

BỆNH MẮT TRÍ NHỚ VÀ LÁI XE HỖ TRỢ QUYẾT ĐỊNH

UNIVERSITY OF
WOLLONGONG



Bác sĩ Dr John Carmody FRACP
Phó Giáo sư A/Prof Victoria Traynor PhD
Giáo sư Prof Don Iverson PhD
Cô Catherine Andrew MSc

MỤC LỤC

LỜI GIỚI THIỆU	3
HƯỚNG DẪN	4
BƯỚC 1: GIÚP LÀM RÕ QUYẾT ĐỊNH CỦA QUÝ VỊ	5
BƯỚC 2: QUÝ VỊ CẦN NHỮNG GÌ ĐỂ QUYẾT ĐỊNH?	10
BƯỚC 3: CÂN NHẮC NHỮNG CHỌN LỰA CỦA QUÝ VỊ	13
BƯỚC 4: KẾ TIẾP LÀ GÌ?	20
BƯỚC KẾ TIẾP	25
TÀI LIỆU THAM KHẢO	26
CÁC VẤN ĐỀ KHÁC	29
CÁC TÁC GIẢ	31

LỜI GIỚI THIỆU

Sự chẩn đoán bị bệnh mất trí nhớ có thể đến như là một cú sốc. Nó đi kèm với nhiều thay đổi khác nhau đến cách sống và các nhu cầu của người bệnh. Quyển sách nhỏ này có thể được sử dụng bởi bất kỳ người lái xe nào có bệnh mất trí nhớ.

Hầu hết những người lớn tuổi lái xe một cách an toàn và vẫn không bị tai nạn trong nhiều năm. Rất tiếc, bệnh mất trí nhớ có thể âm thầm làm rối loạn các kỹ năng lái xe. Đôi khi, các thành viên trong gia đình để ý thấy hành vi lái xe không an toàn trước quý vị. Vì nhiều lý do khác nhau, vấn đề an toàn của việc lái xe thường không được nêu lên bởi bác sĩ, y tá, gia đình hay bạn bè.

Mục đích của quyển sách nhỏ này là để giúp đỡ quý vị quyết định khi nào ngưng lái xe sau khi nhận được sự chẩn đoán bị bệnh mất trí nhớ. Hy vọng rằng việc sắp đặt sớm để ngưng lái xe sẽ tránh được sự cần thiết phải ngưng đột ngột trong tương lai.

Ấn bản 3 Ấn hành 2014

Version 3, Vietnamese Translation, Produced in 2016

HƯỚNG DẪN

- Xin hãy đọc quyển sách nhỏ này từ đầu đến cuối
 - Quý vị sẽ được hướng dẫn qua 4 bước
 - Dùng viết chì để trả lời các câu hỏi
 - ☐ Đánh dấu vào các ô màu xanh lá cây này nếu quý vị đồng ý
 - Xin hãy viết các câu trả lời của quý vị trên đường kẻ chấm chấm
-
- Quý vị có thể dùng lại quyển sách nhỏ này thường xuyên tùy ý thích của quý vị

BƯỚC 1



**GIÚP LÀM RÕ
QUYẾT ĐỊNH
CỦA QUÝ VỊ**

Bệnh mất trí nhớ là gì?

Thông thường, bệnh mất trí nhớ là một căn bệnh làm rối loạn dần dần trí nhớ, lời nói, sự tập trung, phán đoán và khả năng suy tính của người bệnh. Những dạng thông thường nhất của bệnh mất trí nhớ là bệnh Alzheimer, bệnh mất trí nhớ mạch, bệnh Cơ Thể Lewy và bệnh mất trí nhớ vùng trán và thái dương. Vào khoảng 6% số người có độ tuổi trên 65 bị mắc bệnh. Bệnh mất trí nhớ đi kèm với nhiều căn bệnh khác và việc sử dụng thuốc. Một số dạng của bệnh mất trí nhớ làm tăng rủi ro của quý vị bị co giật và đột quỵ.

