

Công Cụ Hội Thoại Bác Sĩ Bệnh Nhân



AMERICAN COLLEGE
OF RHEUMATOLOGY
EDUCATION • TREATMENT • RESEARCH



Danh Sách Kiểm Triệu Chứng Lupus

Danh sách kiểm này được thiết kế để giúp quý vị cung cấp cho chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc bác sĩ của quý vị một bản mô tả toàn diện về những điều đã xảy ra của quý vị. Khi trao đổi với nhà cung cấp của quý vị, thông tin này sẽ giúp đưa ra một hình dung rõ hơn về các triệu chứng của quý vị để chẩn đoán và điều trị. Vui lòng điền vào **danh sách kiểm triệu chứng lupus** này và mang theo vào lần hẹn kế tiếp của quý vị.

Danh Sách Kiểm Triệu Chứng Lupus					
Triệu chứng	✓	Ở đâu?	Lần đầu tiên quý vị chú ý là khi nào?	Mức độ thường xuyên ra sao?	Những ngày gần đây?
<i>Ví dụ:</i> Ban đỏ	✓	Mặt và ngực	2 năm trước	Một hoặc hai lần/tháng	9/17, 10/8, 10/23, 11/15
Vô cùng mệt mỏi					
Đau hoặc sưng khớp					
Yếu hoặc đau cơ					
Sốt không rõ nguyên nhân					
Đau ngực khi thở sâu					
Trầm cảm, co giật hoặc đau đầu					
Rụng tóc bất thường					
Ngón tay hoặc ngón chân nhợt nhạt hoặc tím tái					
Ban đỏ hoặc thay đổi màu sắc					
Nhạy cảm với ánh sáng mặt trời					
Khác:					

Bây giờ quý vị đã biết những dấu hiệu của bệnh lupus, hãy hành động

Điều quan trọng quý vị cần biết rằng lupus là bệnh có thể kiểm soát được. Với việc chẩn đoán và điều trị phù hợp, hiện nay đã có thể kiểm soát tốt hơn đối với bệnh này so với những năm vừa qua. Người bị lupus có cơ hội sống tích cực và hữu ích cho đời. Nếu quý vị nghi ngờ có thể có hoặc có nguy cơ bị bệnh lupus, hãy đến gặp bác sĩ. Đó là cách duy nhất để giúp kiểm soát bệnh. *Hãy tham khảo những lời khuyên quan trọng sau đây khi nói chuyện với bác sĩ của quý vị.*

Nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của quý vị

Việc chẩn đoán bệnh lupus có thể khó khăn. Các bác sĩ và những chuyên gia chăm sóc sức khỏe khác có thể mất thời gian để ghép nối những triệu chứng lại với nhau nhằm chẩn đoán căn bệnh phức tạp này. Chẩn đoán chính xác bệnh lupus cần có sự trao đổi hiệu quả giữa quý vị và chuyên gia chăm sóc sức khỏe của mình.

Chẩn đoán được thực hiện như thế nào

Nếu đang có những triệu chứng và dấu hiệu phổ biến về bệnh lupus, điều quan trọng là quý vị phải **hành động**. Chỉ có chuyên gia y tế mới có thể chẩn đoán được bệnh lupus.

- Trước tiên, việc nói cho chuyên gia y tế về những triệu chứng và các vấn đề khác của quý vị có thể giúp chuyên gia hiểu được quý vị đang gặp phải điều gì. Tiền sử của quý vị cung cấp những manh mối về căn bệnh của quý vị, ví dụ nếu mọi người trong gia đình của quý vị đều bị bệnh lupus. Hãy chia sẻ danh sách kiểm lupus mà quý vị đã hoàn thành với chuyên gia y tế của mình.
 - Quý vị sẽ được kiểm tra các nốt ban và các dấu hiệu khác để xem có điều gì bất thường không.
 - Các xét nghiệm trong phòng thí nghiệm, ví dụ như xét nghiệm máu và nước tiểu, có thể được tiến hành để xem hệ miễn dịch của quý vị đang hoạt động như thế nào.¹
-

Hỏi chuyên gia chăm sóc sức khỏe của quý vị điều gì

Đừng sợ đặt câu hỏi, dù nhạy cảm như thế nào. Dưới đây là một số câu hỏi mà quý vị có thể cân nhắc:

- **Chẩn đoán và điều trị**
 - Tình trạng của tôi có thể liên quan đến bất kỳ điều gì khác không, như thuốc hay dị ứng?
 - Có cách nào để chúng tôi có thể biết bệnh lupus của tôi sẽ diễn tiến nghiêm trọng như thế nào không?
 - Có chuyên gia chăm sóc sức khỏe hay y tế nào khác mà tôi nên đến khám không?
- **Các hoạt động/điều trị khác**
 - Bên cạnh các loại thuốc mà ông/bà đã kê cho tôi, tôi có cần dùng loại vitamin hay thuốc bổ nào không?
 - Có hoạt động thêm nào, như tập thể dục hay yoga tôi nên tham gia mà có thể giúp cho tình trạng của tôi không?
 - Tiêm vắc-xin có ảnh hưởng gì không?
- **Những lưu ý về lối sống**
 - Tôi nói với gia đình mình như thế nào về tình trạng của tôi?
 - Tôi có cần bỏ việc không?
 - Tôi có nên hạn chế đi lại?
 - Tôi nghe nói rằng các công ty dược thường tiến hành thử nghiệm lâm sàng với các loại thuốc mới. Đó có phải là lựa chọn tốt cho tôi?
 - Tôi phải làm gì nếu muốn có con?

Tham khảo: Trang web của Viện Quốc Gia Về Các Bệnh Cơ Xương Khớp Và Da (National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases). Sống Chung Với Bệnh Lupus: Thông Tin Cơ Bản Về Sức Khỏe Cho Quý Vị và Gia Đình. http://www.niams.nih.gov/health_info/lupus/living_with_lupus.asp. Được truy cập ngày 27 tháng 8 năm 2015. Dự án này đã được hỗ trợ bởi Grant Number 6 MPCMP081013-05-01 từ Văn phòng Y tế Người thiểu số thuộc thuộc Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ (HHS, OMH) hợp tác với các Văn phòng Sức khỏe Phụ nữ (OWH) và Văn phòng Hiệp hội Phẫu thuật Hoa Kỳ (OSG). Các nội dung của dự án này hoàn toàn thuộc trách nhiệm của các tác giả và không nhất thiết thể hiện quan điểm chính thức của HHS, OMH.

www.thelupusinitiative.org