

醫生訪視

照護不僅涉及重大危機，還包括日常活動，比如去看醫生。

作為照護者，您是有影響力的。只要您在場，就可影響所說的內容、對誰說、以及此資訊被理解得如何。當您的家庭成員感到焦慮或困惑的時候，您也可以傾聽、提問、並提供支持。此指南是關於在您的家庭成員訪視醫生時如何進行幫助。

參與多少



在您家庭成員的醫生訪視期間，您應該多麼主動或多麼安靜？這裡是關於兩個家庭照護者的故事：

HIPAA（健康保險流通與責任法案）是一部保護患者隱私的聯邦法律，同時允許與家庭成員和其他人的交流參與到患者的護理中。除非您的家庭成員反對，您有權在您家庭成員的醫生訪視期間在場，並被告知他或她的診斷、治療以及後續護理。有關詳情，見HIPAA為家庭照護者提供的 Next Step in Care 指南：

http://nextstepincare.org/uploads/File/Guides/HIPAA/HIPAA_Chinese.pdf

邁克爾每個月和他的母親弗娜一起去看醫生。這些訪視是為了解檢查她的糖尿病和高血壓狀況如何。邁克爾通常並不害羞。但在這些醫生訪視期間，他往往非常安靜、總是往地上看、並且似乎沒有在聽。因此，他有時會錯過關於她藥物的重要資訊，不預約她所需的所有測試。邁克爾想同醫生談論有關弗娜記憶力的問題，但他不願意在他母親面前這樣做。

凱特前去她丈夫戴夫的所有醫生訪視。她帶著從因特網上打印下來的內容和一個長長的問題清單。凱特掌管談話、就戴夫的帕金森氏病同醫生交談、他的症狀、以及他對新藥物的反應。戴夫講話有困難，並對自己的顫抖感到難為情。儘管他願意參與，但他和凱特在醫生面前時他並不太努力發言。

想一想您自己最近在醫生訪視期間的經歷。

如果不出面講話，您像邁克爾一樣錯過了做出貢獻的機會了嗎？或者，如果帶頭講話，您像凱特一樣限制了您家庭成員的參與了嗎？

在醫生訪視之前

試圖將醫生訪視預約在您和您的家庭成員精力最充足、思想不會不集中的時間。就算您不用擔心到托兒所接孩子或完成一個工作中的項目，醫生訪視也已經夠讓人緊張了。在一天中的什麼時間可能是很重要的；您的家庭成員可能在早上、一天的活動之前能更好地參與醫生訪視，或者下午更好，因為睡到較晚。

收集與其他醫生進行訪視時得到的資訊。帶上這些資訊，以及您想同醫生討論的問題和話題的清單。

瞭解您家庭成員正在服用的藥物。這包括所有處方藥以及草藥、藥膏、補充劑和其他非處方藥。您可以將這些藥物列單或者將之放在您攜帶的包中。這裡是一份您可以使用來幫助您對藥物進行管理的表格：

http://nextstepincare.org/uploads/File/Guides/Medication/Medication_Management_Form/Medication_Management_Form_Chinese.pdf.

同您的家庭成員就你們在這次醫生訪視期間想要完成什麼任務進行交談。比如：

- ▶ 您家庭成員的最主要顧慮是什麼？是身體症狀，如疼痛或氣促嗎？還是感覺，比如感到悲傷和憂慮呢？
- ▶ 您的最主要顧慮是什麼？和您家庭成員的一樣嗎？如果您和您的家庭成員有著共同的顧慮，那麼您知道在訪視期間將專注於什麼。但是如果您的家庭成員有著非常不同的顧慮，嘗試在一個或兩個你們每人都將同醫生討論的問題上達成一致。
- ▶ 想出辦法如何同醫生談論敏感問題。這些可能包括一種讓人感到尷尬的症狀（如失禁）或令人擔憂的症狀（如記憶力減退或對駕駛的顧慮）。你們每個人都可能需要一些時間單獨同醫生交談。

談論在醫生訪視期間您可以如何進行幫助。這裡是一些可選項：

- ▶ 您的家庭成員在醫生對他或她進行檢查的時候，可以要您在等候室等待。
- ▶ 您的家庭成員可以要您走進醫生的檢查室。

- ▶ 在談話時間，您的家庭成員可以更希望您保持安靜。這種情況下，您的幫助僅僅是做筆記或確保您記下了正確的資訊，比如有關一種新的藥物。
- ▶ 您可以有一份顧慮問題的清單，並且您是確保那些問題都被討論到的人。這樣可能激勵您的家庭成員。
- ▶ 您可以帶頭提問和提供資訊。對一些家庭成員來說，這是一種解脫，並且不會感覺您管得太多。
- ▶ 如果您的家庭成員有晚期癡呆症或因其他原因而無法交流，那麼您將需要起到更積極的作用。

在醫生訪視期間



您可能想和醫生單獨說話，或者在訪視之前，或者在訪視之後。許多醫生可以進行預定的電話互通。為了使這一電話互通最為有效，準備好清單列出您的顧慮。在可能的情況下，將清單中的項目限制為您不希望在您家庭成員面前討論的問題。

在訪視一開始的時候就告訴醫生您和您的家庭成員共有的顧慮和問題。事先決定你們中的哪一個將把這些告訴醫生。

注意您家庭成員的口頭或非語言的暗示。比如，您的家庭成員可能會給出錯誤的或不真實的回答。這可能是因為她記不起某些事實或者不想使醫生感到不安。您的家庭成員還可能皺眉、移開目光、或者給出其他非語言的暗示來表達憤怒和沮喪。

當您覺得需要時，說出來。可能醫生似乎在你們有足夠資訊之前就催促您的家庭成員做出治療的選擇。或者可能醫生沒有對您家庭成員的問題給出完整充足的回答。或許您的家庭成員在其他醫生處得到了相矛盾的醫囑。在這些嚴重的情況下，您的作用可能會從安靜地支持，變為做一個更加積極的倡導者。

醫生可能習慣於您或者為您的家庭成員發言，或者不說什麼。**但是您家庭成員的狀況可能意味著您需要將醫生引導至一種新的交流方式，可通過言語或行動。**比如，如果您在訪視期間一直很安靜但您的家庭成員現在有交流方面的困難，您可能需要開始問更多的問題以確保您理解醫生的指示和解釋。或者如果您的家庭成員在醫生問您一個問題的時候想要說話，轉向您的家庭成員並建議她或他來回答。

也要為自己說話。您在照護工作時的作用是非常重要的。確保您理解如何進行新的任務，比如處理傷口或幫助您的家庭成員使用新的助行器或拐杖。除了聽取該做什麼之外，您可能想先觀看別人是怎麼進行此程序的，然後自己嘗試。如有需要，您可預約進行更多的培訓。

醫生訪視之後

在每一次訪視醫生之後，和您的家庭成員一起回顧訪視的過程可能是有幫助的。這裡是一些你們可以討論的問題：

- ▶ 這次訪視是一次良好的經歷嗎？我可以做什麼使之更好？您認為您應該有什麼和原來做得不一樣？
- ▶ 您覺得您有足夠的時間問醫生您所有的問題嗎？
- ▶ 您認為我問了太多問題嗎？那樣做會讓您覺得我不信任醫生嗎？或者那樣做我沒有讓您為自己說話呢？
- ▶ 您希望有一段時間和醫生單獨在一起嗎？下一次訪視時，我可以事先打電話要求確保那樣做。我不會不高興的。
- ▶ 如果我要求和醫生單獨見面，行嗎？我不是想對您隱瞞任何東西，但有的時候有些事情讓我擔心，我想和醫生討論一下。

當您和您的家庭成員不能達成同意時

可能會有您和您的家庭成員有分歧的時候。這可能是關於醫生訪視本身，或是在有壓力情況下產生的其他緊張情形。當您和您的家庭成員不能達成同意的時候，考慮其他可能性：

- ▶ 是否有另一個家庭成員或朋友可以同您的家庭成員一起去看醫生，然後可靠地將結果報告給您？
- ▶ 同醫生或護士進行一次預定的電話互通能否使你們得到所需的資訊？這樣可能會使你們把注意力集中在這次訪視的目的上，而不是在你們的分歧上。
- ▶ 如果您和您的家庭成員在醫療護理上有分歧，請求醫生的幫助。可能醫生的工作人員中有人可以幫助您和您的家庭成員達成一致意見。醫生可能可以把你們轉介給顧問或社區機構，來幫助解決你們關係中的長期問題。

結語

記得關於邁克爾和凱特的故事嗎？他們就在醫生訪視期間如何交流做到了調整。

邁克爾同一名社工討論了弗娜的記憶力問題。

那位社工鼓勵邁克爾直接同他的母親討論，並獲取同意在下次醫生訪視的時候談論這一問題。那位社工還幫助邁克爾找出了他為什麼這麼害羞的一個原因，是因為在醫生為他母親做檢查的時候，他在房間里覺得很尷尬。從那時起，邁克爾在檢查期間在等候室內等待。當檢查結束時，他再同他母親和醫生碰面做積極的討論。

至於**凱特**，醫生讓她帶頭，將他的問題放慢以讓戴夫有時間回答。凱特止住她的提問，直到戴夫有機會為自己說話之後。他們兩個都對這些變化感到滿意，覺得在他的護理上他們成為了更好的夥伴。

可能需要花點時間才能使您、您的家庭成員和醫生習慣於這種新的交流方式。但能實現這種開放而有用的交談，這是值得努力的。

致謝。珍妮弗·沃爾夫博士，約翰·霍普金斯大學、彭博公共衛生學院、衛生政策與管理學系副教授，對本指南的開發做出了顯著的貢獻。
(Jennifer Wolff, Ph.D., Associate Professor of Health Policy and Management, Bloomberg School of Public Health, Johns Hopkins University)