Bệnh mất trí nhớ có thể ảnh hưởng đến các kỹ năng lái xe của quý vị không?

Có. Cuối cùng, hầu hết những người bị bệnh mất trí nhớ không còn an toàn để lái xe nữa. Lái xe là công việc phức tạp. Để lái xe an toàn, quý vị phải nhờ vào một số các kỹ năng khác nhau như phán đoán, trí nhớ, tập trung và khả năng đánh giá tình hình chung quanh quý vị. Rất tiếc, những người bị bệnh mất trí nhớ thường bị mất đi những kỹ năng quan trọng này. Đối với nhiều người, điều này xảy ra mà quý vị không nhận thấy. Về lâu dài, rủi ro quý vị bị lạc đường hay tai nạn xe cộ gia tăng đáng kể.

Quý vị có những chọn lựa gì?

- Tiếp tục lái xe không thay đổi gì
- Ngưng lái xe ngay bây giờ
- Lái xe ít lại
- Sẽ ngưng lái xe sau này

Quý vị tiến triển được bao xa rồi với việc quyết định về việc lái xe?

- ☐ Tôi chưa suy nghĩ về những chọn lựa của tôi
- ☐ Tôi đang suy nghĩ về những chọn lựa của tôi
- ☐ Tôi gần quyết định được rồi
- ☐ Tôi đã quyết định xong rồi

Quý vị sẽ chịu như thế nào khi không có xe của mình?

Những người bị bệnh mất trí nhớ muốn lái xe vì nhiều lý do khác nhau: thú vui lái xe; sự độc lập; đi mua sắm; làm việc; viếng thăm gia đình hay bạn bè; đi đến các cuộc hẹn; và du lịch. Nhiều người ngại nói chuyện về sự an toàn của việc lái xe vì sợ bị mất bằng lái của mình.

May thay, có những thay thế khác mà quý vị có thể xem xét:

- Gia đình hay bạn bè cho quý vị quá giang
- Phương tiện giao thông công cộng hay cộng đồng (xe buýt nhỏ, xe buýt, xe lửa hay phà)
- Taxi (quý vị có thể xin hỗ trợ giá)
- Đổi nhà (dọn đến ở gần trung tâm hơn)
- Sử dụng Internet WWW để mua sắm trên mạng hay giao tiếp với bạn bè và gia đình
- Năng động lên (đi bộ nhiều hơn hay chơi một môn thể thao)
- Thường thức các hoạt động cơ khí (bảo trì xe hơi hay xe đạp)

Nhiều người đánh giá thấp số tiền họ có thể tiết kiệm bằng việc ngưng lái xe. Họ sẽ không còn cần phải trả tiền đăng ký xe hàng năm, bảo hiểm xe, kiểm tra bảo trì, sửa chữa và giá cả nhiên liệu ngày một gia tăng.

Quý vị có để ý thấy các dấu hiệu cảnh báo của việc lái xe không an toàn chưa?

Các lỗi lầm khi lái xe là một dấu hiệu cho thấy các kỹ năng lái xe của quý vị không còn đủ tốt nữa. Quý vị có bị bất kỳ những dấu hiệu cảnh báo sau đây khi lái xe không?

- ☐ Thấy khó khăn khi chuyển đổi làn xe
- ☐ Thấy khó khăn khi sử dụng bùng binh
- ☐ Lái xe rất chậm
- ☐ Lẫn lộn trái và phải
- ☐ Bị lạc khi đi những đoạn đường ngắn
- ☐ Lái xe lộn bên đường
- ☐ Để ý thấy hư hỏng trên xe của tôi mà tôi không thể giải thích được
- ☐ Tai nạn xe cộ hay gần đụng
- ☐ Bị phạt giao thông

Quý vị gặp bất kỳ dấu hiệu cảnh báo này thường xuyên như thế nào?

