



ជំហានទី៤៖ ជួយគាំទ្រ



ការជួយគាំទ្រអ្នកជំងឺជាលក្ខណៈបុគ្គលអាចជាវិធីមួយក្នុងការចាប់ផ្តើមលើកកម្ពស់សុខភាពសហគមន៍។ ប៉ុន្តែជួនកាល នៅមិនទាន់មានបណ្តាញគាំទ្រខ្លាំងគ្រប់គ្រាន់នៅឡើយ ហើយអ្នកជំងឺក៏វិលធ្លាក់មកក្នុងស្ថានភាព មិនល្អដដែល។ តែអ្នកអាចជួយគាំទ្រដើម្បីពង្រឹងបណ្តាញសហគមន៍ដើម្បីគេអាចផ្តល់ជំនួយបន្ថែមដល់ប្រជាជនក្នុងសហគមន៍។

ដើម្បីសម្រេចគោលដៅនេះ ត្រូវទាមទារឲ្យមានការចូលរួមពីថ្នាក់ដឹកនាំសហគមន៍ មន្ត្រីរដ្ឋាភិបាល និងថ្នាក់ដឹកនាំសាសនា ម្ចាស់គ្រឹះស្ថានឯកជននិងអង្គការមនុស្សធម៌ផ្សេងៗ។ សូមជួយស្វែងរកជនបង្គោលនៅក្នុងសហគមន៍ដែលអាចជួយអ្នកក្នុងការលើកកម្ពស់បរិដ្ឋានសហគមន៍កាន់តែល្អសម្រាប់អ្នកជំងឺរបស់អ្នក។

វិធីដែលអ្នកអាចជំរុញឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ៖

- ➔ ចូលរួមក្នុងការអភិវឌ្ឍសហគមន៍មូលដ្ឋាន
- ➔ ធ្វើទំនាក់ទំនងជាមួយថ្នាក់ដឹកនាំសហគមន៍ប្រជាជនដែលមានឥទ្ធិពល
- ➔ លើកកម្ពស់ការយល់ដឹងអំពីលក្ខណៈសង្គមដែលជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់អ្នកជំងឺ
- ➔ ធ្វើការជាដៃគូជាមួយក្រុមគម្រិតស្និទ្ធស្នាលក្រុមគាំទ្រសហគមន៍
- ➔ ចូលរួមក្នុងគណៈកម្មការអន្តរវិស័យដើម្បីរកដំណោះស្រាយ បញ្ហាសហគមន៍
- ➔ លើកឡើងនូវករណីសិក្សានិងករណីជោគជ័យមួយចំនួនដើម្បីជំរុញទឹកចិត្តឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ
- ➔ ចូលរួមក្នុងចលនាសង្គមទូលំទូលាយមួយដើម្បីធ្វើឲ្យបរិដ្ឋានកាន់តែប្រសើរដល់សុខភាព



លើកទឹកចិត្តបុគ្គលិកសុខាភិបាលក្នុងការគាំទ្រដល់អ្នកជំងឺ និងសហគមន៍ ជាពិសេសនៅក្នុងប្រទេសដែលមានប្រាក់ចំនូលទាបនិងមធ្យម

គម្រោងនេះទទួលបានការគាំទ្រមូលនិធិពីដៃគូ៖ Grand Challenge Canada, Canada Institutes for Health Research, Fonds de recherche du Quebec – Sante, Federation des medecines specifications du Quebec, St Mary's Research Centre, McGill University

THE CLEAR TOOLKIT

ឯកសារមគ្គុទ្ទេសន៍ CLEAR

បណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិកសុខាភិបាលជំរុញក្នុងការសាកសួរនិងជួយដោះស្រាយបញ្ហាសង្គមជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់សុខភាព

គោលបំណងនៃឯកសារនេះគឺដើម្បីជំរុញនិងអប់រំបុគ្គលិកសុខាភិបាលឲ្យជួយដោះស្រាយបញ្ហាសុខភាពដែលបណ្តាលពីកត្តាសង្គម។ ពេលអ្នកផ្តល់សេវាសុខាភិបាលដល់ប្រជាជន អ្នកច្រើនតែឃើញបញ្ហាសុខភាពដដែលៗកើតឡើងម្តងហើយម្តងទៀតនៅក្នុងសហគមន៍។ ជាជាងផ្តល់ដំណោះស្រាយបណ្តោះអាសន្ន តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីបង្ការកុំឲ្យបញ្ហានេះកើតមានឡើងតែម្តង? បញ្ហាសុខភាពជាច្រើនមានមូលហេតុពាក់ព័ន្ធនឹងសភាពរស់នៅនិងកាលៈទេសៈនៅតាមគេហដ្ឋាន រួមទាំងបញ្ហាក្រុមខ្វះខាតអាហារ ភាពឯកា អំពើហិង្សាបំពាន និងការរើសអើងផ្សេងៗ។

