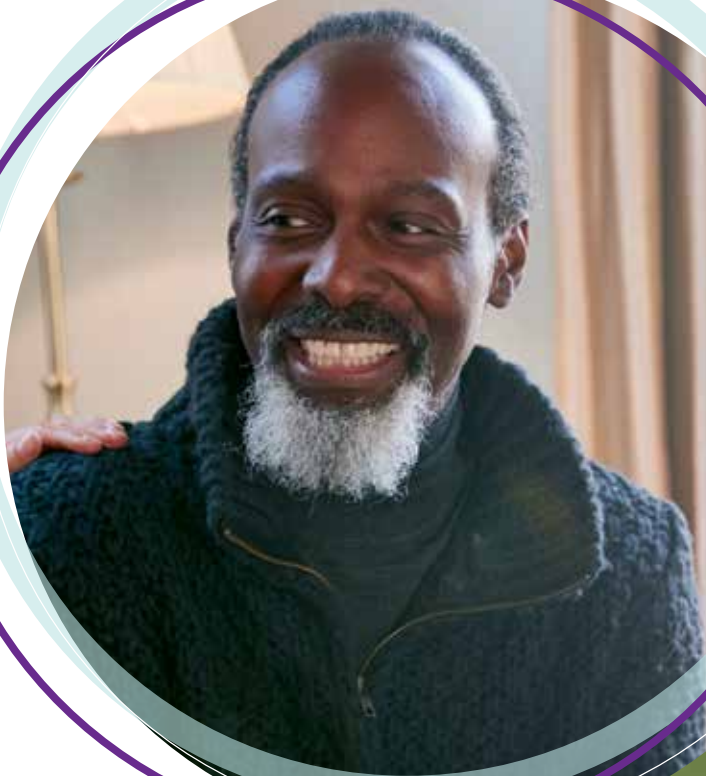




Hướng dẫn của bạn để Hoạch định trước về việc chăm sóc ở Tây Úc

Một quyển sổ làm việc để giúp bạn lập kế hoạch cho việc chăm sóc trong tương lai của bạn



Độc giả được cảnh báo rằng tài liệu này có thể chứa hình ảnh của những người đã qua đời kể từ thời điểm xuất bản.

© Bộ Y tế, Tiểu Bang Tây Úc (2022)

Tất cả thông tin và tài liệu trong văn kiện này được bảo vệ bởi bản quyền. Bản quyền thuộc Tiểu Bang Tây Úc. Ngoài bất kỳ mục đích sử dụng nào được cho phép bởi Đạo luật Bản quyền 1968 (Cth), thông tin trong tài liệu này không được xuất bản hoặc sao chép trong bất kỳ tài liệu nào mà không có sự cho phép rõ ràng của Chương trình Chăm sóc Cuối đời, Bộ Y tế Tây Úc.

Trích dẫn được đề xuất

Bộ Y tế, Tây Úc. *Hướng dẫn cách thiết lập Hoạch định trước về việc chăm sóc ở Tây Úc: Một quyển sổ làm việc giúp bạn lập kế hoạch cho việc chăm sóc trong tương lai của mình.* Perth: Chương trình Chăm sóc Cuối đời, Bộ Y tế, Tây Úc; Năm 2022.

Tuyên bố từ chối trách nhiệm quan trọng

Hướng dẫn này nhằm cung cấp một cái nhìn tổng quan trong việc Hoạch định trước về việc chăm sóc. Nó cung cấp các liên kết đến thông tin và tài nguyên khác. Không nên được dựa vào để thay thế cho lời khuyên pháp lý hoặc chuyên nghiệp khác. Nên tìm kiếm lời khuyên độc lập cho các trường hợp cụ thể cần có ý kiến của pháp luật hoặc chuyên môn khác.



Interpreter

Dịch vụ phiên dịch

Vui lòng yêu cầu được thông dịch viên trợ giúp nếu bạn cần để nói chuyện với dịch vụ y tế bằng ngôn ngữ của bạn.

Nội dung

Chăm sóc tương lai của tôi 2

- Hoạch định trước về việc chăm sóc là gì? 2
- Tại sao việc Hoạch định trước về việc chăm sóc là quan trọng? 3
- Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể giúp ích như thế nào? 4
- Hoạt động 1: Hãy bắt đầu - tình huống của bạn 5
- Những gì liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc? 6

1. Suy nghĩ 7

- Điều gì quan trọng nhất với tôi bây giờ? Điều gì sẽ quan trọng nhất đối với tôi nếu sức khỏe của tôi trở nên kém hơn trong tương lai? 7
- Hoạt động 2: Giá trị, niềm tin và sở thích 7–10

2. Nói chuyện 11

- Bạn có thể nói chuyện với ai về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc? 11
- Một số điều để nói là những điều gì? 12
- Hoạt động 3: Những người để nói chuyện 14–15

3. Viết 16

- Ai sẽ đưa ra quyết định điều trị cho tôi nếu tôi không thể đưa ra hoặc thông báo các quyết định của chính mình? 17
- Các tài liệu liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc 19
- Hoạt động 4: Chọn tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc 25–26

4. Chia sẻ 27

- Tôi nên lưu trữ tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của mình ở đâu? 27
- Tôi nên chia sẻ (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của mình với ai? 27
- Hoạt động 5: Chia sẻ tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc 28–29

Tìm sự giúp đỡ ở đâu 30–31

Sự nhìn nhận 32

Quyển sổ làm việc này có thể giúp bạn tìm hiểu về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc. Nó bao gồm các hoạt động để giúp bạn thu thập suy nghĩ của mình, bắt đầu và hướng dẫn bạn trong suốt quá trình. *

Chăm sóc tương lai của tôi

Hoạch định trước về việc chăm sóc là gì?

