# វិធីការពារ/ជៀសវាងកុំឲ្យមានបញ្ហា/គ្រោះថ្នាក់សំរាប់អ្នកជម្ងឺ

**Patient Safety Tips**
**WUML**
**2/11/07**

ការអប់រំអ្នកជម្ងឺនិងវិធីការពារកុំឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់នៅពេលព្យាបាលជម្ងឺ ជាភារៈកិច្ចមួយយ៉ាងសំខាន់បំផុត របស់រដ្ឋាភិបាលទូទាំងសហរដ្ឋអាមេរិក។ អ្នកស្រាវជ្រាវបានប៉ាន់ស្មានថា ក្នុងមួយឆ្នាំៗ នៅក្នុងសហរដ្ឋ មានអ្នកជម្ងឺប្រហែលជាពី 44,000 ទៅ 98,000 នាក់ដែលបានស្លាប់បាត់បង់ជីវិតដោយសារបញ្ហាផ្សេងៗ ដែលគួរតែអាចការពារបាន នៅពេលព្យាបាល។ បញ្ហាទាំងនេះ អាចមានច្រើននៅគ្រប់កន្លែងព្យាបាល រួមទាំង នៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យ, នៅការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិត, កន្លែង Nursing Home, កន្លែងលក់ថ្នាំ, និងមណ្ឌលព្យាបាលសុខភាពផ្សេងៗ។ បញ្ហាទាំងនេះអាចមានទាក់ទងទៅនឹងរបៀបប្រើថ្នាំ, វិធីវៈកាត់, ការប្រើប្រាស់សម្ភារៈពេទ្យ, លទ្ធផលពីមន្ទីរពិរសោធន៍, និងការវិនិច្ឆ័យរោគ។

មន្ទីរពេទ្យ, បុគ្គលិកពេទ្យ, និងក្រសួងរដ្ឋាបាលនានា បានធ្វើការយ៉ាងមមាញឹក ដើម្បីការពារកុំឲ្យបញ្ហា ឬគ្រោះថ្នាក់ទាំងនេះ មានដល់អ្នកជម្ងឺនិងអ្នកទទួលការបំរើទាំងអស់។ អ្នកជម្ងឺក៏មានភារៈកិច្ចមួយ ក្នុងការធ្វើយ៉ាងណា ដើម្បីជៀសវាងកុំឲ្យកិច្ចការព្យាបាលជម្ងឺរបស់ខ្លួន មានគ្រោះថ្នាក់។ កត្តាសំខាន់បំផុត ក្នុងការការពារកុំឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ ដល់លោកអ្នកនិងគ្រួសារ គឺលោកអ្នកប្រហែលជាត្រូវការចូលរួមជាមួយការព្យាបាលនោះ ដោយផ្ទាល់យ៉ាងសកម្ម។ ការស្រាវជ្រាវមួយ បានឲ្យដឹងថា អ្នកជម្ងឺដែលយល់ច្បាស់អំពីវិធីព្យាបាលរបស់ខ្លួន ហើយចូលរួមយ៉ាងសកម្ម ក្នុងការព្យាបាលនោះ ច្រើនបានទទួលលទ្ធផលដ៏គួរឲ្យគាប់ចិត្ត។

លំដាប់តទៅនេះ ជាចំណុចសំខាន់ៗខ្លះ ចេញពីក្រសួងសាធារណៈ សុខាភិបាលប្រចាំរដ្ឋាម៉ាស្សាឈូសេត ដើម្បីជៀសវាងនិងការពារកុំមានបញ្ហា/គ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ៖

