HCV ➤ ការជួយគាំទ្រ និងការយល់ចិត្ត

គ្រួសារនិងមិត្តភក្តិ

មនុស្សភាគច្រើន មានការភ័យខ្លាច ពីការព្យាបាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទC ប៉ុន្តែបើយើងធ្វើផែនការនិងរៀបចំនូវចំណុចសំខាន់ៗ ជាមួយអ្នកជុំវិញខ្លួនយើង នោះ ការគាំទ្រដែលទទួលពីគ្រួសារនិងមិត្តភក្តិ អាចបណ្តាលអោយការព្យាបាលប្រព្រឹត្តទៅបានងាយ ស្រួលសំរាប់យើងទាំងអស់គ្នា ។

នៅពេលលោកអ្នក និយាយទៅកាន់គ្រួសារ ប្រាប់គេអំពីរបៀប ដែលគេអាចជួយ និងសំដែងនូវទឹកចិត្ត ត្រេកអរ ចំពោះការជួយគាំទ្ររបស់ពួកគេនោះ ។ លោកអ្នក អាចពិភាក្សាពីការ ចែករំលែកភារកិច្ច ក្នុងផ្ទះដូចជា ការដាំស្ល ការបោសសំអាត ឬការមើលថែទាំកូនចៅ ។

ចំពោះការព្យាបាល លោកអ្នកអាចជួបនឹងការបាក់ទឹកចិត្ត អារម្មណ៍ច្របូកច្របល់ ភ័យខ្លាច និងភាព ធ្វើទុក្ខនៃជាតិថ្នាំ ។ ដើម្បីត្រៀមខ្លួនទប់ទល់នឹងបញ្ហាទាំងនេះ យើងគួរពិគ្រោះជាមួយក្រុមគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិ ។ ធ្វើដូច្នេះ ជាការជួយយើងទាំងអស់គ្នា អោយយល់ពី ការផ្លាស់ប្តូរអារម្មណ៍ ដែលអាច នឹងកើតឡើង ។

ជាការល្អដែរបើអាចនាំអ្នកដែលទុកចិត្តទៅជួបជាមួយ គ្រូពេទ្យឯកទេស វេជ្ជបណ្ឌិត ឬ គិលានុបដ្ឋាយិកា ។ គេអាចជួយគាំទ្រយើង ជួយរំលឹកនូវសំនួរដែលយើងចង់សួរ និងរំលឹក ក្រោយពីវេជ្ជបណ្ឌិត ឬ គិលានុបដ្ឋាយិកាបាននិយាយ ។

ក្រុមជួយផ្តត់ផ្គង់គាំទ្រ

ក្រុមជួយគាំទ្រនិងបណ្តាញនានា មានមុខងារដ៏សំខាន់ ក្នុងការជួយយើង ធ្វើការសំរេចចិត្ត ថាតើ យើងគួរចាប់ ផ្តើមធ្វើការព្យាបាលឬអត់នោះ ។ ពួកគេក៏អាចជួយផ្តល់ ការគាំទ្រដ៏មានតំលៃ ពេលកំពុងព្យាបាល ជាពិសេស ពេលជួបការលំបាក ទាក់ទងនឹងការធ្វើទុក្ខនៃឥទ្ធិពលថ្នាំ ។

ក្រុមប្រឹក្សា ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ Cជាច្រើន និងមន្ទីរពេទ្យខ្លះ មានក្រុមជួយគាំទ្រសំរាប់អ្នកធ្វើ ការ ព្យាបាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ឬ អ្នកព្យាបាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C រ៉ាំរ៉ៃ ។

តើខ្ញុំគួរប្រាប់នរណា?

នេះជាសំនួរទូទៅ ដែលពិបាកឆ្លើយ ព្រោះស្ថានភាពយើងម្នាក់ៗ ខុសៗគ្នា តាំងពីការធ្វើទំនាក់ទំនង មិត្តភក្តិ ព្រមទាំងតម្រូវការក៏ខុសៗគ្នាដែរ ។ នៅគ្រាដំបូង ពេលលោកអ្នកដឹងថា មានជំងឺរលាកថ្លើម ប្រភេទ C

គឺអាស្រ័យលើលោកអ្នក ដែលចង់ប្រាប់នរណាឬអត់នោះ។ អាចមានប្រយោជន៏ដែរប្រសិន បើយើងគិតថាចង់និយាយពីអ្វី ហើយនឹងប្រាប់នរណា ។ព្រមទាំងគិតថាទុកចិត្តគេទេ ឯការដែលប្រាប់គេ នោះវាមាន ប្រយោជន៏ ក្នុងការជួយយើងដោយវិធីណាមួយ ។

លោកអ្នកមិនចាំបាច់ប្រាប់ បុគ្គលិកសុខភាព (ដូចជាពេទ្យធ្មេញទេ) អំពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ។ទោះបីជា កិច្ចបំរើផ្សេងៗ ចង់អោយលោកអ្នកប្រាប់គេអោយដឹង តែតាមផ្លូវច្បាប់ គឺអាស្រ័យ លើយើងដែលចង់ប្រាប់ឬ អត់នោះ។

លោកអ្នកមិនចាំបាច់ប្រាប់ថៅកែ ឬអ្នកធ្វើការជាមួយទេអំពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C លុះត្រាតែ យើងចង់ប្រាប់។ ថៅកែដែលចេះឈឺឆ្អាលយោគយល់ អាចជួយបន្ធូរបន្ថយយើង អោយមានពេលឈប់ សំរាកសំរាប់ធ្វើការព្យាបាល ឬពេលយើងមិនស្រួលខ្លួន។

