



# Giáo Dục Bệnh Nhân

Trung Tâm Ưu Tú Toàn Quốc về Sức Khỏe Phụ Nữ của UW



## Khi Đến Y Viện

*Cho phụ nữ di dân và những người chưa quen với hệ thống y tế Hoa Kỳ*

Tìm hiểu về vấn đề chăm sóc sức khỏe và đi bác sĩ tại một quốc gia mới có thể khó khăn. Dù quý vị nói Anh ngữ khá hoặc có thông dịch viên cũng vẫn có thể gặp khó khăn. Quý vị và bác sĩ của quý vị có thể dùng chữ hoặc nghĩ khác nhau về sức khỏe và bệnh tật. Những bước quý vị cần làm khi đến bác sĩ có thể khác so với quê nhà của quý vị. Các hướng dẫn sau đây có thể giúp quý vị khi đến bác sĩ.

### Trước Khi Đến

#### *Hãy hỏi họ:*

- Xe buýt nào gần phòng mạch?
- Tôi xuống xe buýt tại trạm nào?
- Khi nào tôi có thể đến?
- Tôi cần đem theo gì?
- Nơi đậu xe, nếu quý vị lái xe hoặc có người chở quý vị đến.

#### *Hãy cho họ biết:*

- Nếu quý vị đem theo bạn hoặc người trong gia đình.
- Quý vị sẽ cần có thông dịch viên và xin sắp xếp trước dịch vụ thông dịch.

### Chuẩn Bị Trước Khi Đến

Soạn ra sẵn các thắc mắc hoặc quan ngại của quý vị.

- Hãy nghĩ về những gì quý vị đã làm để có thể cảm thấy đỡ hơn. Cũng nên ghi lại những việc đó và đem theo quý vị.
- Nên đem theo bạn hoặc người trong gia đình nếu họ có thể giúp quý vị giải thích.

### Khi Đến

- Hãy đến sớm. Nếu quý vị đến trễ, thời gian khám cho quý vị có thể chỉ còn rất ngắn.
- Thuật lại vấn đề cho bác sĩ. Hãy thành thật và dùng giấy ghi chép quý vị đem theo.
- Cho bác sĩ biết tất cả những loại thuốc theo toa và mua tự do và các loại dược thảo nào quý vị đang dùng.
- Cho bác sĩ biết về bất cứ loại thuốc bổ, thực phẩm đặc biệt, thuốc lá hoặc các loại thuốc hoặc hóa chất giải trí khác quý vị đang dùng.
- Nếu quý vị cảm thấy sợ hãi hoặc lo ngại điều gì, quý vị nên cho bác sĩ biết để giúp bác sĩ chăm sóc cho quý vị.
- Có thể khó nói về những vấn đề riêng tư hoặc tế nhị, nhưng nếu quý vị có thắc mắc hoặc quan ngại, bác sĩ sẽ cố giúp quý vị.

### Về Bác Sĩ Của Quý Vị

Các bác sĩ phương Tây biết rằng cần phải hiểu thêm về bệnh nhân hơn là chỉ cần biết các triệu chứng hoặc quan ngại về thể chất của bệnh nhân. Có thể họ sẽ hỏi quý vị về các quan ngại và triệu chứng thể chất của quý vị, nhưng họ cũng có thể hỏi xem quý vị cảm thấy như thế nào hoặc tâm trạng của quý vị ra sao.

Họ cũng có thể hỏi quý vị vài câu hỏi về gia đình quý vị và họ có thể giúp được như thế nào. Họ cũng còn có thể hỏi về tình trạng tài chánh của quý vị. Không phải là họ tò mò muốn biết chuyện riêng của quý vị. Họ muốn đưa ra các đề nghị chăm sóc cho quý vị hợp lý về mặt y khoa. Họ cũng muốn quý vị có thể theo đúng các đề nghị của họ, và những đề nghị đó có thể thực hiện được về mặt tài chánh lẫn văn hóa.

Quý vị càng cho biết được nhiều chi tiết bao nhiêu thì bác sĩ của quý vị càng hiểu rõ vấn đề hơn bấy nhiêu.

Khi bác sĩ của quý vị đưa ra đề nghị, điều quan trọng là quý vị được giải thích để hiểu rõ bác sĩ muốn quý vị làm gì và tại sao lại đưa ra đề nghị đó. Đôi khi các bác sĩ nghĩ rằng họ đã giải thích, nhưng quý vị có thể không hiểu. Quý vị cứ tự nhiên hỏi lại!

## **Nhờ Bác Sĩ Chỉ Dẫn**

Nhớ nêu thắc mắc và quan ngại của quý vị và chắc chắn là bác sĩ giải thích về cách giải quyết các quan ngại của quý vị.