- ☐ Không bao giờ
- ☐ Hiếm khi
- ☐ thỉnh thoảng
- ☐ Thường xuyên



BƯỚC 2



QUÝ VỊ CẦN
NHỮNG GÌ ĐỂ
QUYẾT ĐỊNH?

Hỗ trợ

- Tôi có đủ giúp đỡ hay cố vấn của những người khác để chọn lựa không?

☐ Có ☐ Không

- Tôi có đang bị những người khác ép buộc chọn lựa không?

☐ Có ☐ Không

Kiến thức

- Tôi có biết những chọn lựa của tôi không?

☐ Có ☐ Không

- Tôi có biết những lợi ích và rủi ro của mỗi sự chọn lựa không?

☐ Có ☐ Không

Giá trị

- Tôi có biết rõ những lợi ích và rủi ro nào quan trọng nhất đối với tôi không?

☐ Có ☐ Không

Chắc chắn

- Tôi có cảm thấy chắc chắn về sự chọn lựa tốt nhất cho tôi không?

☐ Có ☐ Không



BUƯỚC 3



CÂN NHẮC
NHỮNG CHỌN
LỰA CỦA
QUÝ VỊ

Hỗ trợ

- Ai khác tham dự vào quyết định của tôi về việc lái xe?

- Họ thích chọn lựa nào?

NHỮNG CHỌN LỰA =

Không thay đổi / Ngưng lái xe ngay bây giờ / Lái xe ít lại /
Sẽ ngưng lái xe sau này

- Người này có đang làm áp lực đối với tôi không?

☐ Có ☐ Không

- Người này có thể giúp tôi được không?

☐ Có ☐ Không

- Tôi thích gì hơn?

☐ Tôi thích tự quyết định cho mình hơn

☐ Tôi thích để người khác quyết định hơn

☐ Tôi thích chia sẻ quyết định với những người khác hơn

Kiến thức

Hầu hết các chuyên gia có thể sẽ đồng ý rằng những người lái xe bị bệnh mất trí nhớ sẽ có rủi ro cao hơn về đi lạc hay tai nạn xe cộ. Một số các nhà nghiên cứu tìm thấy rủi ro tai nạn cao hơn từ 2,5 đến 10 lần so với những người khác ở cùng độ tuổi. Đây là đề tài khó nghiên cứu và mức rủi ro chính xác của quý vị thì không chắc chắn.



NHỮNG LỢI ÍCH CỦA VIỆC LÁI XE LÀ GÌ?

- Sự độc lập
- Thú vui lái xe
- Viếng thăm gia đình & bạn bè
- Đi đến các cuộc hẹn