- ជាដំបូង សូមចូលរួមយ៉ាងសកម្ម ជាមួយក្រុមអ្នកព្យាបាល ដែលមាន វេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យ, Nurse, និងបុគ្គលិកពេទ្យនានា។
- ឱកាសដែលល្អបំផុត ក្នុងការជ្រើសរើសគ្រូពេទ្យប្រចាំកាយរបស់លោកអ្នកនិងគ្រួសារ គឺ នៅពេលដែលលោកអ្នកពុំទាន់ត្រូវការនៅឡើយ។ ពីព្រោះ ប្រសិនបើចាំ ដល់ពេលដែលលោកអ្នកត្រូវការ ឬធ្លាក់ខ្លួនឈឺ លោកអ្នកប្រហែលពុំមានពេល ឬក៏គ្មានពត៌មានឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់ សំរាប់សំរេចចិត្តជ្រើសរើសគ្រូពេទ្យ នោះឡើយ។
- លោកអ្នកគួរសំរេចចិត្តថា តើគួរជ្រើសរើសយក តែគ្រូពេទ្យសំរាប់មើលជម្ងឺមនុស្សពេញវ័យ (Internist) ឬក៏រកគ្រូពេទ្យសំរាប់ប្រចាំគ្រួសារលោកអ្នក (Family Practice) តែម្តង។ ហើយថា តើលោកអ្នកត្រូវការទៅជួបជាមួយគ្រូពេទ្យឯកទេស (Specialist),

គ្រូពេទ្យសំរាប់បង្កើតកូន (Obstetrician), គ្រូពេទ្យផ្នែករោគស្ត្រី (Gynecologist), គ្រូពេទ្យខាងជម្ងឺទាស់ (allergist), ឬក៏គ្រូពេទ្យព្យាបាលកុមារ (Pediatrician) សំរាប់កូនរបស់លោកអ្នក។

- ទោះបីជាលោកអ្នកសំរេចថា យ៉ាងណាក៏ដោយ លោកអ្នកគួរជ្រើសរើសគ្រូពេទ្យណាដែលលោកអ្នកអាចពិភាក្សាពីគ្រោះអំពីបញ្ហាសុខភាពជាមួយ បានដោយស្រួល ហើយធ្លាប់មានការដកពិសោធន៍ព្យាបាលសុខភាពដែលលោកអ្នកត្រូវការចាំបាច់។
- ពិនិត្យមើលអំពីសមត្ថភាពរបស់គ្រូពេទ្យ ដែលហៅថា Board Certified ឬ Board Eligible។ Board Certified បានន័យថា វេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យនោះបានទទួលការហ្វឹកហ្វឺនពីបីឆ្នាំឡើងលើ បន្ទាប់ពីរៀនចប់សព្វគ្រប់ ហើយបានប្រឡងជាប់ទាំងផ្នែកសរសេរនិងផ្នែកសួរផ្ទាល់មាត់។ គ្រូពេទ្យក្មេងៗខ្លះ អាចសុំការអនុញ្ញាតិព្យាបាល ហៅថា Board Eligible បាន។ គឺបានន័យថា គាត់បានទទួលការហ្វឹកហ្វឺនជាប់សព្វគ្រប់ តែពុំទាន់បានប្រឡងជាប់យកសញ្ញាប័ត្រពី Board នៅឡើយទេ។
- ចំពោះមន្ទីរពេទ្យវិញ សូមជ្រើសរើសមន្ទីរពេទ្យឬមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់តាមផ្លូវការ។ មន្ទីរពេទ្យនិងមន្ទីរពិសោធន៍ជាច្រើន ច្រើនមានការទទួលស្គាល់តាមផ្លូវការ ពីទីស្នងការជាតិចំរុះសំរាប់ផ្តល់ការទទួលស្គាល់អង្គការណ៍សុខភាពនានាដែលហៅថា Joint Commission on Accreditation of Health Care Organization ឬ JCAHO ។ ការទទួលស្គាល់នេះ បានន័យថា មន្ទីរពេទ្យឬមន្ទីរពិសោធន៍ទាំងនោះមានវិធីព្យាបាលនិងវិធីការពារ កុំឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកជម្ងឺ យ៉ាងតឹងរឹង/ហ្មត់ចត់។
- ម្យ៉ាងទៀត សូមសាកសួរឲ្យដឹងច្បាស់ថា តើមន្ទីរព្យាបាលជម្ងឺនោះ អាចទទួលយកថ្លៃព្យាបាលពីក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងសុខភាពដែលលោកអ្នកមាន នោះបានដែរឬទេ។
- មណ្ឌលព្យាបាល/វេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យជាច្រើន បានអនុញ្ញាតិឲ្យអ្នកជម្ងឺសាកសួរអំពីប្រវត្តិរបស់ខ្លួនសិន មុនពេលចាប់ជ្រើសរើសសំរាប់ឲ្យព្យាបាល។ ដូច្នេះជាការល្អម្យ៉ាងគួរ ធ្វើការណាត់ជួប ឬសម្ភាសន៍ជាមួយគ្រូពេទ្យនោះសិនមុននឹងសំរេចចិត្តទៅព្យាបាលនៅមន្ទីរនោះ។ សំណួរដែលគួរសួរ មានដូចជា កិច្ចការរបស់គ្រូពេទ្យនោះ ឬចំនួនគ្រូពេទ្យដែលមាន និងការព្យាបាលជំនួសនៅពេលគ្រូពេទ្យនោះ ពុំនៅ។
- ការសាកសួរស្គាល់ជាគ្រិះមួយយ៉ាងមាំ ដើម្បីរឹតចំណងមិត្តភាពរវាងគ្រូពេទ្យនិងអ្នកជម្ងឺក្នុងការថែរក្សាសុខភាព។ គ្រូពេទ្យនឹងត្រៀមខ្លួន, រងចាំ, ឆ្លើយនូវសំណួរផ្សេងៗ ដែលលោកអ្នកមាន។ អ្នកខ្លះសរសេរសំណួរ ដែលខ្លួនមានបំណង់ចង់សួរ នៅលើក្រដាស់មុនពេលទៅជួបជាមួយគ្រូពេទ្យ, អ្នកខ្លះទៀត សរសេរកត់នៅពេលគ្រូពេទ្យនិយាយប្រាប់។ ប្រសិនបើ លោកអ្នកយល់ថា លោកអ្នកត្រូវការពេលវេលាថែមទៀត ដើម្បីសាកសួរឲ្យបានអស់ចិត្ត គួរសុំធ្វើការណាត់ជួបម្តងទៀត សំរាប់ថ្ងៃក្រោយ។