លោកអ្នកស្ថិតក្នុងជំហរដ៏ប្រសើរ ដើម្បីធ្វើការសំរេចចិត្តថា តើគួរប្រាប់នរណា ហើយប្រហែល គេនឹងមានប្រតិកម្មយ៉ាងណាដែរ ។

ការនិយាយប្រាប់គេអំពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ក៏មានប្រយោជន៏ណាស់ដែរ សំរាប់សុខភាព របស់យើង។ និយាយទៅកាន់អ្នកដែលយល់ចិត្តយើង នឹងជួយអោយយើង អាចស៊ាំនឹងការលំបាក ដែលកើតពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ Cរ៉ាំរ៉ៃ ។

តាមផ្លូវច្បាប់ មានករណីខ្លះដែលលោកអ្នកត្រូវរាយការណ៍ អំពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ដូចជាៈ

- ប្រសិនលោកអ្នកផ្តល់ឈាមទៅ មណ្ឌលផ្តល់ឈាម
- ការស្នើអោយផ្តល់ពតិមានដែលទាក់ទងនឹងជំងឺ ដោយក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងផ្សេង
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជាសមាជិក នៃកងកំលាំងការពារប្រទេសអូស្ត្រាលី

ការរក្សាសម្ងាត់

ការរក្សាសម្ងាត់មានន័យថា ពតិមានទាំងឡាយដែលកិច្ចបំរើផ្នែកសុខភាព មានអំពីលោកអ្នក គេចាត់ទុកជាបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួន ពួកគេមិនអាចផ្តល់ ពតិមានទាំងនេះទៅអ្នកដទៃបានទេ បើគ្មានការ អនុញ្ញាតពីសមីខ្លួន។ នៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ជាការខុសច្បាប់ បើបុគ្គិលសុខភាពណា ពិភាក្សារឿងបញ្ហា ផ្ទាល់ខ្លួនយើងជាមួយអ្នកដទៃ។ ច្បាប់នេះ មិនមែនអនុវត្តតែចំពោះ វេជ្ជបណ្ឌិត ឬគិលានុបដ្ឋាយិកាទេ គេក៏ត្រូវអនុវត្តចំពោះបុគ្គលិកសង្គមកិច្ច បុគ្គលិកផ្តល់ឱវាទ

អ្នកបកប្រែនិង បុគ្គលិកដទៃទៀតដែរ ។ពួកគេក៏មិនអាចប្រាប់ ប្តី ប្រពន្ធ ដៃគូរ ឪពុកម្តាយ កូនចៅ អំពីសុខភាពលោកអ្នក ដោយគ្មានការអនុញ្ញាតពីលោកអ្នកទេ ។

ពេលខ្លះហាក់ដូចជាមានមនុស្សជាច្រើន ដែលដឹងពីបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួន ឧទាហរណ៍ នៅគ្លីនិក លោកអ្នកអាច ជួបវេជ្ជបណ្ឌិតមួយចំនួន គិលានុបដ្ឋាយិកា និងបុគ្គលិកផ្សេងៗ ។ នេះមកពីនៅមន្ទីរពេទ្យ ពួកគេធ្វើការរួមគ្នាជាក្រុម ។ ពត៌មាននានា ឬការពិភាក្សា ពីសុខភាពលោកអ្នក គឺជាការផ្តល់ការថែទាំសុខភាព យើងដ៏ប្រសើរបំផុត ។

បន្ថែមលើនេះ ពត៌មានទាំងឡាយស្តីពីសុខភាព ដែលលោកអ្នកប្រាប់ទៅថៅកែ ឬអ្នកដទៃ ដែលធ្វើការជាមួយ គឺជាបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួន និងរក្សាការសំងាត់ ហើយគ្មាននរណា អាចនិយាយ បន្តទៅអ្នកដទៃ ឬអង្គការផ្សេងៗ ដោយគ្មានការអនុញ្ញាតពីលោកអ្នកទេ ។

ការរើសអើង

ការរើសអើងមានន័យថាអំពើមិនសមរម្យ ទៅលើមនុស្សម្នាក់ ឬមនុស្សមួយក្រុម ពីព្រោះ តែភេទ ការរួមភេទ ពូជសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ បញ្ហាសុខភាព ឬជំនឿសាសនា ។ នៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ជា អំពើខុសច្បាប់ បើបុគ្គិលសុខភាពណាដែលប្រកាន់ភាពរើសអើង ទៅលើអ្នក ដោយចោទប្រកាន់ ផ្តន្ទាទោស ឬបដិសេធមិនផ្តល់កិច្ចបំរើដោយប្រការណា មួយដូច ខាងក្រោម:

- លោកអ្នកមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C
- លោកអ្នកមិននិយាយភាសាអង់គ្លេសឬនិយាយភាសាអង់គ្លេសមិនច្បាស់
- លោកអ្នកមិនមានសញ្ជាតិអូស្ត្រាលី
- លោកអ្នកជាអ្នកប្រើគ្រឿងញៀន

ប្រសិនបើលោកអ្នក មានអារម្មណ៍ថា គេរើសអើងមកលើ ឬធ្វើអំពើមិនសមរម្យ ដោយមូលហេតុ ខាងលើ ឬមូលហេតុដទៃទៀត យើងអាចធ្វើការផ្តឹងតវ៉ា ។ ក្នុងកូនសៀវភៅនេះ ផ្នែកទំនាក់ទំនង លោកអ្នកអាចរកលេខទូរស័ព្ទតាមរដ្ឋនីមួយៗ ។