



2023

## اگر در مراقبت‌های بهداشتی با تبعیض روبرو شده‌اید چه کاری می‌توانید انجام دهید؟

تأمین مالی این برگه‌ی راهنما توسط بنیاد حقوقی بی‌سی فراهم شده است.

اگر فکر می‌کنید علیه شما تبعیضی انجام شده چه کاری می‌توانید بکنید؟ ما برخی از اقدام‌های ممکن را در این برگه راهنما توضیح خواهیم داد، اما مهم است بدانید که اقدامات چندانی وجود ندارد که بتوانند راه حل سریع مورد نیاز شما برای تشخیص یا درمان فوری را ارائه دهند.

### با درمانگر خود صحبت کنید

اولین گزینه در میان گذاشتن مشکل خود با درمانگر (مثلا پزشک یا سایر مراقبتگران بهداشتی) است. این کار آسان نیست، ولی ممکن است بهترین راه برای پیدا کردن راه حل باشد.

گاهی اوقات تبعیض به این دلیل به وجود می‌آید که درمانگر، با اینکه ممکن است تجربه زیادی با شرایط شما نداشته باشد، اما تصمیم خود را درباره شرایط شما گرفته است.

کمبود فعلی پزشکان خانواده و سایر درمانگران می‌تواند دلیل قابل درک دیگری باشد که شما تمایلی به «برهم زدن آرامش» نداشته باشید. پیدا کردن یک پزشک جدید و از ابتدا توضیح دادن دگرتوانی خود برای او می‌تواند دلهره آور باشد.

با این وجود، حتی اگر اعتراض مشکل را حل نکرد، باز هم از سایر گزینه‌ها راحت‌تر، و در برخی موارد، کم هزینه‌تر است. مگر این که احساس کنید رفتار درمانگر یک تهدید جدی و فوری برای شما ایجاد می‌کند، بهتر است این گزینه را قبل از بقیه امتحان کنید.

### به اداره بهداشت شکایت کنید

اگر توسط کارکنان مراکز تحت مدیریت سازمان بهداشت (مانند سازمان‌های دولتی استانی که خدمات مراقبت بهداشتی را مدیریت می‌کنند، از جمله ونکوور کوستال هلت، فریزر هلت، ونکوور آیلند هلت، نورثرن هلت، و اینتریور هلت) مورد تبعیض قرار گرفته‌اید، می‌توانید به دفتر کیفیت مراقبت از بیمار (PCQO) این سازمان شکایت کنید.

ممکن است PCQO تحقیقی انجام دهد و به شما توصیه‌هایی را جهت حل اختلاف با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی پیشنهاد کند. برخی مراجعان گزارش داده‌اند که مدت زمان طولانی در انتظار خبر جدید بوده‌اند و در نهایت هم مشکل آنها حل نشده است.



## به یک نهاد نظارتی شکایت کنید

شما می‌توانید نزد نهادی که بر درمانگر شما نظارت می‌کند شکایت کنید. این کار می‌تواند به انجام تحقیق ختم شود، ولی همچنان یک فرایند طولانی است که ممکن است به رابطه شما و درمانگر آسیب بزند یا آن را خاتمه دهد.

## یک شکایت حقوق بشری ثبت کنید

شما این گزینه را دارید که یک شکایت حقوق بشری ثبت کنید، اما این روند از همه طولانی‌تر است. مراجعان کلینیک حقوقی دگرتوانی (DLC) ائتلاف دگرتوانی بریتیش کلمبیا گزارش کرده‌اند که مدتی بسیار طولانی انتظار کشیده‌اند تا فقط بدانند آیا شکایت آنها توسط دادگاه حقوق بشر بریتیش کلمبیا پذیرفته شده یا خیر. دو سال انتظار برای حل مشکل عادی تلقی می‌شود.

مانند سایر گزینه‌ها، به احتمال زیاد شکایت حقوق بشری رابطه شما با درمانگر را برهم می‌زند یا به آن خاتمه می‌دهد. مدت زمانی که طول می‌کشد تا به شکایت شما رسیدگی شود، از لحاظ کاربردی، به بهتر شدن شرایط مراقبتی شما کمکی نمی‌کند. علاوه بر این، یک روند رسمی و تدافعی است که می‌تواند به شدت استرس‌زا باشد.

