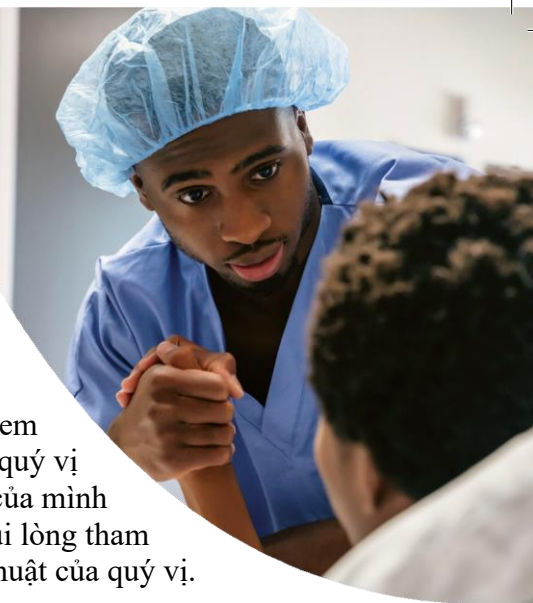


Hướng Dẫn Các Thủ Thuật Giải Phẫu của Providence Swedish

Providence Swedish Guide to Surgical Procedures (Vietnamese)

Chào mừng quý vị đến với Providence Swedish. Mục tiêu của chúng tôi là đảm bảo quý vị trải nghiệm tuyệt vời về mọi mặt tại Providence Swedish. Vui lòng xem lại các bước sau đây để chuẩn bị cho cuộc phẫu thuật sắp tới của quý vị. Có thể quý vị đã nhận được các hướng dẫn cụ thể riêng từ bác sĩ điều trị cho cuộc phẫu thuật của mình mà những hướng dẫn đó khác với những gì được trình bày trong tài liệu này. Vui lòng tham khảo các hướng dẫn của bác sĩ đối với bất kỳ thông tin nào dành riêng cho thủ thuật của quý vị.



Chuẩn bị thủ thuật giải phẫu của quý vị

BƯỚC 1 Gọi đăng ký trước

Nơi thực hiện thủ thuật	Điện Thoại
Cơ sở Ballard	206-215-3200
Cơ sở Cherry Hill	206-215-3200
Cơ sở First Hill	206-215-3200
Viện Chỉnh hình Swedish	206-215-3200
Cơ sở Issaquah	206-215-3200
Cơ sở Edmonds	425-640-4220
Toll-free for all campuses	866-851-5111

- Sau khi xác nhận ngày làm thủ thuật và địa điểm của Swedish, hãy gọi chúng tôi nhằm cung cấp thông tin cá nhân và bảo hiểm của quý vị để hoàn tất việc đăng ký trước càng sớm càng tốt.
- Vui lòng phản hồi bất kỳ tin nhắn thoại nào yêu cầu gọi lại.
- Chuẩn bị sẵn thông tin thẻ bảo hiểm của quý vị.

BƯỚC 2

Đặt lịch hẹn phòng vấn tại phòng khám trước khi nhập viện

Procedure location	Phone Number
Cơ sở Ballard	206-386-2314
Cơ sở Cherry Hill	206-386-2314
Cơ sở First Hill	206-386-2314
Viện Chỉnh hình Swedish	206-386-2314
Cơ sở Issaquah	206-386-2314
Cơ sở Edmonds	Sẽ gọi quý vị trực tiếp

- Sau khi hoàn tất đăng ký trước, hãy gọi để sắp xếp một buổi phỏng vấn qua điện thoại với phòng khám tiền nhập viện càng sớm càng tốt. Đối với những bệnh nhân thực hiện thủ thuật tại cơ sở Edmonds, nhân viên y tế từ phòng khám tiền nhập viện tại Edmonds sẽ gọi trực tiếp cho quý vị trong vòng bảy ngày trước ngày làm thủ thuật đã định.
- Vui lòng phản hồi bất kỳ tin nhắn thoại nào yêu cầu gọi lại.
- Các thủ thuật, phẫu thuật và gây mê có thể ảnh hưởng đến tất cả các hệ cơ quan. Tại Swedish, chúng tôi cam kết giảm thiểu rủi ro trong thủ thuật của quý vị.
- Cuộc phỏng vấn qua điện thoại với phòng khám tiền nhập viện sẽ đảm bảo quý vị đã sẵn sàng cho thủ thuật và giúp tránh việc bị trì hoãn hoặc hủy bỏ vào ngày thực hiện.
- Cuộc phỏng vấn qua điện thoại với phòng khám tiền nhập viện thường kéo dài từ 30-60 phút. Trong cuộc gọi, y tá sẽ xem xét lịch sử sức khỏe, các loại thuốc quý vị đang dùng và cung cấp các hướng dẫn trước khi làm thủ thuật.

Chuẩn bị cuộc hẹn với phòng khám trước khi nhập viện:

- Hoàn tất mọi xét nghiệm và kiểm tra được chỉ định càng sớm càng tốt để kết quả có thể được đội ngũ phòng khám tiền nhập viện xem xét. Nhiều thủ thuật và hầu hết các ca phẫu thuật yêu cầu kết quả xét nghiệm trong vòng sáu tháng tính đến ngày làm thủ thuật. Vui lòng tham khảo ý kiến của bác sĩ điều trị hoặc bác sĩ phẫu thuật nếu quý vị chưa được chỉ định làm xét nghiệm.
- Sắp xếp một buổi đánh giá tiền phẫu với bác sĩ chăm sóc chính hoặc bác sĩ chuyên khoa của quý vị, chẳng hạn như bác sĩ tim mạch hoặc bác sĩ chuyên khoa phổi, để những hồ sơ này có thể được đội ngũ phòng khám tiền nhập viện xem xét.

Vui lòng chuẩn bị các thông tin sau đây:

- Thuốc men đang dùng, bao gồm liều lượng.
- Bất kỳ bệnh hô hấp nào trong 8 tuần qua.
- Bất kỳ lần cấp cứu hoặc nhập viện gần đây nào.
- Tiền sử thiếu máu, chỉ số máu thấp hoặc chảy máu kéo dài.
- Đợt quy trong vòng 12 tháng qua.
- Nhồi máu cơ tim trong vòng 12 tháng qua.
- Phẫu thuật tim, đặt stent tim hoặc các thủ thuật tim khác trong vòng 12 tháng qua.
- Các triệu chứng suy tim.

- Kết quả các xét nghiệm tim, như xét nghiệm gắng sức, siêu âm hoặc máy ghi nhịp tim nhiều ngày.
- Kết quả các xét nghiệm chức năng phổi gần đây
- Các thiết bị cấy ghép trong tim như máy tạo nhịp tim, máy phá rung tim hoặc máy ghi vòng lặp.
- Các thiết bị cấy ghép khác như máy kích thích não sâu, máy kích thích dây thần kinh phế vị, máy kích thích tủy sống hoặc máy kích thích dạ dày/ruột/bàng quang.
- Việc sử dụng chất kích thích hiện tại, bao gồm sử dụng opioid, liệu pháp thay thế opioid, sử dụng rượu bia hoặc liệu pháp thay thế rượu bia.
- Danh sách các ca phẫu thuật trước đây và ước tính ngày tháng thực hiện.

Quản lý thuốc



Những khuyến nghị sau đây là các hướng dẫn chung về quản lý thuốc trước khi thủ thuật. Các khuyến nghị có thể thay đổi tùy thuộc vào thủ thuật cụ thể và tiền sử sức khỏe của quý vị. Trước khi tiến hành thủ thuật, vui lòng xem lại các khuyến nghị này với bác sĩ hoặc chuyên viên y tế của quý vị.

BƯỚC 3

Quản lý các loại thuốc của quý vị trước khi phẫu thuật

- Vui lòng không sử dụng thuốc lá, rượu bia hoặc bất kỳ chất kích thích nào vào ngày thủ thuật. Việc kiêng dùng thuốc lá, chất kích thích và hạn chế uống rượu bia quá mức từ 1 đến 3 tuần trước khi phẫu thuật được khuyến nghị mạnh mẽ. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng việc này có thể giúp giảm nguy cơ xảy ra các biến chứng liên quan đến thủ thuật của quý vị.
- Để được hỗ trợ cai thuốc lá, hãy gọi số 1-800-QUIT-NOW.

