



Tại Inova Peterson Life with Cancer, chúng tôi tin rằng bất cứ ai bị ảnh hưởng bởi ung thư nên được tiếp cận các công cụ và tài nguyên cần thiết. Đó là lý do chúng tôi tự hào trong việc cung cấp những dịch vụ hỗ trợ miễn phí\*, bất kể nơi tiếp nhận điều trị ở đâu.



**HELPING YOU & YOUR LOVED ONES LIVE LIFE WITH CANCER**  
community | healing support | education

**MIỄN PHÍ:** Tất cả các chương trình bao gồm tập thể dục, nhóm hỗ trợ, giảm căng thẳng, quản lý triệu chứng, nâng cao kiến thức và các dịch vụ như tham vấn trị liệu, điều dưỡng viên và tư vấn dinh dưỡng đều được cung cấp miễn phí\*.

**DÀNH CHO MỌI LỨA TUỔI:** Dành cho người lớn (bệnh nhân và người chăm sóc), thanh thiếu niên và trẻ em bị ảnh hưởng bởi ung thư, bất kể nơi tiếp nhận điều trị ở đâu.

**ĐỂ TIẾP CẬN:** Không cần giấy giới thiệu (ngoại trừ liên quan đến tâm thần học).

**ĐỊA ĐIỂM TRỰC TIẾP & TRỰC TUYẾN:** Các chương trình và dịch vụ đều được cung cấp trực tuyến qua mạng cũng như trực tiếp tại các địa điểm của chúng tôi ở Fairfax, Fairfax/Falls Church, Alexandria, Fair Oaks và Loudoun.

**ĐỘI NGŨ NHÂN VIÊN LÀNH NGHỀ & TẬN TÂM:** Đội ngũ nhân viên bao gồm điều dưỡng viên ung thư, nhà trị liệu lâm sàng, chuyên gia dinh dưỡng có chứng nhận, hướng dẫn viên thể lực và nhà trị liệu nghệ thuật có chứng nhận.

**QUỸ CỘNG ĐỒNG:** Các chương trình, lớp học và dịch vụ của LWC được cung cấp miễn phí\* nhờ có sự quyên góp từ cộng đồng và Inova. Hãy quyên góp ngay hôm nay tại địa chỉ [lifewithcancer.org/donate](https://lifewithcancer.org/donate).

**Để hẹn lịch tham vấn, tư vấn về điều dưỡng và/hoặc dinh dưỡng, hãy gọi 703.206.5433.**



Truy cập [events.lifewithcancer.org](https://events.lifewithcancer.org) để đăng ký các nhóm và lớp học.



[lifewithcancer.org](https://lifewithcancer.org)

\*Các dịch vụ mất phí gồm có mát xa, châm cứu (ngoài các điều khoản của chương trình) và trị liệu tâm thần học.

## Life with Cancer cung cấp các hỗ trợ sau đây bất kể nơi tiếp nhận điều trị ở đâu.

**Giáo Dục:** Các lớp học, hội thảo và hội nghị chuyên đề của chúng tôi có nhiều chủ đề khác nhau bao gồm: dinh dưỡng, chứng mất ngủ, quản lý cảm xúc, những điều cần biết trong quá trình hóa trị, hỗ trợ cho con cái, chánh niệm, chiến lược giảm căng thẳng, cũng như những cập nhật về điều trị và nghiên cứu ung thư.

**Điều Dưỡng Viên:** Các điều dưỡng viên ung thư có kinh nghiệm luôn sẵn sàng hỗ trợ và hướng dẫn quý vị xuyên suốt hành trình điều trị ung thư. Họ có thể phối hợp chăm sóc và giúp quý vị hiểu thêm về bệnh tình của bản thân, cách xử lý tác dụng phụ, những điều cần biết, triệu chứng, xét nghiệm/ thủ tục và thử nghiệm lâm sàng.

**Thế Lược:** Hàng tuần, để hỗ trợ quý vị từ thời điểm chẩn đoán ung thư trở về sau, hơn 20 lớp học khác nhau dựa trên cơ sở thực tiễn được phát trực tiếp, được giảng dạy trực tuyến và trực tiếp bởi các Hướng Dẫn Viên/Huấn Luyện Viên Kinh Nghiệm Có Chứng Nhận Về Tập Thể Dục Dành Cho Bệnh Nhân Ung Thư và các Nhà Trị Liệu Yoga Có Đăng Ký Hành Nghề.

**Giảm Căng Thẳng:** Chương Trình Tích Hợp Về Tâm Lý Ung Thư (*Integrative Psycho-Oncology Program (IPOP)*) của chúng tôi được thiết kế để xây dựng các kỹ năng đối phó cảm xúc và khả năng phục hồi thông qua nhận thức, chánh niệm và chiêm nghiệm. Liệu Pháp Trị Liệu Nghệ Thuật, Liệu Pháp Trị Liệu Âm Nhạc, Liệu Pháp Trị Liệu Reiki và Liệu Pháp Chữa Bệnh Bằng Năng Lượng cũng có thể làm giảm căng thẳng, nâng cao kiến thức, nhận thức về bản thân và những người khác, và đối phó với các triệu chứng.

**Nhóm Hỗ Trợ:** Hãy kết nối với những người cũng đang cùng tìm kiếm thông tin, sự thấu hiểu, sự kết nối và giải pháp cho những thách thức cuộc sống trong và sau quá trình điều trị ung thư. Các nhóm của chúng tôi đều có sự điều phối của các chuyên gia giàu kinh nghiệm nhằm đem đến một trải nghiệm hữu ích cho mọi thành viên. Chúng tôi phân các nhóm ra thành nhóm dành cho các bệnh cụ thể, nhóm dành cho người chăm sóc, thanh thiếu niên, cũng như những người đã chiến thắng căn bệnh.

### Tham Vấn

- **Cá Nhân:** Dành thời gian để khám phá, bộc lộ cảm xúc của quý vị và tìm hiểu những cách đối phó mới. Tìm hiểu về cách xử lý những thách thức và thay đổi liên quan đến chẩn đoán ung thư. Tìm hiểu về cách tốt nhất để nói chuyện về bệnh ung thư với gia đình, con cái, bạn bè, người tuyển dụng lao động và đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị.
- **Trẻ Em, Thanh Thiếu Niên Và Phụ Huynh:** Các nhà trị liệu ung thư nhi khoa cung cấp cho trẻ em và thanh thiếu niên bị ảnh hưởng bởi ung thư một môi trường an toàn để nói về những thách thức đến từ ung thư trong gia đình, bộc lộ cảm xúc và học các kỹ năng đối phó. Chúng tôi cung cấp các buổi tư vấn dành cho phụ huynh để đảm bảo rằng người chăm sóc cảm thấy thoải mái khi nói chuyện về căn bệnh và hỗ trợ con cái xuyên suốt quá trình chữa trị.

**Tư Vấn Dinh Dưỡng:** Chuyên Gia Dinh Dưỡng Về Ung Thư Đã Đăng Ký Hành Nghề (*Registered Dietitians (RDs)*) và có chứng nhận cung cấp các buổi tư vấn và các khuyến nghị dinh dưỡng để hỗ trợ nhu cầu của bệnh nhân và người chăm sóc trước, trong và sau khi điều trị. Sử dụng cơ sở thực tiễn, Life with Cancer RDs có thể giải đáp các chủ đề phức tạp liên quan đến dinh dưỡng và ung thư để giúp giảm thiểu những nhầm lẫn và căng thẳng.

**Đau Buồn Và Mất Mát:** Đối với một số người, đau buồn là một phần của ung thư. Hãy kết nối với những người khác để được thấu hiểu và giải tỏa nỗi đau buồn của quý vị. Chúng tôi có các nhóm dành cho người lớn, phụ huynh, trẻ em và thanh thiếu niên.

**Châm Cứu & Mát Xa Dành Cho Bệnh Nhân Ung Thư:** Bệnh nhân đang điều trị tích cực với Inova được tặng sáu buổi châm cứu miễn phí để hỗ trợ giảm thiểu một số tác dụng phụ của điều trị như buồn nôn, nôn, mệt mỏi, bốc hỏa, khô miệng, bệnh thần kinh và rối loạn giấc ngủ/mất ngủ. Ngoài ra, bệnh nhân đang điều trị tích cực với Inova còn được tặng ba liệu pháp mát xa ung thư; Đối với những bệnh nhân và người chăm sóc khác, áp dụng giảm giá cho chi phí mát xa.

**Tâm Thần Học:** Bác sĩ tâm thần về ung thư của chúng tôi có thể giúp đỡ bệnh nhân thông qua việc quản lý thuốc và các phương pháp trị liệu tâm trí-cơ thể và chiêm nghiệm, đặc biệt là trong việc trau dồi chánh niệm và lòng trắc ẩn. Hiện chúng tôi chỉ áp dụng dịch vụ này đối với bệnh nhân đang điều trị tích cực với Inova. Quý vị sẽ cần phải trả một khoản phí cho các dịch vụ tâm thần. Chúng tôi chấp nhận áp dụng tất cả các chương trình bảo hiểm y tế lớn và chăm sóc từ thiện Inova.

Văn Phòng Chính - LWC Family Center | 8411 Pennell Street, Fairfax, VA 22031 | p: 703.206.5433



[lifewithcancer.org](http://lifewithcancer.org)



@lifewithcancer

Life With Cancer at a Glance – Vietnamese