Chỉ Thị Về Cách Điều Trị Kéo Dài Sự Sống (MOLST) Cho Biết Về Sự Lựa Chọn Chăm Sóc Của Quý Vị

## Chỉ Thị Về Cách Điều Trị Kéo Dài Sự Sống là gì?

MOLST là đơn chỉ thị y tế dựa trên các quyền và những ước muốn của bệnh nhân trong việc chấp nhận hoặc từ chối sự chữa trị – bao gồm sự chữa trị có thể kéo dài sự sống của bệnh nhân. Điều này phản ánh những quyết định của các bệnh nhân với bệnh nghiêm trọng về những sự chữa trị y khoa nào đó mà họ muốn, hay không muốn, không nhận. Những quyết định này có thể thay đổi bất cứ lúc nào, ngay cả sau khi đã hoàn tất và ký vào đơn MOLST. Sử dụng mẫu đơn MOLST là tự nguyện. Đơn MOLST được sử dụng để cho biết các chỉ thị y tế từ nhân viên chăm sóc sức khỏe (thí dụ như: bác sĩ hoặc y tá) đối với các chuyên gia y tế khác (thí dụ như: những nhân viên cấp cứu trường hợp khẩn cấp).

## MOLST có giống như Ủy Nhiệm Chăm Sóc Y Tế không?

Không. MOLST là văn kiện y tế có thể thực hiện ngay lập tức dựa trên tình trạng y tế hiện thời của người bệnh. Đơn Ủy Nhiệm Chăm Sóc Y Tế là giấy tờ hợp pháp chỉ có hiệu quả sau khi người bệnh không còn có khả năng cho biết rõ những mong muốn của họ nữa.

### Nguồn Trợ Giúp cho MOLST:

Massachusetts Medical Orders for Life Sustaining Treatment (Chỉ Thị Về Cách Điều Trị Kéo Dài Sự Sống của Massachusetts):  
[www.molst-ma.org](http://www.molst-ma.org)