- Lập lại lời chỉ dẫn cho bác sĩ nghe lại để chắc chắn là quý vị hiểu rõ.
- Nếu quý vị có thể đọc hoặc có người ở nhà quý vị đọc được Anh ngữ, nhờ bác sĩ ghi ra các chỉ dẫn. Khó nhớ được đủ tất cả những gì bác sĩ dặn trong lần khám.

## **Biết Đúng Số Điện Thoại**

Khi quý vị xin hẹn hoặc lúc ghi danh, hãy hỏi:

- Vào ban ngày, tôi gọi số điện thoại nào nếu tôi có vấn đề hoặc thắc mắc gì cần được giúp?
- Nếu phòng mạch đóng cửa, tôi gọi số điện thoại nào?

**Các Số Điện Thoại:**

**Ban Ngày:**

---

---

**Khi Đóng Cửa:**

---

---

**Nơi Phục Vụ:**

---

---

**Giờ Y Viện:**

---

---

## Thắc Mắc ?

Hãy gọi số

206-598-5500

Các thắc mắc của quý vị rất quan trọng. Hãy gọi cho bác sĩ hoặc nơi chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có thắc mắc hoặc quan ngại. Nhân viên Y Viện UWMC cũng sẵn sàng trợ giúp bất cứ lúc nào.

Trung Tâm Chăm  
Sóc Sức Khỏe  
Phụ Nữ:

206-598-5500

---

---

---

---

## Ghi Chú

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
**MEDICAL CENTER**  
UW Medicine

**Women's Health Care Center**

Box 354765  
1959 NE Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-4141

120407  
© University of Washington Medical Center  
Your Clinic Visit  
UW National Center of Excellence in Women's Health  
Vietnamese  
01/2001



# **Your Clinic Visit**

*For immigrant women and others new to the U.S. medical system*

**Learning about health care and seeing a doctor in a new country can be difficult. Even if you can speak English well or have an interpreter it might be hard. You and your doctor may have different words or ideas about health and illness. The steps you need to take to see the doctor may be different than in your native country. These tips may help you with your visit.**

## **Before Your Visit**

### *Ask them:*

- What bus is near the office?
- At what bus stop do I get off the bus?
- When should I come?
- What should I bring?
- Where to park, if you are driving or someone will drive you to your visit.

### *Tell them:*

- If you are bringing a friend or family member with you.
- You will need an interpreter and to please make the arrangements.

## **Get Ready for Your Visit**

Make a list of your questions or concerns.

- Think about what you have already done to try to feel better. Make notes about this too, and take them with you to your visit.
- Plan to bring a friend or family member if they can help you explain.

## **At Your Visit**

- Arrive early. If you come late your visit may be very short.
- Tell your story to your provider. Be honest and use the list you brought.
- Tell your provider all the medicines and herbs you use for your health.
- Tell your provider about any use of food supplements, special foods, tobacco, alcohol or other drugs or substances.
- If you have fears and worries, it will help your provider care for you if you can share them.
- Talking about private or sensitive topics can be hard, but if you have questions or concerns, she or he will try to help you.

## **About Your Provider**

Western providers learn that it is important to understand more about the patient than just their physical symptoms or concerns. They will probably ask you about your physical concerns and symptoms, but they may also ask you about how you feel and your mood.

They may also ask you some questions about your family and possible help they may provide. They may even ask you about your finances. They do not do this to pry. They want to make suggestions for your care that makes sense medically. They also want the suggestions they make to be ones you could follow, and that are possible financially and culturally.

The more information you can share, the better prepared your provider will be.

When your provider makes suggestions, it is important that you feel these are explained so you can understand what she or he wants you to do and why the suggestion is made. Sometimes providers think they have explained, but you may not understand. Go ahead and ask questions!

## Get Instructions from Your Provider

Make certain that your questions and concerns are mentioned and that your provider explains how she or he will approach your concerns.

- Repeat instructions back to your provider to be certain you understand.
- If you can read or someone in your home reads English, have your provider write instructions. It is hard to remember everything from a visit.

## Know the Right Phone Number

When you schedule your visit or at registration, ask:

- During the day, what phone number do I call if I have a problem or a question?
- If the office is closed, what phone number do I call?

**Phone Numbers:**

**Daytime:**

---

---

**When Closed:**

---

---

**Provider:**

---

---

**Clinic Hours:**

---

---

## Questions?

Call 206-598-5500

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC Clinic staff are also available to help at any time.

Women's Health Care Center:  
206-598-5500

---

---

---

---

## Notes

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
**MEDICAL CENTER**  
UW Medicine

**Women's Health Care Center**  
Box 354765  
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-5500