چنانچه دیگر نیازی به مراقبت یا خدمات درمانگر خود ندارید، شکایت حقوق بشری می‌تواند گزینه مناسبی باشد. ممکن است بتوانید با سایر افرادی که از همین مطب یا درمانگر مراقبت‌های بهداشتی دریافت کرده‌اند صحبت و یک شکایت گروهی تنظیم کنید. این کار می‌تواند تأثیر بیشتری داشته باشد و انگشت‌نما شدن به خاطر شکایت یک نفره را کاهش دهد.

## مدافع خود باشید

در محیط کنونی، بیماران و افراد مورد اعتماد آنها، باید در دفاع از خدمات و مراقبت‌های مورد نیازشان به صورت استراتژیک عمل کنند— به جای واکنش نشان دادن بعد از اتفاق— تا از تبعیض جلوگیری شود.

این یعنی انتخاب کنید چه زمانی و چگونه نظر درمانگر خود را به چالش بکشید. همچنین می‌تواند به این معنا باشد که همیشه سوابق پزشکی خود را در دسترس داشته باشید تا به درمانگر جدید یا شخصی که قرار است فرم شما را برای بهره‌مندی از مزایا تکمیل کند، تحویل دهید.

از آنجایی که حفظ آرامش یا یادآوری حرف‌ها ی خود هنگام صحبت با پزشکی که وقت کمی گذاشته یا جانبدارانه رفتار کرده دشوار است، بهتر است از یک فرد مورد اعتماد بخواهید تا شما را در نوبت‌هایتان همراهی کند.

گاهی اوقات مدافع خود بودن می‌تواند یک مشکل خاص را برطرف و همزمان درمانگر را نیز آگاه کند— یک موقعیت برد-برد. در سایر مواقع، مدافع خود بودن یعنی از افراد مورد اعتماد خود بخواهید تا به شما کمک کنند قبل از اینکه اوضاع غیرقابل کنترل یا ناامن شود، یک درمانگر جدید پیدا کنید.

سازمان‌های متعددی وجود دارند که از افراد مدافع خود حمایت می‌کنند و ممکن است بتوانند به شما کمک کنند تا راه خود را هنگام مواجهه با یک وضعیت دشوار با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی پیدا کنید. موسسه حمایت از خانواده، شبکه بومیان بریتیش کلمبیا در انجمن دگرتوانی و سازمان‌های شرایط خاص، مانند اوتیسم بریتیش کلمبیا، نمونه‌هایی از سازمان‌هایی هستند که ممکن است بتوانند به شما کمک کنند.



## به نماینده‌ی مجلس قانونگزاری استانی نامه بنویسید

برای مشکلات سیستمی‌تر، به دفتر نماینده‌ی مجلس قانونگزاری استانی نامه بنویسید تا توجه آنها را به این موضوع جلب کنید. این نامه می‌تواند مربوط به یک کار خاص در یک مرکز پزشکی تحت مدیریت دولتی یا نیازمند بودجه برای خدمات خاص باشد.

لطفاً توجه کنید: هیچ کدام از موارد درج شده در این متن نباید به عنوان توصیه حقوقی در نظر گرفته شوند. هر فردی که قصد دارد از لحاظ قانونی اقدام کند باید در رابطه با شرایط خاص خود توصیه حقوقی دریافت کند.

این متن توسط سالی‌ها دوار نوشته شده و برای اولین بار در مجله تغییر موقعیت DABC، مرگ در راه مراقبت بهداشتی: پیمایش یک سیستم توانمندگرایانه (پاییز/زمستان ۲۰۲۲) چاپ شد. این متن را در لینک زیر مطالعه کنید:  
<https://disabilityalliancebc.org/transitionfallwinter22/>

سالی‌ها م. دوار، B.A و LL.B، دستیار و مدافع حقوقی در کلینیک حقوقی دگرتوانی DABC و فردی دگرتوان است.

این برگه راهنما را کلینیک حقوقی دگرتوانی، برنامه‌ای از ائتلاف دگرتوانی بریتیش کلمبیا، فراهم کرده است.  
از بنیاد حقوقی بریتیش کلمبیا برای تأمین هزینه‌ی مالی این برگه‌ی راهنما سپاسگزاریم.

1450-605 Robson St., Vancouver, BC V6B 5J3 • تلفن: 236-427-1108 • فکس: 604-875-9227

تلفن رایگان: 1-800-663-1278 • [www.disabilityalliancebc.org](http://www.disabilityalliancebc.org)

سری کامل برگه‌های راهنما و نشریات DABC به صورت رایگان در نشانی زیر موجود است:

<https://disabilityalliancebc.org/publications>