ដោយប្រើជំហានទាំង៤ក្នុងឯកសារមគ្គុទ្ទេសន៍នេះ អ្នកនឹងអាចកំណត់ឃើញនូវមូលហេតុបុគ្គលិកដែលនាំឲ្យមានបញ្ហាសុខភាព។ អ្នកនឹងសហការរបស់អ្នកអាចចូលរួមលើក សួយស្ថានភាពសុខភាពក្នុងសហគមន៍ដោយសាកសួរនិងធ្វើស្នើសុំភាពដោះស្រាយមូលហេតុបុគ្គលិកនាំឲ្យមានបញ្ហាសុខភាព។

- 1 ព្យាបាល
- 2 សាកសួរ
- 3 បញ្ជូន
- 4 ជួយគាំទ្រ



ជំហានទី១៖ ព្យាបាល

ជាការពិតណាស់ តួនាទីរបស់អ្នកគឺថែទាំព្យាបាលអ្នកជំងឺ។ តែនៅពេលអ្នកកំពុងផ្តល់ការព្យាបាលអ្នកអាចសាកសួរសំនួរមួយចំនួន។ តាមរយៈការសាកសួរនេះ អ្នកនិងសហការីនឹងបានយល់ដឹងកាន់តែច្រើនអំពីមូលហេតុដែលនាំឲ្យមានបញ្ហាសុខភាពដដែលៗ និងអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើដើម្បីបង្ការបញ្ហានោះកុំឲ្យកើតឡើងម្តងទៀត។ នៅពេលអ្នកបានសាកសួរហើយអ្នកអាចបញ្ជូនអ្នកជំងឺទៅកន្លែងឬសេវានៅក្នុងសហគមន៍ដើម្បីអ្នកជំងឺអាចទទួលបានជំនួយដែលគេត្រូវការ។

អ្នកអាចគិតថាមូលហេតុនៃបញ្ហាសុខភាពមួយចំនួនជាបញ្ហាធំធេងនិងពិបាកដោះស្រាយ តែអ្នកមិនមែនដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនោះតែម្នាក់ឯងទេ។ ដោយប្រើឯកសារនេះអ្នកអាចផ្សារភ្ជាប់ អ្នកជំងឺទៅនឹងសេវាដទៃទៀតដើម្បីទទួលបានការគាំទ្របន្ថែម។

សូមចងចាំថា៖

- ស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់
- បង្ហាញការគោរពនិងអាណិតអាសូរ
- បង្ហាញការយោគយល់និងគាំទ្រ
- ពង្រឹងទំនុកចិត្តនិងភាពស្ងប់អារម្មណ៍
- បង្ហាញការគិតវែងឆ្ងាយអំពីបរិបទនៃបញ្ហា
- បង្ហាញការគិតគូរទូលំទូលាយនិងទទួលជួបអ្នកជំងឺ
- បង្ហាញការយល់ដឹងអំពីវប្បធម៌ខុសគ្នា
- បង្ហាញភាពអត់ធ្មត់ចំពោះអ្វីដែលអ្នកឮ





ជំហានទី២ ៖ សាកសួរ

ដោយប្រើសំនួរត្រឹមត្រូវក្នុងរបៀបមួយដែលសមស្របនឹងអាចជួយអ្នកកំណត់ឲ្យឃើញនូវមូលហេតុឬសគល់នៃបញ្ហា ហើយអ្នកអាចបញ្ជូន អ្នកជំងឺទៅសេវាដែលសមស្រប។ សូមចងចាំថាអ្នកជំងឺជាច្រើនអាច មានអារម្មណ៍ភ័យខ្លាចតក់ស្លុតខ្លាំងដោយសារស្ថានភាពរបស់គេ ដែលគេមិនដឹងថាត្រូវចាប់ផ្តើមទៅរកជំនួយពីទីណាទេ។ ពេលអ្នកសាកសួរ សូមសួរដោយមានលក្ខណៈគោរពនិងរួសរាយ នោះអ្នកនឹងអាចទទួលបានចម្លើយច្បាស់លាស់។ សូមសួរសំនួរនៅកន្លែងដែលមានលក្ខណៈលាក់ការល្អ ។ ធ្វើដូច្នោះអ្នកជំងឺទំនងជានឹងឆ្លើយដោយត្រង់។



សំនួរជាឧទាហរណ៍ ៖

តើសមាជិកគ្រួសារមានការងារនឹងនដោយមានសុវត្ថិភាពក្នុងការងារ?

តើអ្នកណាមើលថែទាំកូនរបស់អ្នកពេលសមាជិកគ្រួសារកំពុងធ្វើការ?

តើកូនដែលដល់អាយុចូលរៀនអាចចូលរៀនបានទៀតទាត់ឬទេ?