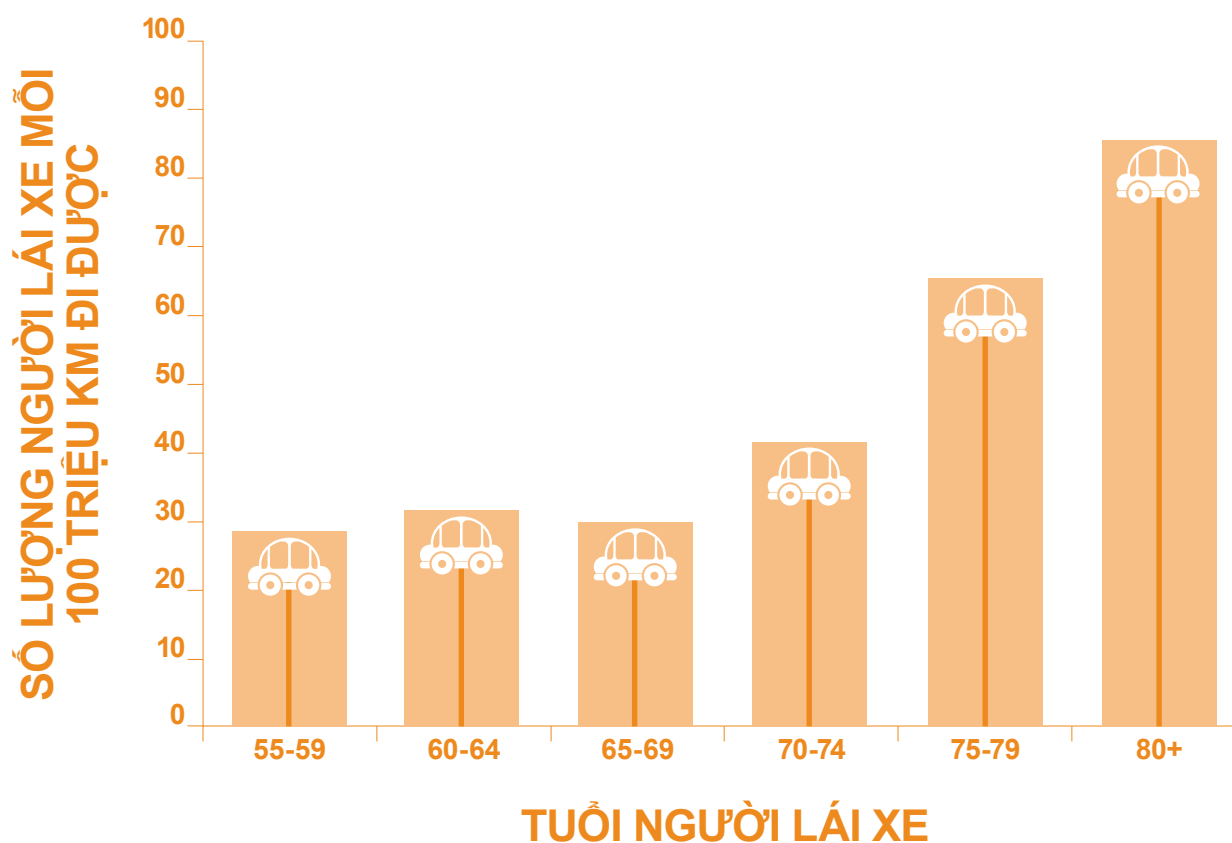
NHỮNG RỦI RO CỦA VIỆC LÁI XE LÀ GÌ?

- Bị lạc đường
- Tai nạn xe cộ
- Thương tích cá nhân
- Thương tích cho người khác

Rủi ro của quý vị có thay đổi theo thời gian không?

Có, nó có thay đổi. Những kỹ năng lái xe của quý vị sẽ tệ hơn theo thời gian. Với lại, rủi ro của quý vị bị thương tích nghiêm trọng hay tử vong khi bị đụng xe tăng lên khi quý vị lớn tuổi hơn. Biểu đồ này cho thấy con số những người lái xe khỏe mạnh bị thương hay tử vong trong các vụ đụng xe tùy theo tuổi. Tuy nhiên, những người lái xe bị bệnh mất trí nhớ được phỏng đoán có mức rủi ro sẽ cao hơn (cao hơn đến 10 lần).

TUỔI NGƯỜI LÁI XE VÀ RỦI RO BỊ THƯƠNG TÍCH HAY TỬ VONG KHI ĐỤNG XE



Các hướng dẫn ở Úc là gì?

Hội Úc và Tân Tây Lan về Y Học Lão Khoa nói rằng:

- **Một số người bị bệnh mất trí nhớ nhẹ có thể an toàn tiếp tục lái xe trong một thời gian giới hạn**

Những hướng dẫn toàn quốc của Đường Bộ Úc (Austroads) nói rằng:

- **Những người bị bệnh mất trí nhớ có thể có bằng lái xe có điều kiện**
- **Cần phải có kiểm tra y khoa về khả năng lái xe mỗi 12 tháng**



Lý do quan trọng nhất của quý vị để tiếp tục lái xe là gì?

- ☐ Sự độc lập
- ☐ Thú vui lái xe
- ☐ Viếng thăm gia đình
- ☐ Viếng thăm bạn bè
- ☐ Đi đến các cuộc hẹn
- ☐ Du lịch đến những nơi mới
- ☐ Đi mua sắm
- ☐ Sự tiếp cận nghèo nàn đến phương tiện giao thông công cộng
- ☐ Lý do khác _____
- _____
- _____
- _____

Lý do quan trọng nhất để quý vị ngưng lái xe là gì?

