



Nhiều thứ có thể ảnh hưởng đến hành trình chăm sóc sức khỏe của bạn -

sắp xếp thời gian cho các cuộc hẹn với bác sĩ; tìm và chuẩn bị thực phẩm bổ dưỡng, giá cả phải chăng; dành thời gian cho các hoạt động chăm sóc sức khỏe như tập thể dục, thực hành chánh niệm và dành thời gian cho bạn bè; ghi nhớ thời điểm hoặc tần suất dùng dược phẩm của bạn - và nhiều hơn nữa.

Việc bạn cảm thấy choáng ngợp cũng không sao. Chúng tôi ở đây để giúp bạn hiểu những gì có thể đang cản trở bạn và hỗ trợ bạn tìm ra giải pháp để bạn có thể tập trung vào việc cải thiện sức khỏe của mình và giữ sức khỏe tốt nhất có thể.

UVM Health Quản lý Chăm sóc

Giờ làm việc:

Thứ Hai – Thứ Sáu
8:00 am – 4:30 pm

Số điện thoại

Số Miễn phí: 833-763-0652

Faksi

802-847-6545

MyChart

Để tìm thông tin sức khỏe, hoặc để truy cập thuận tiện và an toàn vào hồ sơ y tế của bạn thông qua MyChart Trực tuyến, vui lòng truy cập UVMHealth.org/MyChart hoặc gọi cho chúng tôi theo số **844-886-4325**.



UVMHealth.org

Healthier Communities.
Healthiest Lives.
Together.

Quản lý Chăm sóc

Care Management
VIETNAMESE



Quản lý sức khỏe của bạn và biết tìm đến đúng nơi để nhận hỗ trợ là một việc khó khăn. Đó là lúc mà nhóm Quản lý chăm sóc của chúng tôi có thể trợ giúp.

 **University of
Vermont Health**

“Việc có một người khác luôn sẵn sàng hỗ trợ, cổ vũ, tư vấn cho tôi và chỉ cần là một người có thể thấu hiểu quá trình mà tôi phải trải qua đã thực sự tạo nên một sự khác biệt lớn. Tôi rất khuyến khích mọi người sử dụng chương trình này...”

— Trích dẫn từ người tham gia chương trình Quản lý Chăm sóc

Tôi có thể nhận hỗ trợ từ nhóm Quản lý Chăm sóc như thế nào?

Điều quan trọng là phải cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn biết về các vấn đề đang ảnh hưởng đến sức khỏe và hạnh phúc của bạn hoặc nếu bạn gặp khó khăn khi thực hiện kế hoạch chăm sóc của mình. Bạn có thể hỏi nhà cung cấp của mình xem bạn có được lợi từ hỗ trợ Quản lý Chăm sóc hay không, hoặc nhà cung cấp của bạn có thể chủ động đề cập tới việc đó với bạn.

Người quản lý chăm sóc sẽ liên hệ với bạn để sắp xếp một cuộc họp theo cách phù hợp nhất với bạn - qua điện thoại, qua video hoặc gặp trực tiếp. Tại cuộc họp đầu tiên, người quản lý chăm sóc của bạn sẽ hỏi về những mối lo ngại của bạn, những gì đang cản trở bạn trong quá trình chăm sóc của bạn và những hỗ trợ nào bạn cần để cải thiện hoặc duy trì sức khỏe của mình.

Nhu cầu của bạn có thể bao gồm nhiều lĩnh vực, và người quản lý chăm sóc của bạn có thể kết nối bạn với các dịch vụ và chương trình hỗ trợ tại UVM Health Network và với các dịch vụ trong cộng đồng của bạn mà chúng tôi không cung cấp.

Chúng tôi sẽ làm việc với bạn để thiết lập mục tiêu và lập các kế hoạch để đạt được các mục tiêu đó. Các mục tiêu bạn đặt ra cho sức khỏe của mình là một phần quan trọng trong kế hoạch của bạn.