Liều cuối cùng của các loại thuốc này phải được uống 7 ngày trước ngày phẫu thuật (không uống vào ngày phẫu thuật):

- Tất cả các loại thảo dược và thực phẩm bổ sung NGOẠI TRỪ các loại sau đây:
 - Calcium
 - Potassium
 - Folic acid
 - Sodium Chloride
 - Iron
 - Phosphorus
 - Magnesium
 - Vitamin D
 - Melatonin

**Không uống bất kỳ loại thảo dược hoặc thực phẩm bổ sung nào vào ngày phẫu thuật, trừ khi có hướng dẫn cụ thể khác.*

- Thuốc hỗ trợ cai nghiện: Disulfiram
 - Disulfiram có thể gây đỏ bừng mặt, buồn nôn và đánh trống ngực do cồn có trong một số loại thuốc.
- Các thuốc đồng vận thụ thể GLP-1 dùng hàng tuần có thể làm tăng nguy cơ hít sặc khi gây mê do làm chậm quá trình làm rỗng dạ dày.
 - Semaglutide (Ozempic, Wegovy), Dulaglutide (Trulicity), Exenatide ER (Bydureon BCise)
 - Thuốc đồng vận kép thụ thể GLP-1 và GIP: Tirzepatide (Mounjaro, Zepbound)
 - Các hướng dẫn về thuốc GLP-1 có thể thay đổi thường xuyên. Hãy kiểm tra lại các thông tin này với nhân viên tại phòng khám tiền nhập viện.

Liều cuối cùng của các loại thuốc này phải được uống 3 ngày trước khi phẫu thuật (không uống vào ngày phẫu thuật):

- NSAIDS (Các loại thuốc kháng viêm) có thể làm tăng nguy cơ chảy máu. Vui lòng phối hợp với nhà cung cấp dịch vụ y tế hoặc bác sĩ phẫu thuật của quý vị.
 - Diclofenac (Voltaren), Ibuprofen (Advil, Motrin), Ketorlac (Toradol), Meloxicam (Mobic), Naproxen (Aleve, Anaprox, Naprosyn)
 - Tất cả các thuốc NSAID, bao gồm những loại không được liệt kê ở trên, nên được ngưng 3 ngày trước khi phẫu thuật tim hở.
- Thuốc ức chế SGLT2 dùng điều trị tiểu đường và suy tim có thể làm tăng nguy cơ bị nhiễm toan (quá nhiều axit trong máu).
 - Bexagliflozin (Brenzavvy), Canagliflozin (Invokana), Dapagliflozin (Farxiga), Dapagliflozin/Metformin (Xigduo XR), Empagliflozin (Jardiance), Empagliflozin/Metformin (Synjardy XR), Empagliflozin/Linagliptin (Glyxambi) Sotagliflozin (Inpefa)
 - **Ertugliflozin (Stelagro)**: Liều cuối cùng của thuốc này phải uống **4 ngày** trước phẫu thuật (không uống vào ngày phẫu thuật).
- Thuốc chống cai nghiện: Thuốc Naltrexone uống qua miệng như (ReVia, Depade), một loại thuốc hỗ trợ cai nghiện, có thể gây cản trở việc kiểm soát cơn đau.

Liều cuối cùng của các loại thuốc này phải được uống vào ngày trước khi phẫu thuật (không uống vào ngày phẫu thuật):

- Bệnh nhân phẫu thuật tim hở nên ngưng dùng thuốc ức chế men chuyển ACE và thuốc chẹn thụ thể angiotensin (ARBs) 24 giờ trước khi phẫu thuật, vì những loại thuốc này sẽ làm tăng nguy cơ hạ huyết áp quá thấp vào ngày phẫu thuật.
 - Lisinopril (Prinivil, Zestril), Benazepril (Lotensin), Quinapril (Accupril), Catopril
 - Losartan (Cozaar), Olmesartan (Benicar), Telmisartan (Micardis), Valsartan (Diovan), Candesartan (Atacand), Irebesartan (Avapro)
- Metformin (kiểm soát tiểu đường) có thể làm tăng nguy cơ nhiễm toan (quá nhiều axit trong máu).
- Thuốc đồng vận thụ thể GLP-1 dùng hàng ngày có thể làm tăng nguy cơ hít sặc trong khi gây mê do làm chậm quá trình làm rỗng dạ dày.
 - Exenatide IR (Byetta), Liraglutide (Saxenda, Victoza), Lixisenatide (Adlyxin), Orforglipron (Foundayo), dạng viên uống Semaglutide (Wegovy), Semaglutide (Rybelsus)
 - Hướng dẫn liên quan đến thuốc đồng vận thụ thể GLP-1 thay đổi thường xuyên Vui lòng xác nhận lại các hướng dẫn này với nhân viên phòng khám tiền phẫu.

- Thuốc lợi tiểu dùng để điều trị cao huyết áp hoặc suy tim có thể ảnh hưởng đến huyết áp và các chất điện giải của quý vị.
 - Loop diuretics - Furosemide (Lasix), Torsemide (Demadex), Bumetanide (Bumex)
 - Potassium sparing diuretics - Amiloride, Spironalactone (Aldactone), Triamterene (Dyazide)

Các loại thuốc được khuyến nghị thay đổi trước khi thực hiện phẫu thuật:

Nếu quý vị đang sử dụng bất kỳ loại thuốc nào sau đây, hãy thảo luận với bác sĩ kê đơn hoặc phẫu thuật viên liệu có nên dùng thuốc và khi nào thì nên dừng:

- Aspirin
- Blood thinners
Nếu quý vị được gây tê tủy sống hoặc gây tê ngoài màng cứng (trong các ca thay khớp háng, thay khớp gối toàn phần hoặc phẫu thuật hở vùng bụng/ngực), thời gian tạm ngưng các loại thuốc này sẽ tuân theo Hướng dẫn của Hiệp hội Gây mê Hoa Kỳ và có thể kéo dài hơn so với khuyến cáo của bác sĩ kê đơn. Vui lòng trao đổi kỹ với bác sĩ phẫu thuật và điều dưỡng tại phòng khám tiền phẫu.
- Thuốc kháng tiểu cầu
 - Clopidogrel (Plavix)
 - Ticagrelor (Brilinta)
- Thuốc kháng đông
 - Warfarin (Coumadin)
 - Dabigatran (Pradaxa)
 - Apixiban (Eliquis)
 - Rivaroxaban (Xarelto)
 - Edoxaban (Savaysa)
 - Betrixaban (Bevyxxa)

Vào sáng ngày phẫu thuật

Thuốc tiểu đường đường uống: Không uống các loại thuốc này vào sáng ngày phẫu thuật.

- Lantus/glargine, Levemir/detemir: Bệnh nhân tiểu đường Tuýp 1 nên dùng liều buổi sáng bình thường. Bệnh nhân tiểu đường Tuýp 2 nên dùng 75% liều buổi sáng thông thường.
- NPH insulin: Dùng một nửa liều buổi sáng thông thường.
- Novolog/aspart, Humalog/lispro, Apidra/glulisine: Không dùng vào sáng ngày phẫu thuật.
- Insulin hỗn hợp (70/30, 75/25): Dùng 1/3 liều buổi sáng thông thường.
- Máy bơm insulin: Bệnh nhân tiểu đường Tuýp 1 nên duy trì tốc độ bơm buổi sáng như bình thường và bệnh nhân tiểu đường Tuýp 2 nên dùng 75% tốc độ nền thông thường.