- ☐ Rủi ro bị lạc đường
- ☐ Rủi ro bị tai nạn xe cộ
- ☐ Rủi ro bị thương tích cho tôi
- ☐ Rủi ro gây thương tích cho người khác
- ☐ Đụng xe dẫn đến tử vong
- ☐ Gia đình bị lo lắng
- ☐ Bạn bè bị lo lắng
- ☐ Lý do khác _____
- _____

Với tất cả các mục trên trang này – một mục nào là quan trọng nhất đối với quý vị?

BƯỚC 4



KẾ TIẾP LÀ GÌ?

Hỗ trợ

Nếu quý vị cảm thấy mình không có đủ hỗ trợ để quyết định thì quý vị có thể tìm đến hỗ trợ thêm từ những người khác. Quý vị thích nói chuyện với ai hơn? Quý vị có thể dùng danh sách này để nhắc quý vị sau này.

-  **Bác sĩ của tôi (bác sĩ gia đình hay chuyên khoa)**
-  **Y tá hay một người nào khác trong nghề y khoa**
-  **Gia đình tôi**
-  **Bạn bè tôi**
-  **Đường Dây Nóng Toàn Quốc cho Bệnh Mất Trí Nhớ (National Dementia Hotline) **1800 100 500****
-  **Tư vấn bệnh Alzheimer ở Úc (Alzheimer's Australia) **1800 100 500****



Kiến thức

Nếu quý vị không có đủ thông tin để quyết định thì quý vị có thể hỏi thêm dữ kiện từ những nguồn khác. Quý vị muốn hỏi ở đâu hơn?

-  **Bác sĩ của tôi (bác sĩ gia đình hay chuyên khoa)**
-  **Thư viện gần nhà tôi**
-  **Đường Dây Nóng Toàn Quốc cho Bệnh Mất Trí Nhớ 1800 100 500**
-  **Truy cập trang mạng của Bệnh Alzheimer ở Úc để đọc thông tin về bệnh mất trí nhớ www.fightdementia.org.au**
-  **Truy cập trang mạng của Đường Bộ Úc để biết chi tiết về quy định cho bằng lái xe www.austroads.com.au**
-  **Truy cập trang mạng của Lao Động Trị Liệu ở Úc (Occupational Therapy Australia) để biết thông tin về các bài thi lái xe www.otaus.com.au**

Giá trị

Đây là một vài lời khuyên để xác định rõ những giá trị quan trọng nhất đối với quý vị. Quý vị có thể chọn nhiều những chọn lựa này tùy theo ý thích của quý vị:

- **Nói chuyện với những người khác đã quyết định rồi**
- **Bàn luận với những người khác về các vấn đề quan trọng nhất đối với tôi**
- **Xem xét về việc tham gia vào nhóm hỗ trợ tại địa phương**
- **Các chi tiết có sẵn tại Đường Dây Nóng Toàn Quốc cho Bệnh Mất Trí Nhớ **1800 100 500****

Các câu hỏi

Những câu hỏi nào cần thiết phải trả lời để giúp quý vị quyết định? Quý vị có thể muốn cho những người khác xem các câu hỏi này ví dụ những bác sĩ của quý vị. Việc thảo luận quyển sách nhỏ này với gia đình và bạn bè thường có ích.

1.

2.

3.

Qua quyển sách nhỏ này bây giờ quý vị đã xem xét

- Bệnh mất trí nhớ ảnh hưởng như thế nào đến các kỹ năng lái xe
- Các chọn lựa của quý vị về việc lái xe
- Quý vị có để ý gì việc lái xe của quý vị
- Quý vị có những hỗ trợ nào
- Các lý do tốt và xấu cho việc lái xe
- Đi đâu để tìm thêm thông tin và hỗ trợ

Quyết định

Sau khi đã đọc xong quyển sách nhỏ này, quý vị đã quyết định về việc lái xe chưa? Quý vị đã quyết định gì rồi?

