

หลักการดูแลผู้ดูแลผู้ป่วย (CAREGIVER)



Care : สอบถามรายละเอียดเรื่องการดูแลผู้ป่วยว่าเป็นอย่างไรบ้าง ผู้ดูแลต้องทำอะไรมากน้อยเพียงใด ประเมินขีดความสามารถของผู้ดูแล

Affection : ประเมินสภาพทางอารมณ์ รู้สึกสับสน โกรธ น้อยใจ เศร้า โศก หดหวัง รู้สึกผิดละอายใจ หรือเหนื่อยแค้นไหน

Rest : ได้พักผ่อนหรือไม่ ถ้าไม่ได้พักควรจัดตารางให้ผู้ดูแลผู้ป่วยได้พักผ่อน คลายความเครียด และได้ทำสิ่งที่ตนเองชอบบ้าง

Empathy : แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้ดูแลผู้ป่วยเมื่อมีโอกาส

Goal of care : ถามเป้าหมายการดูแลว่าเป็นอย่างไร อยากให้เป็นอย่างไร และตั้งเป้าหมายการรักษาผู้ป่วยที่เป็นจริงร่วมกันกับผู้ดูแลผู้ป่วย โดยบอกประโยชน์และโทษของการรักษาวิธีต่างๆ

Information : ให้ความรู้เรื่องโรค การพยากรณ์โรค ขีดจำกัดในการรักษาโรค และแนวทางการดูแลรักษาโรค ให้เทคนิคการดูแลที่ทำให้การดูแลง่ายขึ้น

Ventilate : รับฟังผู้ดูแลผู้ป่วยและแนะนำให้ผู้ดูแลหาผู้ที่สามารถพูดคุยระบายความรู้สึกได้ อาจเป็นแพทย์ พยาบาล เพื่อน หรือกลุ่มผู้ดูแลด้วยกันเอง

Empowerment : ชื่นชมให้กำลังใจในสิ่งที่ผู้ดูแลผู้ป่วยทำได้ดี

Resources : หาผู้ช่วยเหลือด้านต่างๆ ที่จำเป็น เช่น ผู้มาช่วยสับเปลี่ยนดูแลผู้ป่วย โดยอาจจะเป็นคนอื่นๆ ในครอบครัว หรือชุมชน จ้างผู้ดูแลเพิ่ม หรือการพาผู้ป่วยไปอยู่สถานพยาบาลเป็นช่วงสั้นๆ (respite care) เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถพักได้