

## إلتهاب الكبد سي <5. تقديم الدعم والتفهم

- 1.5 عائلتك وأصدقائك
- 2.5 الزملاء ومجموعات الدعم
- 3.5 من الذي أخبره؟
- 4.5 السرية
- 5.5 التمييز

### 1.5 عائلتك وأصدقائك

يتحمّل معظم الأشخاص علاج إلتهاب الكبد سي بشكل جيد ، و لكن قد يكون العلاج مزعجا للبعض الاخر . التهيء للأشياء المهمة مع الأشخاص المحيطين بك يمكن أن يجعل عملية العلاج أسهل .

قد يؤدي العلاج الى ظهور بعض الاثار الجانبية ، لذا يجب أن تسأل طبيبك عن الاثار الجانبية التي يمكن أن تعاني منها و كيفية التعامل معها . يمكن مناقشة هذا الموضوع مع العائلة و الأصدقاء إذا كنت تعتقد بأنك ستحتاج الى دعمهم ، يمكن أن يساعدك هؤلاء على تذكر أخذ الدواء و المساعدة في الأعمال المنزلية ،

عندما تذهب للموعد مع الطبيب الاخصائي أو الممرضة ، حاول أن تأخذ معك شخصاً تثق به. يمكنهم تقديم الدعم لك أثناء الموعد ، وأيضا تذكيرك بالأسئلة التي تريد أن تطلب مساعدة فيها ، وتذكيرك في وقت لاحق بما قالته الممرضة أو الطبيب .

### 2.5 الزملاء ومجموعات الدعم

يمكن لمجاميع الدعم و شبكات المعارف أن توفر دعماً قيماً خلال فترة العلاج ، خاصة إذا كنت تعاني من صعوبات في التعامل مع الأثار الجانبية . العديد من مجالس التهاب الكبد وبعض المستشفيات بها مجموعات الدعم للأشخاص الذين يستعملون علاج التهاب الكبد سي أو الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد سي المزمن.

### 3.5 من الذي أخبره؟

هذا هو السؤال الذي من الصعب إعطاء إجابة مشتركة لان كل شخص مختلف عن الآخر، فالعلاقات مختلفة ، والأصدقاء مختلفون والاحتياجات مختلفة. عندما اكتشفت لأول مرة أنك مصاب بالتهاب الكبد سي- إن لديك الاختيار فيمن تريد أن تخبره. قد يكون من المفيد التفكير في ما تريد قوله ، ومن الذي تريد ان تخبره. أيضا ، التفكير في ما إذا كنت تثق بهم وما اذا كان هذا سوف يساعدك على نحو ما.

إنّ إخبار العاملين في مجال الرعاية الصحية ، مثل طبيب الأسنان أو الأطباء الاخرين ، يمكن أن يساعدهم بتقديم أفضل الرعاية الطبية لك ، و لكن إخبارهم من عدمه هو خيارك أنت ، إنّ العاملين في الرعاية الصحية المتعاملين معك يتحملون المسؤولية للحفاظ على خصوصياتك و الحفاظ على المعلومات الخاصة بك بشكل يضمن سربيتها . لا يمكنهم التفرقة ضدك بأي شكل من الأشكال .

أنت غير مضطر لابلاغ رئيسك في العمل أو أي شخص تعمل معه أنك مصاب بالتهاب الكبد سي إلا اذا كنت تريد ذلك. رب العمل الأنساني و المتفهم يمكن أن يجعل الأمور أسهل لك من خلال إعطائك الإجازات عندما لا تكون على ما يرام . أنت أفضل شخص يمكنك أن تقرر من الذي تُخبر ، وكيف يكون رد فعلهم على ذلك.

الحديث مع الناس عن إصابتك بالتهاب الكبد سيتمكن أن يكون هاماً جداً لصحتك. الحديث مع الناس الذين يتفهمون وضعك سوف يساعدك على التعامل مع التهاب الكبد سيالمزمن والتوتر الذي يمكن أن يحدثه.

هناك بعض الحالات التي يلزمك القانون بالإبلاغ عن التهاب الكبد "سي". وهذه تشمل :

- إذا أردت التبرع بالدم في بنك الدم
- إذا كانت المعلومات عن العدوى والمرض مطلوبة من قبل بعض شركات التأمين
- إذا كنت عضواً في قوة الدفاع الاسترالية

#### 4.5 السرية

السرية تعني أن أي معلومات عنك موجودة بالخدمات الصحية هي خاصة بك، ولا يمكن تقديم هذه المعلومات إلى الآخرين دون إذن منك. في استراليا مناقشة مقدمي الرعاية الصحية - للمعلومات الخاصة بك - مع الآخرين تعتبر ضد القانون. هذا لا ينطبق فقط على الأطباء والممرضات ولكن أيضا على الاخصائيين الاجتماعيين، والمستشارين والمترجمين الفوريين وموظفي الاستقبال. إن أيا من هؤلاء الناس لا يُمكنهم إخبار الزوج أو الزوجة أو الشريك أو الأباء أو الأطفال عن صحتك من دون موافقتك.

في بعض الأحيان قد تشعر بأن الكثير من الناس يعرفون أخبارك. على سبيل المثال ، في عيادة قد ترى عدداً من الأطباء والممرضين وغيرهم من الموظفين. وذلك لأن العاملين في المستشفيات والعيادات عادة ما يعملون بروح الفريق. إن أي مناقشة أو معلومات لديهم عن صحتك ضروري حتى يمكن أن يوفر لك أفضل ما يمكن توفيره من العناية.

علاوة على ذلك ، فإن أي معلومات تعطيتها لرب العمل حول صحتك هي خصوصية وسرية ولا يمكنه أن يمرر هذه المعلومات إلى شخص آخر أو مؤسسة أخرى من دون موافقتك.

#### 5.5 التمييز

التمييز يعني التعامل بشكل غير عادل ضد شخص أو مجموعة من الناس بسبب نوع الجنس ، الجنس ، العرق ، أو اللون ، أو المشاكل الصحية والمعتقدات الدينية. في استراليا القانون يمنع مقدمي الرعاية الصحية من التمييز ضدك ، أو الحكم عليك ، أو إدانتك أو رفض الخدمة لأي من الأسباب التالية :

- إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد سي
- لا تتحدث الانجليزية أو تتكلم الانكليزية مع لكنة
- لست مواطناً استراليا
- تتعاطي المخدرات بالحقن

إذا كنت تظن أنك تعرضت للتمييز أو عوملت بطريقة غير عادلة لهذه الأسباب أو لأي أسباب أخرى يمكنك تقديم شكوى. أنظر في قسم إيجاد الخدمات على موقعنا للحصول على رقم الهاتف المطلوب في كل الولايات والأقاليم.