- ☐ Tôi sẽ tiếp tục lái xe không thay đổi gì
- ☐ Tôi sẽ ngưng lái xe ngay bây giờ
- ☐ Tôi sẽ lái xe ít lại
- ☐ Tôi sẽ ngưng lái xe sau này
- ☐ Tôi không chắc

BƯỚC KẾ TIẾP

Sắp xếp làm hẹn với bác sĩ của quý vị, y tá hay ai đó có thể giúp quý vị thảo luận thêm về vấn đề này. Quý vị có thể thấy có ích khi đem theo quyển sách nhỏ này. Xin quý vị hãy dùng quyển sách nhỏ này thường xuyên theo ý thích của quý vị.



TÀI LIỆU THAM KHẢO

Alzheimers Australia 2005, *About you driving: information for people with dementia*. www.fightdementia.org.au/common/files/NAT/20050700_Nat_HS_8.4Driving.pdf

American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual 1994, 4th ed. Washington DC: APA Press.

Australian and New Zealand Society for Geriatric Medicine 2009, *Position statement number 11: Driving and dementia*. www.anzsgm.org/posstate.asp

Austroroads. *Assessing fitness to drive for commercial and private vehicle drivers: medical standard for licensing and clinical management guidelines*. 4th ed. Sydney: Austroroads; 2012.

Breen, DA, Breen, DP, Moore, JW, Breen, PA and O'Neill, D 2007, 'Driving and dementia', *British Medical Journal*, vol. 334, pp. 1365-1369.

Carr, DB, Duchek, J and Morris, JC 2000, 'Characteristics of motor vehicle crashes of drivers with dementia of the Alzheimer's type', *Journal of the American Geriatric Society*, vol. 48, pp. 18-22.

Dubinsky, RM, Stein, AC and Lyons, K 2005, 'Practice parameter: risk of driving and Alzheimer's disease (an evidence-based review)', *Neurology*, vol. 54, pp. 2205-2211.

Man-Son-Hing, M, Marshall, SC, Molnar, FJ and Wilson, KG 2007, 'Systematic review of driving risk and the efficacy of compensatory strategies in persons with dementia', *Journal of the American Geriatric Society*, vol. 55, pp. 878-884, 2007.

Martin, AJ, Marottoli, R and O'Neill, D 2009, 'Driving assessment for maintaining mobility and safety in drivers with dementia', *Cochrane Database of Systematic Reviews*, issue 1.

Ministry of Transport 2011, *New Zealand household travel survey 2006-2010*. Risk on the road: drivers and their passengers V2.0, Wellington, New Zealand. www.transport.govt.nz/research/Documents/Risk-2011-Drivers-and-passengers.pdf

Thal, LJ, Grundman, M and Klauber, MR 1988, 'Dementia: characteristics of a referral population and factors associated with progression', *Neurology*, vol. 38, pp. 1083-1090.

Uc, EY, Rizzo, M, Anderson, SW, Shi, Q and Dawson, JD 2004, 'Driver route following and safety errors in early Alzheimer disease', *Neurology*, vol. 63, pp. 832-837.

Van der Flier, WM and Scheltens, P 2005, 'Epidemiology and risk factors of dementia', *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry*, vol. 76, pp. 2-7.

Zuin, D, Ortiz, H, Boromei, D and Lopez, OL 2002, 'Motor vehicle crashes and abnormal driving behaviours in patients with dementia in Mendoza, Argentina', *European Journal of Neurology*, vol. 9, pp. 29-34.



CÁC VẤN ĐỀ KHÁC

MÂU THUẤN VỀ LỢI ÍCH

Hỗ trợ về tài chánh được cung cấp bởi (i) Bệnh Viện Wollongong Hospital, và (ii) Dịch Vụ Đường Hàng Hải và Đường Bộ NSW (NSW Roads and Maritime Services (RMS)). Cả các tác giả và các cơ quan liên kết với họ đều không trực lợi về tài chánh từ việc sử dụng quyền sách nhỏ này.

