

Tìm một bác sĩ chuyên khoa



Trao đổi với một bác sĩ chuyên khoa có thể hữu ích khi quý vị hoặc người thân của quý vị bị ung thư. Bác sĩ chuyên khoa, còn gọi là cố vấn, có thể giúp quý vị ứng phó với những cảm xúc cũng như các thách thức khác.

Nói chuyện với ai đó từng mắc bệnh ung thư cũng có thể hữu ích. Chúng tôi có các mẹo tìm một người đã điều trị ổn định bệnh ung thư để trò chuyện ở phần cuối tài liệu này.

Các cách để tìm một bác sĩ chuyên khoa



Hỏi công ty bảo hiểm của quý vị

Công ty bảo hiểm y tế của quý vị có một danh sách các bác sĩ chuyên khoa. Công ty bảo hiểm thanh toán một phần hoặc toàn bộ chi phí trị liệu, tùy vào chương trình bảo hiểm của quý vị. Quý vị có thể:

- Kiểm tra trang web của công ty bảo hiểm để tìm các bác sĩ chuyên khoa ở gần nhà quý vị. Liên hệ với phòng mạch của bác sĩ chuyên khoa đó xem họ có nhận bệnh nhân mới không.
- Gọi cho công ty bảo hiểm nhờ giúp đỡ tìm một bác sĩ chuyên khoa gần nhà quý vị. Quý vị có thể hỏi công ty xem họ sẽ chi trả bao nhiêu cho chi phí của bác sĩ chuyên khoa. Quý vị vẫn có thể cần liên hệ với bác sĩ chuyên khoa để xem họ có tiếp nhận bệnh nhân mới không.

Hỏi tại nơi làm việc

Phúc lợi tại nơi làm việc của quý vị có thể bao gồm chương trình hỗ trợ nhân viên, gọi tắt là EAP. Chương trình này có thể bao gồm một số cuộc hẹn trị liệu miễn phí, còn gọi là các buổi trị liệu.

Hỏi phòng nhân sự xem quý vị có EAP không, dịch vụ trị liệu có được bao gồm không và định mức được cung cấp miễn phí là bao nhiêu.

Hỏi bác sĩ của quý vị

Hỏi bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thường xuyên của quý vị về một bác sĩ chuyên khoa. Quý vị có thể cần phải liên hệ với bác sĩ chuyên khoa để xem họ có tiếp nhận bệnh nhân mới và có chấp nhận bảo hiểm của quý vị không. Hoặc phòng mạch bác sĩ của quý vị có thể hỏi bác sĩ chuyên khoa cho quý vị.

Hỏi gia đình và bạn bè

Bạn bè hoặc thành viên gia đình có thể biết một bác sĩ chuyên khoa mà họ thích. Quý vị có thể hỏi họ, nếu quý vị cảm thấy thoải mái khi làm vậy. Quý vị có thể đề nghị bạn bè hoặc thành viên gia đình giúp tìm một bác sĩ chuyên khoa.

Tìm kiếm trực tuyến

Nhiều trang web khác nhau có danh sách các bác sĩ chuyên khoa. Một số trang web hữu ích nhất bao gồm:

- **Psychology Today:** psychologytoday.com
Nhấn vào “Find a Therapist” (tìm bác sĩ chuyên khoa) và nhập mã ZIP của quý vị. Quý vị có thể tìm kiếm theo loại bảo hiểm, chuyên ngành của bác sĩ chuyên khoa và các thông tin khác. Trang web này có một mô tả ngắn gọn cho mỗi bác sĩ chuyên khoa. Trang web này cũng có thể có liên kết tới trang web của họ.
- **Good Therapy:** goodtherapy.org
Nhập mã ZIP của quý vị để tìm một bác sĩ chuyên khoa. Quý vị có thể tìm kiếm theo một số cách khác nhau.
- **Better Help:** betterhelp.com
Trang web này giúp quý vị tìm một bác sĩ chuyên khoa để trao đổi trực tuyến. Quý vị trả lời một số câu hỏi và trang web kết nối quý vị với một bác sĩ chuyên khoa. Quý vị sẽ không cần phải đến phòng mạch của họ. Điều này có thể hữu ích nếu quý vị cảm thấy không khỏe do bệnh ung thư hoặc điều trị. Quý vị sẽ cần có điện thoại hoặc máy tính có camera. Quý vị cũng sẽ cần có kết nối internet tốt cho các buổi trị liệu của mình.

Hãy kiên nhẫn và tìm đúng người



Có thể mất chút thời gian và nỗ lực để tìm được bác sĩ chuyên khoa phù hợp. Hãy kiên nhẫn và tiếp tục tìm kiếm cho đến khi quý vị tìm được người mà quý vị cảm thấy thoải mái khi làm việc với họ. Họ cũng nên hiểu nhu cầu của quý vị. Điều này có thể nghĩa là tìm một bác sĩ chuyên khoa đã từng giúp những người khác cũng mắc ung thư.

Quý vị có thể yêu cầu được đưa vào danh sách chờ của bác sĩ chuyên khoa đó nếu họ không tiếp nhận bệnh nhân mới.

Nhận trợ giúp khi đang tìm kiếm một bác sĩ chuyên khoa

Quý vị có thể cần trò chuyện với ai khác trước khi tìm được một bác sĩ chuyên khoa. Quý vị có thể gọi cho một trong các đường dây trợ giúp miễn phí bên dưới.

Cancer Support Community (Cộng đồng hỗ trợ người mắc ung thư)

Đường dây trợ giúp về ung thư miễn cước: 1-888-793-9355

cancersupportcommunity.org

Cancer Lifeline

Điện thoại: 800-255-5505 hoặc 206-297-2500

cancerlifeline.org

Trò chuyện với người đã từng mắc ung thư



Trò chuyện với người đã từng mắc ung thư, đặc biệt là cũng mắc loại ung thư giống quý vị, có thể hữu ích. Dưới đây là một số nơi có thể tìm được loại trợ giúp này.

Imerman's Angels: imermanangels.org

4th Angel: 4thangel.ccf.org



Nhận trợ giúp khi gặp tình huống khẩn cấp

Hãy gọi số 911 nếu quý vị hoặc người thân của quý vị cần trợ giúp ngay. Ví dụ, nếu quý vị hoặc người khác đang có ý định làm mình bị thương, hãy gọi số 911 hoặc tới phòng cấp cứu gần nhất.

Quý vị cũng có thể gọi tới Lines for Life theo số máy 800-273-8255.



Quý vị có thắc mắc? (không khẩn cấp)

Hãy hỏi nhóm chăm sóc ung thư của quý vị nếu quý vị có thắc mắc về thông tin ở trên hoặc về việc tìm một bác sĩ chuyên khoa. Chúng tôi luôn sẵn sàng giúp đỡ quý vị.