Đây là việc bạn có thể muốn có tiếng nói trong loại hình chăm sóc mà bạn nhận được trong suốt cuộc đời. Điều này có thể trở nên khó khăn vào những lúc bạn không khỏe và có thể không thể thực hiện hoặc truyền đạt mong muốn của mình.

Hoạch định trước về việc chăm sóc bao gồm việc nói về các giá trị, niềm tin và sở thích của bạn đối với sức khỏe và trong việc chăm sóc cá nhân với những người thân của bạn và những người liên quan đến việc chăm sóc của bạn.

Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể bắt đầu ở mọi lứa tuổi. Tốt nhất nên bắt đầu khi bạn cảm thấy khỏe và có thể đưa ra quyết định. Quá trình này có hiệu quả nhất khi bạn trung thực và cởi mở về những gì quan trọng đối với bạn - mặc dù điều này có thể khó khăn đối với một số người.

Hoạch định trước về việc chăm sóc là một quá trình tự nguyện lập kế hoạch cho việc chăm sóc sức khỏe và cá nhân trong tương lai, theo đó các giá trị, niềm tin và sở thích của một người được xác định để hướng dẫn việc đưa ra quyết định vào một thời điểm trong tương lai khi người đó không thể đưa ra hoặc truyền đạt các quyết định của họ.

Nguồn: Khung quốc gia về tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc

Hoạch định trước về việc chăm sóc:



là tự nguyện



có tính cách cá nhân - nó tập trung vào những gì quan trọng nhất đối với bạn



tôn trọng niềm tin, giá trị và văn hóa của bạn



có thể liên quan đến nhiều người hoặc ít người theo như bạn chọn



là một quá trình liên tục linh hoạt cho phép bạn thực hiện và thay đổi

quyết định chiếu theo tình hình, sức khỏe hoặc thay đổi lối sống của bạn.

* Quyển sổ làm việc này là một nguồn thông tin. Nếu bạn đã sẵn sàng đưa ra các quyết định chăm sóc và điều trị cụ thể, vui lòng tham khảo [Phần 3: Viết](#) để yêu cầu nhận được danh sách các tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc hiện có ở Tây Úc.

Tại sao việc Hoạch định trước về việc chăm sóc là quan trọng?

Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể giúp chúng ta:

- suy nghĩ về những gì quan trọng đối với chúng ta liên quan đến sức khỏe trong tương lai và chăm sóc cá nhân của chúng ta
- mô tả niềm tin và giá trị của chúng ta và cách chúng có thể ảnh hưởng đến các quyết định của chúng ta về sức khỏe và chăm sóc cá nhân trong tương lai
- lập kế hoạch chăm sóc sức khỏe và cá nhân trong tương lai của chúng ta dựa trên những gì quan trọng nhất đối với chúng ta, và chia sẻ kế hoạch này với những người khác
- cảm thấy an tâm khi biết rằng có người khác biết mong muốn của chúng ta trong trường hợp đến lúc chúng ta không còn có thể thực hiện hoặc nói với mọi người về quyết định của chúng ta và điều gì là quan trọng đối với chúng ta.

Hoạch định trước về việc chăm sóc cũng có thể hữu ích cho gia đình, bạn bè và các chuyên gia y tế tham gia vào việc chăm sóc một cá nhân.

- Những người tham gia vào việc Hoạch định trước về việc chăm sóc, một phần của việc xem xét sức khỏe tương lai và chăm sóc cá nhân, nói rằng họ cảm thấy ít lo lắng, chán nản, căng thẳng và hài lòng hơn với sự chăm sóc nhận được.
- Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể giảm nhu cầu nằm bệnh viện.
- Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể làm giảm khả năng xảy ra các phương pháp điều trị không mong muốn.



Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể giúp ích như thế nào?

Quyết định bắt đầu Hoạch định trước về việc chăm sóc là quyết định cá nhân. Có thể hữu ích nếu bắt đầu bằng cách nghĩ về trải nghiệm của những người khác và những gì họ thấy hữu ích về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc. Hình 1 cho thấy một số ví dụ.

Hình 1. Các ví dụ về cách Hoạch định trước về việc chăm sóc có thể giúp ích như thế nào trong các trải nghiệm cuộc sống khác nhau

Có trường hợp nào áp dụng cho bạn không?

Tôi khỏe mạnh, ở độ tuổi 20 và có một gia đình trẻ.