Nếu quý vị sử dụng bơm insulin:

- Hãy thay bộ dây truyền (và vị trí đặt kim vào ngày trước khi phẫu thuật. Nên thực hiện việc này vào đầu ngày — **không nên làm vào giờ đi ngủ** — để đảm bảo bơm hoạt động tốt.
- Cài đặt tốc độ nền theo hướng dẫn ở trang 3 và tiếp tục đeo bơm.
- Quý vị nên mang tất cả vật tư máy bơm insulin gồm cả insulin, đến bệnh viện để phòng khi cần thay bộ dây truyền lúc đang ở viện. Mang theo hộp, đồ đựng hoặc túi nhỏ để đựng máy bơm nếu cần tháo ra trước, trong hoặc sau khi phẫu thuật.
- Nên có người nhà hoặc bạn bè sẵn sàng để giữ máy bơm nếu quý vị cần tháo máy ra.

Các loại thuốc vẫn tiếp tục dùng vào buổi sáng ngày phẫu thuật nếu quý vị chưa thảo luận trước với phòng khám tiền phẫu:

(Uống với một ngụm nước nhỏ)

- Thuốc giảm đau
- Thuốc điều trị Hen suyễn/COPD
- Nội tiết tố tuyến giáp
- Thuốc chống co giật
- Thuốc chống trầm cảm

BƯỚC 4 24 giờ trước khi phẫu thuật

Quý vị cần có mặt để phẫu thuật lúc mấy giờ?

Văn phòng bác sĩ phẫu thuật sẽ gọi quý vị từ 1 đến 2 ngày trước khi phẫu thuật để thông báo thời gian quý vị cần có mặt tại bệnh viện. Thời gian có mặt thường là khoảng 2 giờ trước giờ dự kiến phẫu thuật. Vui lòng gọi văn phòng bác sĩ phẫu thuật vào ngày trước khi thực hiện thủ thuật nếu quý vị vẫn chưa được thông báo về thời gian có mặt tại bệnh viện.

Nếu quý vị cảm thấy không khỏe trong vòng một tuần trước ngày phẫu thuật thì sao?

Hãy gọi cho văn phòng bác sĩ phẫu thuật nếu quý vị bị cảm lạnh, đau họng, ho, sốt, nhiễm trùng da, có vết thương hở, vết trầy xước, vết cắn hoặc các bệnh khác.



Tắm rửa trước phẫu thuật để ngăn ngừa nhiễm trùng CHO TẤT CẢ CÁC THỦ THUẬT

Trước khi phẫu thuật, quý vị sẽ tắm bằng một loại xà phòng sát khuẩn đặc biệt để giúp giảm nguy cơ nhiễm trùng. Vì da không vô trùng và có vi trùng, loại xà phòng đặc biệt này — được gọi là chlorhexidine gluconate (CHG, Hibiclens) — sẽ giúp làm sạch da và giảm bớt vi trùng. Bạn sẽ tắm bằng xà phòng sát khuẩn này vào tối trước ngày phẫu thuật và sáng ngày phẫu thuật.

- Quý vị có thể mua CHG (Hibiclens) tại các nhà thuốc địa phương, phòng khám hoặc các cửa hàng bán lẻ trực tuyến.
Nếu không có sẵn, hãy sử dụng xà phòng kháng khuẩn Dial.
- Quý vị hãy làm theo các hướng dẫn này một cách cẩn thận để giúp giảm nguy cơ nhiễm trùng.
 - **72 giờ trước khi phẫu thuật:** Không tẩy lông (cạo, wax, v.v.) tại vùng cơ thể sẽ thực hiện phẫu thuật. Cạo lông bằng dao cạo có thể gây kích ứng da và làm tăng nguy cơ nhiễm trùng.
 - **24 giờ trước khi phẫu thuật:** Không tẩy lông trên bất kỳ bộ phận nào của cơ thể.
 - Quý vị sẽ thực hiện 2 lần tắm sát khuẩn đặc biệt tại nhà: lần tắm số 1 vào tối hôm trước và lần tắm số 2 vào sáng ngày phẫu thuật. (Hướng dẫn tắm chi tiết ở trang 5).
 - Hãy trải ga giường sạch và mặc quần áo sạch để đi ngủ vào tối trước ngày phẫu thuật.
 - Tránh tiếp xúc và ngủ chung với thú cưng sau khi quý vị đã tắm rửa trước phẫu thuật.
 - Vào ngày phẫu thuật, chúng tôi sẽ bôi các sản phẩm sát khuẩn lên mũi và da của quý vị để loại bỏ vi trùng.

CÁC BƯỚC TẮM

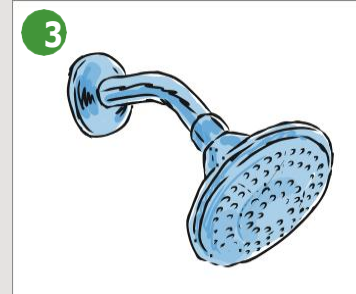
Quý vị sẽ thực hiện 2 lần tắm đặc biệt trước khi phẫu thuật tại nhà: lần tắm số 1 vào tối hôm trước và lần tắm số 2 vào sáng ngày phẫu thuật. Không được tắm bồn.



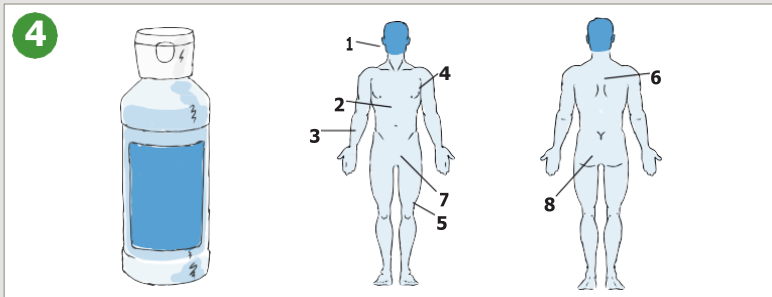
Mỗi lần tắm, cần một khăn sạch và dung dịch sát khuẩn chlorhexidine gluconate (CHG, Hibiclens) hoặc xà phòng kháng khuẩn Dial. Ngoài ra, chuẩn bị sẵn quần áo hoặc đồ ngủ sạch để mặc sau khi tắm xong.



Tháo tất cả đồ trang sức. Rửa mặt và gội đầu bình thường bằng xà phòng và dầu gội thông thường. Xả sạch hoàn toàn dầu gội và xà phòng trên tóc và cơ thể.



Tắt nước.



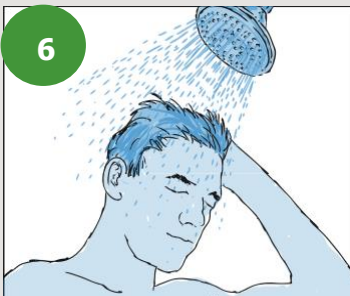
Sử dụng tay, thoa trực tiếp CHG (Hibiclens hoặc xà phòng kháng khuẩn Dial) lên cơ thể theo thứ tự sau:

1. Cổ. **Không thoa xà phòng lên mặt.**
2. Ngực và bụng.
3. Cánh tay (bắt đầu từ vai đến đầu ngón tay)

4. Nách
5. Chân (từ đùi đến các ngón chân).
6. Lưng (từ gáy/sau cổ đến thắt lưng).
7. Hông và vùng bẹn/háng (bắt đầu từ hông, kết thúc ở vùng bẹn). Rửa kỹ các nếp gấp ở vùng bẹn. **Không thoa xà phòng lên bộ phận sinh dục**
8. Mông



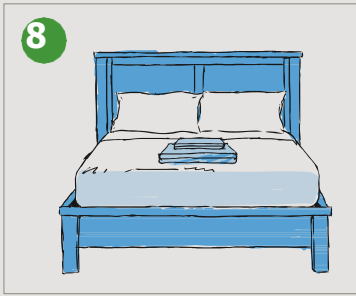
Sau khi thoa lên tất cả các vùng da, hãy đợi 2 phút trước khi xả sạch



Bật vòi hoa sen và xả sạch. Không rửa lại bằng xà phòng thông thường.



Thấm khô da bằng khăn sạch. **KHÔNG** thoa đồ trang điểm, nước hoa, dầu thơm, sữa dưỡng thể, phấn rôm, kem dưỡng, sơn móng tay, các sản phẩm cho tóc hoặc lăn khử mùi sau khi tắm.



Hãy ngủ trên bộ chăn ga gối sạch vào tối trước ngày làm thủ thuật. Tránh tiếp xúc và ngủ với thú cưng sau khi đã tắm chuẩn bị trước phẫu thuật.

BƯỚC 5

Những việc cần làm vào ngày phẫu thuật

Hãy tuân theo các hướng dẫn trước khi phẫu thuật về chế độ ăn uống, thuốc men và tắm rửa trước phẫu thuật.

Nếu quý vị không tuân theo các hướng dẫn này, cuộc phẫu thuật có thể bị hoãn hoặc hủy bỏ

QUAN TRỌNG

8
giờ
trước
khi
đến

NGỪNG TẮT CẢ các loại thức ăn đặc và uống các loại chất lỏng mà quý vị không thể nhìn xuyên thấu, cũng như các thứ sau đây:

KHÔNG dùng sữa hoặc các sản phẩm từ sữa
KHÔNG dùng bột kem pha cà phê
KHÔNG nhai kẹo cao su
KHÔNG ngậm kẹo ho
KHÔNG uống rượu bia
KHÔNG uống các loại đồ uống có protein

Quý vị có thể uống các loại chất lỏng trong veo, như nước lọc, nước giải khát Gatorade, thạch gelatin không màu (plain gelatin), nước táo không có phần xác (pulp), trà trong veo hoặc cà phê ĐEN.

2
giờ
trước
khi
đến

NGỪNG uống **TẮT CẢ** các loại chất lỏng, ngoại trừ các loại thuốc theo chỉ dẫn của bác sĩ.

Khi nào là lần cuối tôi có thể ăn hoặc uống trước khi phẫu thuật?

- Trừ khi có hướng dẫn khác từ bác sĩ, bạn phải tuân thủ các hướng dẫn về chế độ ăn uống sau đây trước khi phẫu thuật.
- Nếu bác sĩ yêu cầu bạn uống đồ uống giàu carbohydrate, vui lòng uống trước khi đến bệnh viện **2 tiếng rưỡi**. Đồ uống này không được chứa protein.
- **NGỪNG** uống tất cả các loại chất lỏng **2 tiếng trước giờ hẹn đến bệnh viện**.
- Các loại thuốc mà quý vị được hướng dẫn uống vào buổi sáng ngày phẫu thuật có thể uống với một ngụm nước nhỏ.

Những gì tôi cần mang đến bệnh viện?

- **Chỉ mang những gì tuyệt đối cần thiết trong thời gian lưu trú**
- Mặc quần áo và mang giày thoải mái, rộng rãi.
- Thẻ bảo hiểm y tế và bảo hiểm dược phẩm của quý vị.
- Thẻ căn cước/giấy tờ tùy thân có ảnh do chính phủ hoặc tiểu bang cấp.
- Thẻ ID và/hoặc điều khiển từ xa cho bất kỳ thiết bị y tế cấy ghép nào mà quý vị có.
- Một số tiền nhỏ để trả tiền gửi xe và có thể là tiền cùng chi trả cho thuốc xuất viện, khoản này tách biệt với hóa đơn bệnh viện.
- **Máy trợ thở CPAP và ghi chú về các cài đặt máy của bạn.**
- Điện thoại di động để liên lạc với gia đình và bạn bè.
- Bất kỳ tài liệu pháp lý nào về giấy ủy quyền hoặc người giám hộ hợp pháp.
- Chỉ thị trước về chăm sóc sức khỏe.

Những gì KHÔNG nên mang đến bệnh viện?

- Thiết bị điện tử (điện thoại di động thì được)
- Tháo bỏ **TẮT CẢ** đồ trang sức (bao gồm cả khuyên và nhẫn).
- **Nếu có thể, hãy để các đồ vật có giá trị ở nhà.** Những vật dụng có giá trị sẽ được giao lại cho bạn bè và gia đình đi cùng để cất giữ an toàn. Providence Swedish không chịu trách nhiệm về các vật dụng bị mất, bao gồm cả thuốc men.

Khi nào tôi gặp bác sĩ gây mê của tôi?

Quý vị sẽ gặp chuyên gia gây mê vào ngày thực hiện thủ thuật. Tại thời điểm đó, họ sẽ xem xét tiền sử bệnh lý và phẫu thuật của quý vị, kiểm tra các loại thuốc bạn đang dùng cũng như các tình trạng dị ứng và tiến hành đánh giá thể chất. Chuyên gia gây mê sẽ thảo luận về các phương án gây mê, xác định kế hoạch gây mê và trao đổi về những rủi ro, lợi ích cũng như các phương án thay thế cho kế hoạch này. Quý vị sẽ có cơ hội đặt câu hỏi và thảo luận về bất kỳ mối quan ngại nào với chuyên gia gây mê của mình.

BƯỚC 6

Những điều quý vị cần biết khi nằm viện

Vì sao tôi được kiểm tra đường huyết?

- Căng thẳng do thủ thuật/phẫu thuật có thể gây ra tình trạng đường huyết cao ở cả người bị tiểu đường và người không bị tiểu đường, điều này có thể ảnh hưởng đến khả năng lành vết thương.
- Việc kiểm soát đường huyết trước, trong và sau phẫu thuật là rất quan trọng, vì vậy quý vị có thể được kiểm tra đường huyết tại khu vực tiền phẫu và có thể được dùng insulin để điều trị đường huyết cao.
- Nếu quý vị được cho dùng insulin trong quá trình nhập viện, điều đó không có nghĩa là quý vị sẽ cần dùng nó sau khi xuất viện, hoặc bị bệnh tiểu đường.
- Nếu bị tiểu đường và được dặn uống một thức uống giàu carbohydrate 2 tiếng rưỡi trước khi đến bệnh viện, hãy đảm bảo quý vị đã thực hiện. Nếu quý vị thường dùng insulin tác dụng nhanh trong các bữa ăn, hãy dùng một nửa liều thông thường so với bữa ăn hoặc 60 gram carbohydrate. **Ngưng uống tất cả các loại chất lỏng hai tiếng trước giờ quý vị dự kiến đến nơi.**

Rửa tay sạch là cách tốt nhất để ngăn ngừa nhiễm trùng

- Vui lòng sử dụng gel rửa tay khô chứa cồn và/hoặc xà phòng và nước. Ngoài ra, hãy yêu cầu người thân đến thăm cũng làm như vậy. Vui lòng rửa tay thường xuyên.
- Tất cả nhân viên chăm sóc tại Providence Swedish đều phải rửa sạch tay trước khi chăm sóc quý vị. **Quý vị có thể yêu cầu nhân viên y tế rửa tay.** Ví dụ:
 - “Tôi không thấy quý vị rửa tay khi vừa bước vào; quý vị có phiền rửa tay lại trước khi chăm sóc tôi không?”
- **Hãy yêu cầu khách đến thăm rửa sạch tay của họ.**

Ai có thể ở cùng tôi trong khu vực tiền phẫu?

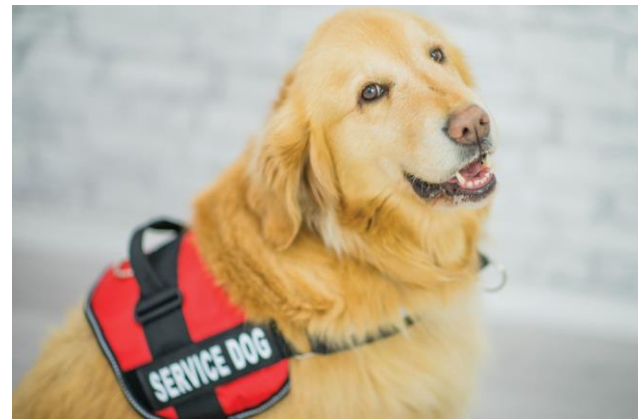
- Chỉ được chỉ định duy nhất **1** người hỗ trợ bệnh nhân để giúp di chuyển, thông dịch, hỗ trợ tinh thần hoặc, hỗ trợ đưa ra quyết định y tế cho bệnh nhân.
- Bệnh nhi được phép có 2 người hỗ trợ (cha mẹ hoặc người giám hộ). Cha mẹ hoặc người giám hộ của bệnh nhi phải không đang bị bệnh.
- Người hỗ trợ bệnh nhân sẽ được yêu cầu tuân thủ các tiêu chuẩn phòng ngừa nhiễm trùng hiện hành.

Điều gì xảy ra sau thủ thuật của tôi?

- Người hỗ trợ bệnh nhân sẽ được cung cấp các hướng dẫn về thăm bệnh vào ngày làm thủ thuật.
- Người hỗ trợ bệnh nhân sẽ không được phép vào khu vực hồi sức giai đoạn đầu.
- Việc người hỗ trợ ở lại qua đêm bị hạn chế và chỉ được phép nếu có sự điều phối của quản lý điều dưỡng.
- Vui lòng nhắc nhở gia đình và bạn bè không đến thăm hoặc ở cùng quý vị nếu họ đang bị bệnh như sốt, ho, cảm lạnh hoặc tiêu chảy để ngăn ngừa sự lây lan của nhiễm trùng.

Nếu tôi có động vật phục vụ thì sao?

- Nhân viên tại Providence Swedish không được phép chăm sóc động vật phục vụ của quý vị trong thời gian quý vị phẫu thuật.
- Vui lòng sắp xếp để gia đình hoặc bạn bè chăm sóc động vật phục vụ của quý vị trong thời gian này.



Nếu tôi sử dụng các sản phẩm thuốc lá thì sao?

- Providence Swedish là môi trường không khói thuốc và không thuốc lá tại tất cả các cơ sở và phòng khám ngoại khoa.
- Quy định này bao gồm việc không sử dụng thuốc lá điện tử (vaping) hoặc bất kỳ thiết bị tương tự nào, cũng như thuốc lá nhai.
- Trong khi quý vị nằm viện, chúng tôi có thể cung cấp các liệu pháp thay thế nicotine; những liệu pháp này có sẵn và được tính phí như một phần quyền lợi bảo hiểm của quý vị.
- Khách đến thăm nếu chọn hút thuốc phải thực hiện bên ngoài khuôn viên của Providence Swedish. Vui lòng lưu ý rằng quý vị không được hút thuốc trong nhà để xe.
- Providence Swedish hỗ trợ một chương trình giúp quý vị, bạn bè, gia đình hoặc khách đến thăm cai thuốc lá. Nếu quý vị muốn biết thông tin về chương trình này, hãy gọi 1-800-QUIT-NOW.

BƯỚC 7 Kế hoạch sau phẫu thuật và khi quý vị về nhà



Trước khi tiến hành phẫu thuật quý vị hãy cùng gia đình hoặc bạn bè lập kế hoạch cho các nhu cầu sau khi xuất viện

- Nếu quý vị được xuất viện trong cùng ngày làm thủ thuật, bắt buộc phải có một người lớn đi cùng để đưa về. Nếu không có người đi cùng, ca phẫu thuật của quý vị sẽ bị hủy bỏ. Không được tự lái xe hoặc đi xe buýt về nhà. Quý vị có thể đi taxi hoặc dịch vụ đặt xe, nhưng vẫn bắt buộc phải có một người lớn khác đi cùng.

Nếu bác sĩ yêu cầu nhập viện theo dõi qua đêm, quý vị có thể được xuất viện sớm vào ngày hôm sau. Tùy thuộc vào loại thủ thuật đã thực hiện, quý vị có thể bắt buộc phải có một người lớn đi cùng khi về nhà.

- Chúng tôi khuyên quý vị nên có người ở cùng tại nhà sau phẫu thuật để hỗ trợ các việc như đi chợ, chăm sóc trẻ em, bưng bê đồ nặng, nấu nướng, dọn dẹp, v.v."
- Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi nào sau khi xuất viện, vui lòng liên hệ với bác sĩ phẫu thuật của mình.

Vệ sinh sau phẫu thuật

- Vệ sinh sau phẫu thuật là một phần quan trọng trong việc chăm sóc sức khỏe của quý vị sau khi mổ và có thể giúp ngăn ngừa nhiễm trùng. Cần tuân thủ các hướng dẫn đã được bác sĩ/nhân viên y tế đề ra.
- Nói chung, dưới đây là các bước quan trọng mà quý vị có thể thực hiện:
 - Rửa tay thật sạch.
 - Tắm rửa hàng ngày trong mức độ thoải mái và khả năng vận động cho phép.
 - Mặc quần áo sạch, sử dụng chăn giường và khăn tắm sạch.

Những sự thật về thuốc giảm đau gốc thuốc phiện sau phẫu thuật



Opioid là gì?

Opioid là một loại thuốc giảm đau mạnh được kê đơn. Một số tác dụng phụ có thể xảy ra bao gồm buồn nôn/nôn mửa, buồn ngủ/chóng mặt và táo bón.

Tên các loại thuốc Opioid phổ biến

- Hydrocodone (Vicodin, Norco)
- Oxycodone (Percocet, OxyContin)
- Morphine
- Codeine (Tylenol #3, Tylenol #4)
- Fentanyl
- Tramadol (Ultram)
- Methadone
- Hydromorphone (Dilaudid)
- Oxymorphone (Opana)

Chỉ sử dụng thuốc giảm đau opioid đúng với mục đích mà bác sĩ đã kê đơn

Sử dụng thuốc giảm đau opioid một cách an toàn

- Hỏi bác sĩ phẫu thuật xem quý vị có thể sử dụng acetaminophen (Tylenol) hoặc ibuprofen (Motrin, Advil) không kê đơn hay không.
- Sử dụng thuốc opioid nếu quý vị còn đau dữ dội mà không thể kiểm soát được bằng các loại thuốc không kê đơn hoặc các đơn thuốc không thuộc nhóm opioid khác.
- Khi cơn đau thuyên giảm, hãy chờ lâu hơn giữa các lần uống thuốc opioid.
- Báo cho bác sĩ biết nếu quý vị đang dùng bất kỳ loại thuốc benzodiazepine nào (ví dụ: Valium, Xanax).
- Không trộn lẫn thuốc opioid với rượu hoặc các loại thuốc khác có thể gây buồn ngủ.
- Uống quá nhiều thuốc opioid và/hoặc trộn thuốc opioid với rượu hoặc benzodiazepine có thể gây ra các tác dụng phụ nguy hiểm bao gồm buồn ngủ, lú lẫn hoặc khó thở. Sử dụng quá liều opioid có thể khiến quý vị ngừng thở và dẫn đến tử vong.

Sự thật về chứng nghiện thuốc Opioid

Quý vị có nguy cơ cao lệ thuộc hoặc **nghiện opioid nếu:**

- Có tiền sử trầm cảm hoặc lo âu.
- Có tiền sử sử dụng hoặc lạm dụng rượu, thuốc lá hoặc ma túy (bao gồm cả thuốc kê đơn hoặc thuốc mua ngoài đường phố).
- Sử dụng thuốc opioid kéo dài hơn một tuần.
- Uống nhiều thuốc hơn hoặc thường xuyên hơn so với chỉ định của bác sĩ.

Hiểu về mục tiêu giảm đau sau phẫu thuật

Mục tiêu của chúng tôi là kiểm soát cơn đau của quý vị ở mức đủ để quý vị có thể thực hiện những hoạt động cần thiết cho việc hồi phục: đi lại, ngủ, ăn và hít thở sâu.

Những điều cần biết:

- Đau sau phẫu thuật là bình thường.
- Mỗi người cảm nhận cơn đau khác nhau.
- Cơn đau thường dữ dội hơn trong 2 đến 3 ngày đầu sau phẫu thuật.
- Hãy khóa kỹ thuốc của quý vị hoặc cất giữ xa tầm tay người khác.
- Quý vị có thể không cần dùng hết tất cả thuốc giảm đau nhóm opioid sau phẫu thuật hoặc xuất viện. Hãy lên kế hoạch xử lý thuốc không sử dụng hết.

Các phương pháp giảm đau khác:

- Thư giãn, thiền và âm nhạc có thể giúp kiểm soát cơn đau.
- Cân nhắc chườm đá hoặc chườm nóng. Hãy tham khảo ý kiến bác sĩ hoặc điều dưỡng.
- Trao đổi với bác sĩ nếu cơn đau của quý vị không kiểm soát được.

