

ما الذي يهيك؟

تحديد إذا ما كانت رعاية

المحتضرين مناسبة لك

دليل المحادثة



بدء المحادثة

هناك الكثير للتفكير فيه.

يمكننا التحدث طالما كنت ترغب في ذلك.

يمكننا التوقف عن الحديث عن هذا الموضوع متى شئت.*



يهدف هذا الدليل إلى تشجيع المرضى على استكشاف قيمهم وأهدافهم ومعتقداتهم حول رعاية المحتضرين. تستند أساليب "محادثة التغيير" على دليل المقابلات التحفيزية الذي كتبه DR. KEN RESNICOW

ما هي رعاية المحتضرين؟

الهدف من رعاية المحتضرين هو تحسين جودة حياتك في الأشهر والأسابيع والأيام الأخيرة. يمكن أن تمنحك رعاية المحتضرين راحة البال للتركيز على الأشياء الأكثر أهمية بالنسبة لك. بينما تخضع لرعاية المحتضرين، ستستمر في تلقي رعاية طبية بأفضل جودة. سوف تتلقى دعمًا عاطفيًا ونفسيًا وروحانيًا. وسيتيح لعائلتك دعم الرعاية والدعم الروحاني.

تركز رعاية المحتضرين على العناية والراحة والدعم بدلاً من العلاجات، مثل العلاج الكيميائي والإشعاعي، لشخص يقترب من نهاية حياته. يمكن أن تقوم رعاية المحتضرين بالعديد من الأشياء مثل السيطرة على الألم وتقليل القلق خلال هذا الوقت. وينصب التركيز على العيش لفترة أطول بشكل مريح وبكرامة.

أين يتم تقديم رعاية المحتضرين؟

عادة ما يتم تقديم رعاية المحتضرين في منزلك، أو في منزل أحد أفراد الأسرة، أو في منزل أحد الأصدقاء.

كيف أَدفع مقابل رعاية المحتضرين؟

تتم تغطية معظم الخدمات من قِبل برنامج Medicare و Medicaid والتأمين الخاص ولكن قد تكون هناك تكاليف تتحملها من مالك الخاص. لا يمكن أن يرفضك أي دار لرعاية المحتضرين بناءً على قدرتك على الدفع. رعاية المحتضرين اختيارية. يمكنك أن تتلقى خدمات رعاية المحتضرين ما دمت مؤهلاً. ويمكنك أيضاً الإلغاء في أي وقت ولأي سبب.

*ملاحظة: قم بتوفير الكثير أو القليل من المعلومات حسب حاجة المريض.

تركيز المحادثة حول القيم المهمة

أخبرني قليلاً عن الأمور الأكثر أهمية بالنسبة لك ولعائلتك.



استكشف: ما هي بعض الأشياء المهمة التي تريدها في نهاية الحياة؟ ما مدى ثقافتك في قدرتك على تحقيق ذلك؟

استكشف: هل لديك أي أسئلة محددة حول رعاية المحتضرين؟

شجع على التعبير: يبدو أنك غير مرتاح قليلاً للحديث عن رعاية المحتضرين. يبدو أنك تعاني عند التفكير في رعاية المحتضرين.

كثيراً ما يقول الناس الأشياء التالية عندما يفكرون في نهاية رحلة الحياة:

- "أريد أن أودع كل من أحبهم، وألقي نظرة أخيرة على المحيط، وأستمع إلى بعض الموسيقى، وأرحل."
- "أريد أن أكون هادئاً ولا أعاني من الألم، وألا أترك أي شيء بداخلي دون أن يقال."
- "أريد أن أكون محاطاً بعائلتي في منزلي."

استكشف: أي من تلك هو الأكثر أهمية بالنسبة لك؟

القيم والأهداف والدوافع الرئيسية للتفكير في رعاية المحتضرين:

أن تكون والدًا جيدًا	أن تكون زوجًا/شريكةً جيدًا
أن تكون قويًا	أن تكون مراعيًا
الأسباب المالية	الأمور الروحية/الدين
أن تكون مسيطرًا عندما يحين الوقت	أن تكون هادئًا عندما يحين الوقت
أن تكون منظمًا	لا تريد أن يُنظر إليك على أنك عبء
الرغبة في أن تكون إيجابيًا فقط	تريد راحة البال

الاستكشاف والفهم

لعلك فقط، لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة.
أخبرني قليلاً عن نفسك وعن رحلتك مع السرطان.



كيف يتسنى لي معرفة إذا ما كانت رعاية المحتضرين مناسبة لحالتي؟

ليس من السهل تحديد ما إذا كانت رعاية المحتضرين مناسبة لك ولعائلتك. فليس غريباً أن تشعر العائلات بمشاعر قوية خلال هذا الوقت. قد تشعر أنك لست مستعداً للحديث عن إمكانية الحاجة إلى رعاية المحتضرين مع أفراد عائلتك. قد تشعر بالتضارب وعدم اليقين والإحباط. وقد تعاني من الشعور بالقلق والثقل والخوف.

شجع على التعبير: يبدو أنك تشعر بـ....

الوحدة	تثبيط الهمة	الإجهاد
الخوف	الإحباط	الثقل
اليأس	الثقل	الضيق
العجز	المعاناة	التعب
عدم اليقين	عدم الرغبة في إزعاج العائلة	

استكشف: لما قلت ذلك؟

استكشف: كيف كان الأمر بالنسبة لك؟

الانتقال إلى محادثة التغيير

هل سبق لك أن تحدثت مع عائلتك عن رعايتك في نهاية الحياة؟
هل سبق لك أن تحدثت مع طبيب عن رعايتك في نهاية الحياة؟



هل رعاية المحتضرين مناسبة لي؟

استكشف: كيف سار الأمر؟

استكشف: لماذا كنت تشعر بهذه الطريقة؟

شجع على التعبير: لقد بدأت تفكر في أنك لم تعد ترغب في الشعور بالقلق. وبدأت حالة عدم اليقين تقلقك أكثر قليلاً.

ربما بدأ الشعور بعدم اليقين بشأن المستقبل يزعجك. قد تشعر وكأنك لم تعد ترغب في القلق طوال الوقت. قد تتساءل عما يعنيه البدء في التخطيط للمستقبل.

الخطوات التالية

حتى لو لم يتم اتخاذ قرار اليوم بشأن رعاية المحتضرين، فلا يزال من الجيد التحدث عن هذه الموضوعات الصعبة.
لدى فريق الأورام المتابع لحالتك معلومات حول كيف يمكن لرعاية المحتضرين أن تساعدك أنت وعائلتك.



"ماذا سيحدث بعد ذلك؟"

استكشف: هل أثارت هذه المحادثة أي شيء آخر كنت تفكر فيه مؤخراً ولم نتحدث عنه اليوم؟

شجع على التعبير: يبدو أنك قد ترغب في التفكير في...
الخطوات التالية:

سأخذ المزيد من الوقت للتفكير فيما أريده في نهاية حياتي

سوف أتحدث مع أفراد عائلتي وأصدقائي

سوف أتحدث مع شريكي/شريكتي/زوجي/زوجتي

سوف أتحدث مع طبيب الأورام المتابع لحالتي

شجع على التعبير: يبدو أنك قد ترغب في مناقشة أهداف الرعاية الخاصة بك مع عائلتك.



**Blue Cross
Blue Shield**
of Michigan

Nonprofit corporations and independent licensees
of the Blue Cross and Blue Shield Association

MOQC
MICHIGAN ONCOLOGY
QUALITY CONSORTIUM