

## NGHIÊN CỨU TRƯỜNG HỢP



Ảnh do chị Leanne cung cấp

## Chị Leanne và cha mẹ

Chị Leanne là người chăm sóc toàn thời cho cha mẹ vì họ cần được hỗ trợ nhiều và lâu dài. Mẹ của chị 92 tuổi nay đã bị suy giảm nhiều về nhận thức. Cha của chị 91 tuổi bị mù, cũng bị giảm nhận thức ít nhiều và đi lại khó khăn.

Chị Leanne dành hầu hết thời gian trong ngày để chăm sóc.

‘Cha mẹ tôi cần được chăm sóc cả ngày và đêm. Tôi chuẩn bị bữa ăn, tắm rửa và mặc đồ cho cha mẹ và chắc chắn là họ uống đúng thuốc,’ chị Leanne nói.

‘Tôi mang lại cho cha mẹ mình sự dễ chịu và an toàn, nhất là cho mẹ tôi. Mẹ tôi không biết tiếng Anh nên bà muốn ở nhà. Đây là nơi an toàn cho mẹ tôi, mẹ tôi cứ sợ bị bỏ rơi và bất lực khiến việc chăm sóc trở nên khó khăn hơn.’

Chị Leanne cảm thấy là bệnh tật của mẹ và bà không biết tiếng Anh sẽ khiến bà gặp khó khăn khi sống ở cơ sở chăm sóc cao niên nội trú. Vì thế chị Leanne phải nghỉ việc và trở thành người chăm sóc toàn thời cho cha mẹ mình.

‘Cha tôi bị mù nên ông cảm thấy thoải mái hơn khi ở nhà, vì khi nào ông ở bên ngoài ở những chỗ lạ là ông bị mất phương hướng.’

Chị Leanne là con một nên không có người thân nào khác chia sẻ việc chăm sóc với chị được.

‘Trong văn hóa của tôi, việc hỏi nhờ ai giúp là điều xấu hổ bởi vì ai cũng cho rằng tôi cần phải làm việc chăm sóc cho gia đình mình, nên việc hỏi nhờ ai giúp là đẩy trách nhiệm chăm sóc sang cho người khác,’ chị Leanne nói.

‘Nhưng cuối cùng tôi đã nghe lời khuyên của các bạn tôi nên tôi đã gọi cho Carer Gateway. Đó quả là một sự khám phá.’

Chị Leanne phát hiện ra là chị có thể được hỗ trợ chăm sóc thể và các hỗ trợ và giúp đỡ khác thông qua Carer Gateway.

**‘Tôi nhận ra rằng chẳng có gì phải xấu hổ khi nhờ ai giúp đỡ. Nếu không có sự chăm sóc thể do Carer Gateway cung cấp thì tôi không biết phải nhờ ai giúp được cho cha mẹ tôi.’**

Chị Leanne đồng ý rằng mọi người đôi khi cần có thời gian nghỉ ngơi và sự hỗ trợ từ Carer Gateway nghĩa là chị có thêm thời gian dành cho chồng mình.

**‘Tôi không biết là Carer Gateway tốt đến như thế. Giá mà tôi biết về tổ chức này sớm hơn.’**

Chị Leanne bây giờ đang nghiên cứu trang mạng Carer Gateway để tìm sự hỗ trợ của các nhóm hỗ trợ đồng cảnh vì đây là cách kết nối với những người chăm sóc khác và để tăng sức mạnh cho nhau.

**‘Tôi biết mình không còn cô đơn hay cô lập khi tôi kết bạn với những người đồng cảnh ngộ. Tôi cũng mong chờ có một số khóa học trực tuyến để học cách tự chăm sóc bản thân.’**

‘Carer Gateway thật là một dịch vụ tuyệt vời. Tôi nhất định sẽ giới thiệu dịch vụ này với tất cả những ai sẽ lắng nghe để có nhiều người được hưởng lợi của dịch vụ này.’

## Carer Gateway sẵn sàng giúp quý vị

**Carer Gateway sẵn sàng giúp quý vị. Hãy gọi cho Carer Gateway số 1800 422 737 từ thứ Hai tới thứ Sáu, từ 8 giờ sáng tới 5 giờ chiều, hoặc vào trang [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au) để tìm hiểu hiện có hỗ trợ nào giúp quý vị.**

Nếu nói ngôn ngữ nào ngoài tiếng Anh, quý vị có thể dùng Sở Thông dịch và Phiên dịch (TIS). TIS hoạt động 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, ở bất cứ nơi nào ở Úc với chi phí bằng cuộc gọi địa phương qua số **131 450**. Hỗ trợ được cung cấp thông qua Carer Gateway được điều chỉnh phù hợp với nhu cầu và hoàn cảnh cá nhân của người chăm sóc.



An Australian Government Initiative