Hủy opioid không dùng một cách an toàn

- Hãy kiểm tra với hiệu thuốc địa phương; nhiều nơi có thùng tiếp nhận thuốc.
- Các ki-ốt tiêu hủy thuốc được đặt tại mỗi cơ sở của Providence Swedish.
- Để tìm danh sách các địa điểm thu gom bổ sung và chọn gửi qua bưu điện cho thuốc opioid không dùng đến, hãy truy cập:



<https://med-project.org>



Chương trình Thu hồi Thuốc An toàn của Bộ Y tế Tiểu bang Washington



www.takebackyourmeds.org

- Các đợt thu gom thuốc định kỳ
- Nếu không có lựa chọn khác, trộn thuốc (không nghiền nát) với bã cà phê đã sử dụng hoặc cát vệ sinh cho mèo vào một túi nhựa, rồi vứt bỏ.



Cất giữ thuốc opioid an toàn, tránh xa tầm tay của trẻ sơ sinh, trẻ em, thanh thiếu niên và thú cưng.

- Khóa kỹ thuốc nếu có thể
- Cố gắng kiểm số lượng viên thuốc còn lại.
- Không cất giữ thuốc opioid ở những nơi dễ tiếp cận, ví dụ như trong nhà bếp hoặc phòng tắm

Chi đường và Đậu xe

Cherry Hill

500 17th Ave.
Seattle, WA 98122

Đi từ phía Nam: Đi đường I-5 hướng Bắc đến Lối ra James Street (164A). Rẽ phải (hướng Đông) vào đường James Street. Đường James Street sẽ trở thành đường Cherry Street. Rẽ phải (hướng Nam) vào Đại lộ 18 (18th Avenue). Rẽ phải vào đường Jefferson Street (hướng Tây). Rẽ phải vào cổng chính (hướng Bắc).

Đi từ phía Bắc: Đi đường I-5 hướng Nam đến Lối ra James Street (165A). Rẽ trái (hướng Đông) vào đường James Street. Đường James Street sẽ trở thành đường Cherry Street. Rẽ phải (hướng Nam) vào Đại lộ 18 (18th Avenue). Rẽ phải vào đường Jefferson Street (hướng Tây). Rẽ phải vào cổng chính (hướng Bắc).

Đậu xe

Có chỗ đỗ xe ngắn hạn tại Plaza Garage. Đi vào từ lối đi chính. Có chỗ đỗ xe dài hạn tại 16th Avenue Garage, nằm trên Đại lộ 16. Từ cổng chính của bệnh viện, rẽ phải vào đường Jefferson Street (hướng Tây). Rẽ phải vào Đại lộ 16 (hướng Bắc). Dịch vụ đậu xe hộ có sẵn tại cổng chính.

Thủ tục trước khi nhập viện và phẫu thuật.

Thủ tục trước khi nhập viện và phẫu thuật nằm tại quầy đăng ký ở sảnh chính.

First Hill

Bệnh viện chính
747 Broadway
Seattle, WA 98122

Viện Chấn thương Chính hình
601 Broadway
Seattle, WA 98122

Từ phía Bắc: Đi theo đường I-5 hướng Nam đến lối ra James Street (165A). Rẽ trái (hướng Đông) vào đường James Street.

Từ phía Nam: Đi theo đường I-5 hướng Bắc đến lối ra James Street (164A). Rẽ phải (hướng Đông) vào đường James Street. Đi tiếp sáu dãy nhà đến giao lộ James và Broadway. Rẽ trái (hướng Bắc) vào đường Broadway. Lối vào bệnh viện chính nằm trên đường Broadway, cách đó một dãy nhà rẽ về phía bên trái. Lối vào Viện Chấn thương Chính hình Swedish nằm trên đường Cherry Street, cách đó một dãy nhà về phía bên trái.

Bãi đậu xe

Để vào bệnh viện chính, hãy rẽ trái vào đường xe chạy vòng tròn ở lối vào phía trước và đi theo biển chỉ dẫn đến nhà xe. Để đến Viện Chấn thương Chính hình, hãy rẽ trái vào đường Cherry Street; lối vào nhà xe nằm ở phía bên trái.

Thủ tục trước khi nhập viện

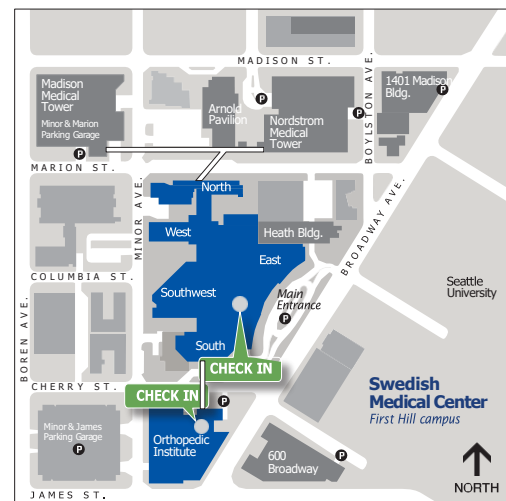
Thủ tục trước khi nhập viện (cho cả khu chính và chấn thương chính hình) được thực hiện tại quầy đăng ký ngay cạnh sảnh tầng một của bệnh viện chính.

Thủ tục phẫu thuật:

- Làm thủ tục phẫu thuật tại bệnh viện chính được thực hiện tại quầy đăng ký ngay cạnh sảnh tầng một.
- Làm thủ tục phẫu thuật tại Viện Chấn thương Chính hình nằm ở tầng hai của Viện Chấn thương Chính hình.



CƠ SỞ CHERRY HILL



CƠ SỞ FIRST HILL

Ballard

5300 Tallman Ave. NW
Seattle, WA 98107

Từ hướng Bắc: Đi theo đường I-5 hướng Nam đến Lối ra 85th Street (Lối ra 172). Rẽ phải (hướng Tây) vào 85th Street. Đi tiếp 30 dãy nhà (blocks) đến giao lộ giữa đường 85th và 15th Avenue NW. Rẽ trái (hướng Nam) vào 15th Avenue NW. Đi tiếp 16 dãy nhà đến giao lộ của 15th Avenue và Market Street. Rẽ phải (hướng Tây) vào Market Street. Đi tiếp 3 dãy nhà và rẽ trái (hướng Nam) vào Tallman Avenue NW. Rẽ phải vào lối vào của nhà để xe.

Từ phía Nam: Đi theo đường I-5 hướng Bắc đến Lối ra 45th Street (Lối ra 169). Rẽ trái (hướng Tây) vào đường 45th Street. (Lưu ý: Đường 45th Street sẽ đổi tên thành 46th Street và sau đó trở thành đường Market Street). Đi về hướng Tây trên đường Market Street khoảng 17 dãy nhà đến giao lộ giữa đường Market Street và 15th Avenue NW. Băng qua đường 15th Avenue. đi tiếp thêm 3 dãy nhà nữa rồi rẽ trái (hướng Nam) vào đường Tallman Avenue NW. Rẽ phải vào lối vào của nhà để xe.

Làm thủ tục phẫu thuật: Việc làm thủ tục nhập viện để phẫu thuật được thực hiện tại tầng 3, khu nhà phía Nam của bệnh viện.

Issaquah

751 NE Blakely Drive
Issaquah, WA 98029

Từ phía Đông hoặc phía Tây: Khi đi theo hướng Đông hoặc Tây trên đường I-90, hãy đi theo lối ra số 18 để vào đường E. Sunset Way/Highlands Drive.

- **Nếu đi về phía Đông,** hãy giữ làn bên trái tại ngã ba và nhập vào đường Highlands Drive NE.
- **Nếu đi về phía Tây,** hãy rẽ phải (hướng Bắc) vào đường Highlands Drive NE/E. Sunset Way; tiếp tục đi theo đường Highlands Drive NE.