Các ưu tiên của chúng tôi là hỗ trợ bạn trong việc:

- ▶ Cải thiện sức khỏe và chất lượng cuộc sống
- ▶ Chăm sóc các mối lo ngại về sức khỏe và tình trạng sức khỏe dài hạn của bạn
- ▶ Hợp tác chặt chẽ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính và các chuyên gia của bạn
- ▶ Tìm kiếm các nguồn lực cộng đồng để hỗ trợ bạn và gia đình bạn

Nhóm Quản lý Chăm sóc của bạn làm công việc gì?

Nhóm Quản lý Chăm sóc làm việc chặt chẽ với bạn và (các) nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn.

Cùng với nhau, chúng ta sẽ:

- ▶ Đặt ra các mục tiêu để cải thiện sức khỏe của bạn
- ▶ Đảm bảo rằng bạn hiểu đầy đủ và có thể tuân theo kế hoạch chăm sóc do bạn và nhà cung cấp của bạn tạo ra
- ▶ Xem lại các loại dược phẩm của bạn để xác nhận rằng bạn biết cách dùng chúng và tìm các lựa chọn hoặc chương trình giá cả phải chăng hơn để giúp bạn chi trả được.
- ▶ Hỗ trợ sự hồi phục của bạn và đảm bảo bạn có mọi thứ bạn cần sau khi nằm viện hoặc đến phòng cấp cứu
- ▶ Cung cấp các phương tiện di chuyển để bạn có thể tham dự các cuộc hẹn y tế của mình, đặc biệt là sau khi đến bệnh viện hoặc phòng cấp cứu
- ▶ Cung cấp cho bạn các công cụ, tài nguyên và hỗ trợ để giúp bạn quản lý sức khỏe của mình

Nhóm Quản lý Chăm sóc của bạn gồm những ai?

Nhóm Quản lý Chăm sóc của bạn bao gồm:

- ▶ Bạn
- ▶ (Các) Nhà cung cấp Dịch vụ Chăm sóc sức khỏe của bạn
- ▶ Gia đình/người chăm sóc (nếu có) của bạn
- ▶ Những người quản lý chăm sóc
- ▶ Các chuyên gia và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc khác

Ai có thể nhận trợ giúp từ nhóm Quản lý Chăm sóc?

Chúng tôi phục vụ người lớn, trẻ em, gia đình, người mang thai, người lớn tuổi... tất cả mọi người!

Làm cách nào để tôi tận dụng tối đa Dịch vụ Quản lý chăm sóc?

Sự hỗ trợ bạn nhận được từ Đội ngũ Quản lý Chăm sóc sẽ thành công nhất nếu bạn:

- ▶ Giúp chúng tôi làm quen với bạn. Chúng tôi hiểu rằng có thể khó nói về vấn đề sức khỏe mang tính riêng tư hoặc các vấn đề cá nhân. Nói chuyện với quản lý chăm sóc của bạn về những gì bạn cần hoặc bất cứ thứ gì đang cản trở hoạt động chăm sóc sức khỏe của bạn sẽ giúp chúng tôi có thể kết nối bạn với sự hỗ trợ phù hợp. Chúng tôi ở đây để cung cấp những hoạt động chăm sóc tốt nhất có thể, mà không cần phán xét.
- ▶ Hãy cho chúng tôi biết nếu bạn không hiểu điều gì đó hoặc nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào về dịch vụ chăm sóc của bạn.
- ▶ Hãy cho chúng tôi biết nếu bạn đang gặp khó khăn trong việc tuân theo kế hoạch chăm sóc mà bạn đã xây dựng với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn.
- ▶ Hãy báo cho nhà cung cấp hoặc người quản lý chăm sóc của bạn biết nếu bạn không cần dịch vụ này nữa.
- ▶ Bất kỳ lúc nào, chúng tôi cũng sẽ luôn đối xử với bạn một cách tôn trọng và yêu cầu bạn làm điều tương tự cho chúng tôi.

Bạn có thể tìm thấy các quyền và trách nhiệm của bệnh nhân trực tuyến tại [UVMHealth.org/Care-Management](https://www.uvmhealth.org/Care-Management), hoặc bạn có thể yêu cầu người quản lý chăm sóc của mình cung cấp một bản sao.