PHỎNG THEO

The Ottawa Personal Decision Guide © 2006, O'Connor, Jacobsen & Stacey. Ottawa Hospital Research Institute (OHRI), Ottawa, Canada.

TỪ CHỐI TRÁCH NHIỆM

Mục đích của quyền sách nhỏ này không nhằm thay thế lời khuyên của bác sĩ hay nhân viên y tế của quý vị. Tất cả mọi cố gắng được thực hiện để bảo đảm nội dung của quyền sách nhỏ này được chính xác vào thời điểm ấn hành. Ấn bản này (số 3, 2014) sẽ được cập nhật trong 2 năm (2016).

CẢM ƠN

Các tác giả xin được bày tỏ lòng biết ơn đối với công việc của Giáo sư Prof Annette O'Connor và Giáo sư Prof Dawn Stacey (The Patient Decision Aids Research Group, OHRI, Canada). Chúng tôi xin được cảm ơn những người phê bình cho quyển sách nhỏ này: Phó Giáo sư A/Prof Guy Bashford; Bác sĩ Dr Vida Bliokas; Giáo sư Prof Andrew Bonney; Cô Ms Jenny Davies; Giáo sư Prof Glyn Elwyn's Decision Laboratory (Cardiff University, Wales); Cô Ms Robyn Faine (Alzheimer's Australia NSW); Cô Ms Kate Lewis; Giáo sư Prof Elena Marchetti; Giáo sư Prof Jan Potter; Ông Mr Anton Saarimaki (OHRI, Canada); và Bác sĩ Dr Christine Stirling. Chúng tôi cũng xin cảm ơn các bệnh nhân, người chăm sóc và các thành viên gia đình đã đóng góp trong việc tạo nên sự hỗ trợ quyết định này. Nếu không có sự hỗ trợ tốt bụng này, chắc sẽ không thể có được thành quả này. Cuối cùng, là sự hỗ trợ vô giá của Ông Mr Robert Reynolds, Roads and Maritime Services, Wollongong, NSW vô cùng được biết ơn.



CÁC TÁC GIẢ

Bác sĩ Dr John Carmody

MB BCh, MRCPI, FRACP

Chuyên Gia Thần Kinh Học (Staff Specialist Neurologist),
Bệnh viện Wollongong Hospital

Phó Giáo sư Lâm Sàng (Clinical Associate Professor),
Đại Học University of Wollongong

john.carmody@sesiahs.health.nsw.gov.au

Phó Giáo sư A/Prof Victoria Traynor

BSc, RGN, PGCHE, ILM, PhD

Phó Giáo sư Associate Professor,
Đại Học University of Wollongong

Phó Trung tâm Associate Director, Trung Tâm Nghiên Cứu Huấn Luyện Bệnh
Mất Trí Nhớ NSW/ACT (NSW/ACT Dementia Training Study Centre)

victoria_traynor@uow.edu.au

Giáo sư Prof Don Iverson

BSc, MSc, DSc, PhD

Chủ Nhiệm Khoa Executive Dean, Khoa Sức Khỏe, Nghệ Thuật và Thiết Kế
(Faculty of Health, Arts and Design)

Đại Học University of Swinburne

Cô Ms Catherine Andrew

BAppSc, MSc

Nhân viên chữa bệnh bằng việc làm Occupational Therapist

Giảng viên Lecturer, Đại Học University of Wollongong

BỆNH MẮT TRÍ NHỚ VÀ LÁI XE HỖ TRỢ QUYẾT ĐỊNH

smah.uow.edu.au/nursing/adhere/drivingdementia
Email: dementia-driving@uow.edu.au



Health
Illawarra Shoalhaven
Local Health District

UNIVERSITY OF
WOLLONGONG