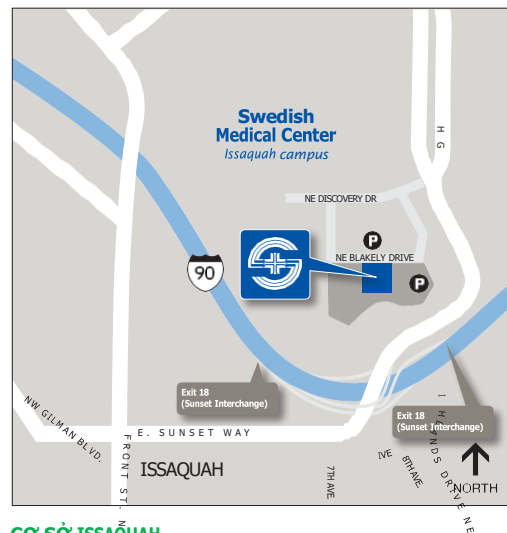
Rẽ trái (hướng Tây) tại đèn giao thông đầu tiên vào đường NE Discovery Drive (khoảng 150 mét). Tại đèn giao thông tiếp theo, rẽ trái (hướng Nam) vào đường 8th Avenue NE (khoảng 150 mét). đi tiếp trên đường 8th Avenue cho đến khi đường này dẫn vào lối vào chính của Swedish Issaquah. Rẽ phải ngay lập tức để vào hầm gửi xe. Bạn cũng có thể gửi xe tại các bãi đỗ xe trên mặt đất.

Làm thủ tục phẫu thuật:

Việc làm thủ tục cho phẫu thuật được thực hiện tại tầng một.



CƠ SỞ BALLARD



CƠ SỞ ISSAQUAH

Edmonds

21601 76th Ave. W.
Edmonds, WA 98026

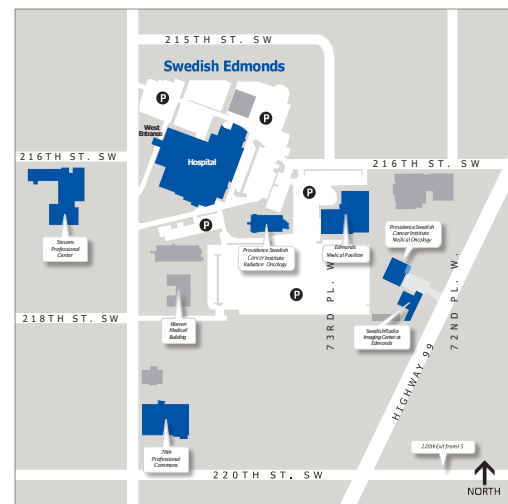
Từ phía Nam: Đi theo đường I-5 hướng bắc đến Lối ra 220th St./Mountlake Terrace (179). Rẽ trái (hướng tây) vào đường 220th St. SW. Rẽ phải vào Pacific Highway 99. Rẽ trái vào đường 216th St. SW. Rẽ trái tại biển báo dừng đầu tiên để vào nhà để xe miễn phí, hoặc tiếp tục đi thẳng và rẽ trái đến khu vực dành cho bệnh nhân xuống xe gần lối vào chính.

Đối với lối vào cấp cứu, hãy làm theo các hướng dẫn tương tự (lối vào cấp cứu nằm bên trái của lối vào chính).

Từ phía Bắc: Đi theo đường I-5 hướng nam đến Lối ra 220th St./Mountlake Terrace (179). Rẽ phải (hướng tây) vào đường 220th St. SW. Rẽ phải vào Pacific Highway 99. Rẽ trái vào đường 216th St. SW. Hoặc rẽ trái tại biển báo dừng đầu tiên vào nhà để xe miễn phí, hoặc tiếp tục đi thẳng và rẽ trái đến khu vực dành cho bệnh nhân xuống xe gần lối vào chính.

Đăng ký phẫu thuật

Quý vị sẽ cần vào bệnh viện qua **lối vào chính (tầng một)**, nằm ngay cạnh Khoa Cấp cứu và Starbucks. Sau khi vào bên trong, vui lòng làm thủ tục tại quầy đăng ký bệnh nhân. Khi hoàn tất đăng ký, quý vị sẽ được hướng dẫn hoặc có người đưa đến khu vực tiền thủ thuật/phẫu thuật.



CƠ SỞ EDMONDS

Thông báo về quyền không phân biệt đối xử và quyền tiếp cận

Providence St. Joseph Health và các Đơn vị liên kết (gọi chung là "PSJH") tuân thủ các luật dân quyền hiện hành của Liên bang và không phân biệt đối xử, loại trừ hoặc đối xử khác biệt với bất kỳ cá nhân nào tiếp cận bất kỳ Chương trình hoặc Hoạt động nào của PSJH dựa trên bất kỳ cơ sở nào bị cấm bởi luật pháp địa phương, tiểu bang hoặc liên bang, bao gồm nhưng không giới hạn ở: chủng tộc, màu da, tín ngưỡng tôn giáo (bao gồm cả trang phục và thói quen chăm sóc diện mạo theo tôn giáo), nguồn gốc quốc gia (bao gồm các hạn chế sử dụng ngôn ngữ nhất định), nguồn gốc tổ tiên, khuyết tật (tâm thần và thể chất bao gồm cả HIV và AIDS), tình trạng bệnh lý (bao gồm ung thư và các đặc điểm di truyền), tình trạng hôn nhân, tuổi tác, giới tính (bao gồm mang thai, sinh con, cho con bú và các tình trạng y tế liên quan), giới tính, bản dạng giới, biểu hiện giới tính và xu hướng tính dục, thông tin di truyền (bao gồm tiền sử bệnh gia đình), hoặc tình trạng quân nhân/cựu chiến binh theo các thuật ngữ được định nghĩa trong luật pháp và quy định của liên bang và tiểu bang.

Tuân thủ Đạo luật Người khuyết tật Hoa Kỳ (ADA), PSJH cung cấp miễn phí thông dịch viên có chuyên môn cũng như các thiết bị và dịch vụ hỗ trợ khác:

- (1) dành cho những người khuyết tật để có thể giao tiếp hiệu quả với chúng tôi, ví dụ như: (a) Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đủ trình độ; và (b) Thông tin bằng văn bản ở các định dạng khác (chữ in khổ lớn, âm thanh, định dạng điện tử dễ tiếp cận, và các định dạng khác); và
- (2) dành cho những người có ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, ví dụ như: (a) Thông dịch viên có chuyên môn; và (b) Thông tin được viết bằng các ngôn ngữ khác.

Nếu quý vị cần bất kỳ dịch vụ nào nêu trên, vui lòng liên hệ với Điều phối viên Dân quyền theo thông tin dưới đây. Nếu quý vị cần Dịch vụ Chuyển tiếp Viễn thông, vui lòng gọi số 1-800-833-6384 or 7-1-1.

Nếu quý vị tin rằng PSJH đã không cung cấp các dịch vụ này hoặc có hành vi phân biệt đối xử theo cách khác dựa trên chủng tộc, màu da, tín ngưỡng tôn giáo (bao gồm cả trang phục và thói quen chăm sóc diện mạo theo tôn giáo), nguồn gốc quốc gia (bao gồm một số hạn chế nhất định về sử dụng ngôn ngữ), nguồn gốc tổ tiên, khuyết tật (tâm thần và thể chất bao gồm cả HIV và AIDS), tình trạng bệnh lý (bao gồm ung thư và các đặc điểm di truyền), tình trạng hôn nhân, tuổi tác, giới tính (bao gồm mang thai, sinh con, cho con bú và các tình trạng y tế liên quan), giới tính, bản dạng giới, biểu hiện giới tính và xu hướng tính dục, thông tin di truyền (bao gồm tiền sử bệnh gia đình), hoặc tình trạng quân nhân/cựu chiến binh, quý vị có thể nộp đơn khiếu nại với PSJH bằng cách liên hệ với Điều phối viên Dân quyền tại địa điểm của quý vị được liệt kê dưới đây:

Điều phối viên Dân quyền của Swedish

Điều phối viên Dân quyền, Ban Quản trị Rủi ro & An toàn Bệnh nhân, Hệ thống Y tế Swedish
747 Broadway, Seattle, WA 98122
Điện thoại: 1-844-469-1775;
Dịch vụ Thông dịch: 1-888-311-9127
Email: Nondiscrimination.swedish@providence.org

Quý vị có thể nộp đơn khiếu nại trực tiếp hoặc qua thư bưu điện, fax hoặc email. Nếu cần trợ giúp để nộp đơn khiếu nại, điều phối viên dân quyền được nêu trên luôn sẵn sàng giúp đỡ quý vị.

Quý vị cũng có thể nộp đơn khiếu nại về dân quyền cho Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ, Văn phòng Dân quyền bằng phương thức điện tử thông qua Cổng Thông tin Khiếu nại của Văn phòng Dân quyền, tại: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, hoặc qua thư bưu điện hoặc điện thoại tại:

U.S. Department of Health and Human Services 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD).



Mẫu đơn khiếu nại có sẵn tại: <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

¹ Mục đích của thông báo này, "Các đơn vị liên kết" được định nghĩa là bất kỳ tổ chức nào thuộc sở hữu hoàn toàn hoặc được kiểm soát bởi Providence St. Joseph Health (PSJH), Providence Health & Services, St. Joseph Health System, Western HealthConnect, Covenant Health Network, Inc., hoặc thuộc sở hữu chung hay được kiểm soát bởi PSJH hoặc các Đơn vị liên kết của tổ chức này và mang tên Providence, Swedish Health Services, Swedish Edmonds, St. Joseph Health, Covenant Health Network, Covenant Health, Kadlec Regional Medical Center, hoặc PacMed Clinics.

CHÚ Ý: Nếu quý vị nói một ngôn ngữ khác, các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí luôn sẵn sàng dành cho quý vị.
Gọi: 888-311-9127 (TTY: 711).



Quét mã để biết thông tin về chính sách không phân biệt đối xử của Swedish.

Español (Spanish)	ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 888-311-9127 (TTY: 711).
繁體中文 (Chinese)	注意: 如果您講中文, 我們可以給您提供免費中文翻譯服務, 請致電 888-311-9127 (TTY: 711)
Tiếng Việt (Vietnamese)	CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí có sẵn dành cho bạn. Gọi số 888-311-9127 (TTY: 711).
Tagalog (Tagalog – Filipino)	PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 888-311-9127 (TTY: 711).
(Korean)	주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 888-311-9127 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
Русский (Russian)	ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 888-311-9127 (телетайп: 711).
Հայերեն (Armenian)	Ուշադրություն: Եթե խոսում եք հայերեն, ապա ձեզ կարող են տրամադրվել լեզվական աջակցության անվճար ծառայություններ: Ձևակազմակերպեք 888-311-9127 (հեռախոյ) (TTY) 711):
العربية (Arabic)	يرجى الانتباه: إذا كنتم تتكلمون اللغة العربية، فاعلموا أن خدمات المساعدة اللغوية متوفرة مجاناً لكم. اتصلوا برقم الهاتف 888-311-9127 (أو برقم الهاتف 888-311-9178 عند الاتصال بالمركز الطبي السويدي في إدموندز (أو بخط المبرقة الكتبية TTY لضعاف السمع والنطق على الرقم 711)).
فارسی (Farsi) Persian (Farsi)	توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. شماره 888-311-9127 تماس بگیرید. (TTY: 711)
日本語 (Japanese)	注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。 888-311-9127 (TTY:711) まで、お電話にてご連絡ください。
ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi) Panjabi*	ਪੰਜਾਬੀ ਸੇਵਾ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਚਲਾਉਣ ਲਈ 888-311-9127 (TTY: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
ខ្មែរ (Cambodian) Mon-Khmer, Cambodian	សូមជ្រើសរើសភាសាស្រីស្រីរបស់អ្នកសម្រាប់ការប្រើប្រាស់សេវាជំនួយភាសាខ្មែរ 888-311-9127 (TTY: 711)។
हिन्दी (Hindi)	ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपको लिए मुफ्त मातृ भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 888-311-9127 (TTY: 711) पर कॉल करें।
Hmoob (Hmong)	LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, koj tuaj yeem siv cov kev pab txhais lus pub dawb. Hu rau 888-311-9127 (TTY: 711).
ภาษาไทย (Thai)	โปรดทราบ: หากคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการความช่วยเหลือทางภาษาได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย โทร 888-311-9127 (TTY: 711)
Deutsch (German)	ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 888-311-9127 (TTY: 711).
اردو (Urdu)	توجہ: اگر آپ اردو بولتے ہیں، تو آپ کو زبان کی مدد کی خدمات مفت میں دستیاب ہیں۔ کال کریں 888-311-9127 (TTY: 711)۔
Українська (Ukrainian) Ukrainian*	УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером 888-311-9127 (телетайп: 711).
Français (French)	ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 888-311-9127 (ATS: 711).
Diné Bizaad (Navajo)	Díí baa akó nínizin: Díí saad bee yánfti'go Diné Bizaad, saad bee áká'ánida' áwo'déé', t'áá jiik'eh, éí ná hóló, koji' hódíílnih 1-888-311-9127 (TTY: 711).
ພາສາລາວ (Lao) Laotian	ທ່ານສາມາດ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ທ່ານ ຈຶ່ງຕ້ອງຕິດຕໍ່ສູນບໍ່ຄ່າໃຫ້ແກ່ທ່ານ. 888-311-9127 (TTY: 711).
ગુજરાતી (Gujarati)	સૂચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો તમને સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. કૌન 888-311-9127 (TTY: 711).
Cushite*	XIYYEEFFANNA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajjila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa 888-311-9127 (TTY: 711).
አማርኛ (Amharic) Amharic*	ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶቹ በገጻ ሊያግዝዎት ተዘጋጅተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 888-311-9127 (መስማት ለተሳናቸው: 711)
Română (Romanian) Romanian*	ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la 888-311-9127 (TTY: 711).
Gagana fa'a Samoa (Samoan) Samoan*	MO LOU SILAFIA: Afai e te tautala i le Gagana Samoa, o loo iai auanaga fesoasoani, e leai se togoti mo oe, Telefoni mai i le: 888-311-9127 (TTY: 711)
Ilokano (Ilocano) Ilocano*	AGATENSION: No agsasaokayo iti Ilocano, dagiti serbisio para ti tulong iti pagsasao nga awan ti bayadan ket siaadda para kadakayo. Tawagan ti 888-311-9127 (TTY: 711).
Italiano (Italian)	ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero 888-311-9127 (TTY: 711).
Polski (Polish)	UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 888-311-9127 (TTY: 711).
Norsk (Norwegian) Norwegian*	MERK: Hvis du snakker norsk, er gratis språkassistanstjenester tilgjengelige for deg. Ring 888-311-9127 (TTY: 711).
Deutsch (Pennsylvania Dutch)	Wann du schwetzscht, kannscht du mitaus Koschte ebber gricke, ass dihr helft mit die englisch Schprooch. Ruf selli Nummer uff: Call 888-311-9127 (TTY: 711).
Somali	OGAYSII: Hadaa ku hadasho luuqada Soomaaliga, waxaa kuu diyaara caawisyo xaga luuqa daada oo kuu bilaahsh ah Fadlan Wac taleefaankaan. 888-311-9127 (TTY: 711)
Tigrigna/Tigrinya	አትተንትአን: እና የኦስጲኒያን ትግርግያ፣ ላንጉላን አስስሰታንጭኤ ሰርቪሽስ፣ ቁርኢ እና ቻርግ፣ ኢር ኢላብላ ት የኦስ። ጭላል: 1-888-311-9127 (ትትይ: 711)
American Sign Language	 



Chúng tôi không phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, giới tính, xu hướng tính dục, bản dạng giới hoặc biểu hiện giới tính, tuổi tác, hoặc khuyết tật trong các chương trình và hoạt động y tế của mình.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de Asistencia lingüística. Llame al 888-311-9127 (TTY:711) 888-311-9127 (TTY:711)

注意：如果您講中文，我們可以給您提供免費中文翻譯服務，請致電

888-311-9127 (TTY:711)

swedish.org

Preadmission Clinic/System SU-25-0120 Rev 4/2