តើនៅផ្ទះតែងតែមានអាហារគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់បរិភោគឬទេ?

តើអ្នកនិងសមាជិកគ្រួសារមានទីជម្រកសម្រាកគេងដោយសុវត្ថិភាពនិងស្អាតបាតឬទេ?

តើអ្នកមានសុវត្ថិភាពឬទេនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក?

តើអ្នកបារម្ភអំពីសុវត្ថិភាពរបស់កូនអ្នកឬ?

តើអ្នកមានអារម្មណ៍ថាទទួលបានការរៀបចំសង្កត់ គំរាមកំហែងឬ?

តើអ្នកមានមិត្តភក្តិឬសាច់ញាតិដែលអាចពឹងពាក់បាននៅពេលត្រូវការឬទេ?



ការងារ



ការថែទាំកុមារ



ការអប់រំ



អាហារូបត្ថម្ភ



លំនៅដ្ឋាន



អំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ



ការរំលោភបំពានលើកុមារ



ការរើសអើង

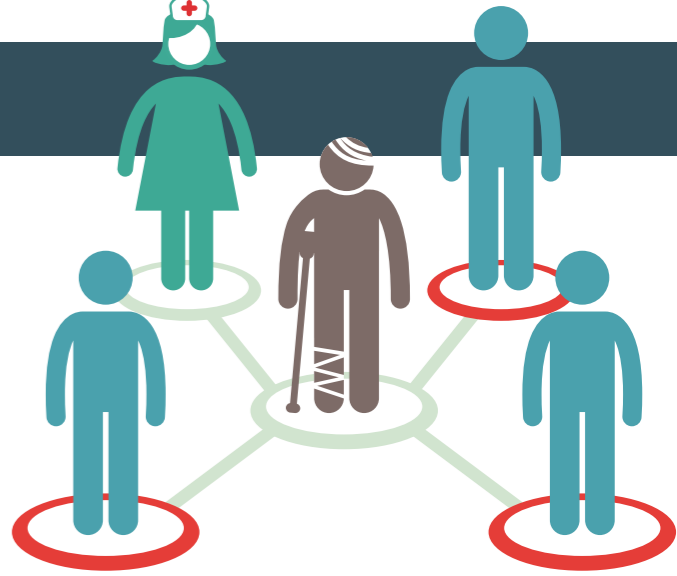


ភាពឯក



ជំហានទី៣ ៖ បញ្ជូន

ក្រោយពីអ្នកបានផ្តល់សេវាព្យាបាលដំបូងហើយ អ្នកបានសាកសួរអំពីកាលៈទេសៈរបស់អ្នកជំងឺហើយ អ្នកនឹងយល់ដឹងអំពីបញ្ហាដែលគេកំពុងប្រឈម។ បញ្ហាទាំងនេះមើលទៅហាក់ដូចជាមិនអាចដោះស្រាយបាន តែអ្នកមិនមែនម្នាក់ឯងទេក្នុងការព្យាយាមដោះស្រាយបញ្ហា។ អ្នកអាចបញ្ជូនអ្នកជំងឺទៅបណ្តាញសេវាឬទីជំនួយដទៃទៀត ដែលអ្នកជំងឺអាចមិនដឹងហើយ ដែលអាចជួយដោះស្រាយបញ្ហា ដែលអ្នកជំងឺកំពុងប្រឈម។



ឧទាហរណ៍នៃសេវាបញ្ជូន ៖



មជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មានអំពីការងារ កម្មវិធីហ្វឹកហាត់ជំនាញ



កន្លែងទទួលថែទាំកុមារតូច កម្មវិធីអភិវឌ្ឍកុមារតូច



ទីភ្នាក់ងារលើកកម្ពស់សិទ្ធិកុមារឬការិយាល័យក្រសួងអប់រំ យុវជន ក្រុមប្រឹក្សាសាលា



ធានាស្បៀង អាហាររដ្ឋានសាធារណៈ ស្ថានបន្ថែមសហគមន៍



ក្រុមលើកកម្ពស់សិទ្ធិលំនៅដ្ឋាន ក្រុមប្រឹក្សាគ្រួសារពិនិត្យការជួលលំនៅដ្ឋាន



ក្រុមគាំទ្រសិទ្ធិស្ត្រី សិទ្ធិលំនៅដ្ឋាន ទូរស័ព្ទសម្រាប់ជនរងគ្រោះអំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ



សេវាការពារយុវជន ប៉ុស្តិ៍នគរបាល បណ្តាញល័យ សាធារណៈ



ក្រុមជំនួយផ្លូវច្បាប់ អង្គការសិទ្ធិមនុស្ស ក្រុមគាំទ្រវប្បធម៌សហគមន៍



ក្រុមគាំទ្រ អង្គការសាសនា ឬបណ្តាញសហគមន៍