- អ្នកខ្លះសុំឲ្យមានបងប្អូន ឬញាតិមិត្តទៅជួបគ្រូពេទ្យជាមួយ ឬទៅកំដរនៅពេលសំរាន្តក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ បងប្អូន ឬញាតិមិត្តទាំងនោះ ជាអ្នកជំនួយជួយដឹងឮ, គាត់អាចជួយសួរ, ជួយចងចាំ, និងជួយពិនិត្យសំណុំរឿងពេទ្យ, ឬជួយនិយាយជាមួយគ្រូពេទ្យ នៅពេលដែលលោកអ្នកពុំមានលទ្ធភាពអាចធ្វើទៅបាន។
- ក្នុងការជួបជាមួយគ្រូពេទ្យ ជាការមួយសំខាន់ គួរនិយាយប្រាប់គ្រូពេទ្យនោះតាមត្រង់ ដោយពុំលាក់លៀម នូវពត៌មានផ្សេងៗ ដែលប្រហែលជាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការព្យាបាលជម្ងឺរបស់លោកអ្នក។ មុខងាររបស់វេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យ គឺជាអ្នកសំរាប់ជួយលោកអ្នក ពុំមែនជាអ្នកសំរាប់ចាប់កំហុស ឬប្រមាទមើលងាយលោកអ្នកនោះឡើយ។
- នៅពេលវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យជំរាបប្រាប់អំពីអាការៈរោគ សូមមេត្តាចាំស្តាប់ ហើយរៀនសូត្រឲ្យជ្រាបច្បាស់អំពីលក្ខណរោគរបស់លោកអ្នក និងវិធីព្យាបាលរោគនោះ។ សូមជ្រាបអំពីវិធីពិនិត្យរោគ ឬការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគផ្សេងៗ ដែលវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យប្រាប់សំរាប់អ្នកជម្ងឺដែលអាយុប្រហែលលោកអ្នក។ សុំយកក្រដាស់ឬពត៌មានផ្សេងៗ ពីវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យ សំរាប់អាន ដើម្បីឲ្យជ្រាបកាន់តែច្បាស់នូវប្រភេទនៃជម្ងឺរបស់លោកអ្នក, ការធ្វើតែស៍, និងវិធីព្យាបាលផ្សេងៗ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកពុំយល់នូវចំណុចណាមួយ, សូមសាកសួរវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យនោះរហូតដល់ពេលណាដែលលោកអ្នកបានយល់ច្បាស់។ ហើយប្រសិនបើ ត្រូវការចាំបាច់ស្រាវជ្រាវពត៌មានផ្សេងៗទៀត ដោយអានសៀវភៅឬអិនធើណិត។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវការអ្នកបកប្រែ សូមកុំមានអារម្មណ៍ស្ទាក់ស្ទើរ ហើយសុំឲ្យមានអ្នកបកប្រែម្នាក់ សំរាប់ជួយលោកអ្នកនៅពេលអញ្ជើញទៅជួបជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យនោះ។
- ជាការល្អ គួរសរសេរកត់ទុក អំពីប្រវត្តិសុខភាពរបស់លោកអ្នក។ ប្រវត្តិទាំងនោះ គួរមានពត៌មានស្តីអំពីលក្ខណសុខភាព, ការទាស់និងថ្នាំឬអ្វីផ្សេងៗ, ការចូលសំរាន្តក្នុងមន្ទីរពេទ្យ, លទ្ធផលឈាមឬការធ្វើតែស៍ផ្សេងៗ, ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ, ឈ្មោះថ្នាំដែលត្រូវលេបឬប្រើប្រាស់, របៀបទទួលទានអាហារ, និងឈ្មោះឬពត៌មានផ្សេងៗរបស់អ្នកដែលបានព្យាបាលថែរក្សាជម្ងឺរបស់លោកអ្នក។
- ម្យ៉ាងទៀត គួរពិនិត្យឬអានក្រដាស់សំណុំរឿងពេទ្យ ឲ្យបានច្បាស់លាស់ ពិតប្រាកដសិន មុននឹងលោកអ្នកចុះហត្ថលេខាលើក្រដាស់បំពេញអ្វីមួយ។
- ការជ្រាបច្បាស់អំពីលក្ខណៈរោគរបស់លោកអ្នក អាចជួយឲ្យលោកអ្នកមានលទ្ធភាពនឹងសំរេចចិត្តជ្រើសរើសយកវិធីព្យាបាលណាមួយដែលលោកអ្នកពេញចិត្ត។ ដូច្នេះវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យរបស់លោកអ្នក ពុំមានការអាក់អន់ចិត្តអ្វីឡើយ ប្រសិនបើលោកអ្នកមានបំណងចង់ទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យណាម្នាក់ទៀត ដើម្បីពិគ្រោះជម្ងឺជាមួយ។

- វេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យតែងតែត្រូវការចង់ដឹង អំពីស្ថានភាពអ្នកជម្ងឺរបស់ខ្លួន ហើយតែងតែមានបំណងចង់ធ្វើយ៉ាងណា ដើម្បីកែឆ្នៃវិធីព្យាបាលអ្នកជម្ងឺឲ្យបានជាសះស្បើយប្រសើរឡើង។ ដូច្នេះ ប្រសិនបើមានបញ្ហាអ្វីមួយដែលទាក់ទងទៅនឹងសុខភាពរបស់លោកអ្នក សូមកុំភ្លេចពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត/គ្រូពេទ្យ ឬបុគ្គលិកធ្វើការ នៅក្នុងមណ្ឌល/មន្ទីរពេទ្យនោះ។

សូមបញ្ជាក់ថា អត្ថបទនេះ ដកស្រង់ចេញពីអត្ថបទ នៃក្រសួងសាធារណៈសុខាភិបាលនៃរដ្ឋម៉ាស្សាឈូសេត។ ចំពោះពត៌មានបន្ថែម អស់លោក–លោកស្រីអាចអានទិបសែរបស់ក្រសួងនេះនូវអាសយ័ www.mass.gov/dph ឬទីស្នាក់ការជាតិទទួលបន្ទុកខាងការស្រាវជ្រាវនិងការរក្សាគុណភាពព្យាបាល ដែលហៅថា Agency for Health Research and Quality អាសយដ្ឋាន www.ahrq.gov ។

*អត្ថបទនេះ ដកស្រង់និងបកប្រែចេញពីអត្ថបទនៃក្រសួងសាធារណៈសុខាភិបាលនៃរដ្ឋម៉ាស្សាឈូសេត (Massachusetts Department of Public Health) ដោយមណ្ឌលមេត្តាសុខភាពនៃមណ្ឌលសុខភាពសហគន៍ក្រុងឡូវែល។*