Tôi đã quyết định chia sẻ những điều gì quan trọng đối với tôi để các chuyên gia y tế và gia đình có thể đưa ra quyết định về việc chăm sóc của tôi nếu có điều gì đó không mong muốn xảy ra cho tôi trong tương lai.



Tôi 61 tuổi, không có con và sống một mình.

Tôi đã chuẩn bị xong tài chính nhưng lo lắng không biết ai sẽ chăm sóc tôi nếu tôi không khỏe? Tôi thấy rất hữu ích khi nói chuyện với bạn bè, các chuyên gia y tế và luật sư về nơi tôi muốn sống và điều gì sẽ là quan trọng đối với tôi nếu sức khỏe của tôi xấu đi.



Gần đây tôi đã được chẩn đoán với một tình trạng khả dĩ giới hạn cuộc sống.

Nói chuyện với những người thân của tôi và các chuyên gia y tế về những gì có thể xảy ra khi sự tiến triển trong tình trạng của tôi đã giúp họ hiểu được sự chăm sóc mà tôi muốn nhận hoặc không muốn nhận trong tương lai. Việc này cũng giúp tôi an tâm khi biết họ hiểu điều gì là quan trọng đối với tôi.



Tôi sẽ sớm chuyển đến một cơ sở chăm sóc nội trú.

Tôi muốn đưa ra quyết định về nơi tôi sống và những người tôi muốn xung quanh tôi khi tôi chuyển đi. Tôi đã nói chuyện với bác sĩ đa khoa của tôi về việc chăm sóc trong tương lai của tôi, những phương pháp điều trị có thể tôi sẽ cần và những hỗ trợ nào có sẵn cho tôi.



Những gì liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc?

Hoạch định trước về việc chăm sóc bao gồm 4 yếu tố chính:

- suy nghĩ
- nói chuyện
- viết
- chia sẻ.

Các yếu tố này được mô tả trong Hình 2.

Quy trình Hoạch định trước về việc chăm sóc của bạn sẽ do bạn hướng dẫn. Quyển sổ làm việc này liệt kê các hoạt động để giúp bạn hiểu và khám phá từng yếu tố.

Hình 2. Mô hình Hoạch định trước về việc chăm sóc



© 2022 Palliative Care WA

1. Suy nghĩ

Điều gì quan trọng nhất với tôi bây giờ? Điều gì sẽ quan trọng nhất đối với tôi nếu tôi trở nên yếu hơn trong tương lai?

Một nơi tốt nhất để bắt đầu là suy nghĩ về giá trị, niềm tin và sở thích của bạn. Điều này có thể giúp bạn tìm ra những gì quan trọng nhất đối với bạn liên quan đến sức khỏe và chăm sóc cá nhân cho bạn.

Những tài nguyên hữu ích

- Truy cập trang mạng Những Giá trị của Tôi (myvalues.org.au) để có được một số các tuyên bố được lập ra để giúp bạn xác định, cân nhắc và thông báo mong muốn của bạn về việc điều trị y tế trong tương lai.
- Gọi cho Đường dây trợ giúp Chăm sóc Giảm đau **1800 573 299** (9 giờ sáng đến 5 giờ chiều mỗi ngày trong năm)
 - Thông tin và hỗ trợ về bất kỳ vấn đề nào liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc, chăm sóc giảm đau, đau buồn và mất mát
- Gọi cho Chăm sóc Giảm đau Tây Úc **1300 551 704** (Thứ Hai đến Thứ Năm)
 - Các câu hỏi chung, các nguồn và thông tin về các hội thảo cộng đồng Hoạch định trước về việc chăm sóc miễn phí (palliativecarewa.asn.au/advance-care-planning)
 - Nhận một bộ thẻ ghi Những gì Quan trọng nhất
- Thông tin về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc bằng các ngôn ngữ và nguồn lực khác dành cho người Thổ dân healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning



Hoạt động 2: Giá trị, niềm tin và sở thích

Những câu hỏi sau đây có thể giúp bạn suy nghĩ về các giá trị, niềm tin và sở thích của mình. Không có câu trả lời sai cho những câu hỏi này.

Cuộc sống của bạn

'Sống thoải mái' có nghĩa là gì đối với bạn?

- Dành thời gian cho gia đình và bạn bè.
- Sống tự lập.
- Có thể về thăm quê hương, nơi xuất xứ của tôi hoặc dành thời gian ở lại đất nước.
- Có thể tự chăm sóc bản thân (ví dụ như tắm, đi vệ sinh, tự mình ăn).
- Luôn vận động (ví dụ: chơi thể thao, đi bộ, bơi lội, làm vườn).

- Thích các hoạt động giải trí, sở thích và các đam mê khác (ví dụ: âm nhạc, du lịch, làm việc tình nguyện).
- Thực hành các hoạt động tôn giáo, văn hóa, tâm linh và / hoặc cộng đồng (ví dụ: cầu nguyện, tham dự các buổi lễ tôn giáo).
- Sống theo niềm tin hoặc các giá trị văn hóa và tôn giáo của tôi (ví dụ: ăn thức ăn halal, thiên hoặc sống như một người vô thần).
- Làm việc trong một công việc được trả lương hoặc không được trả lương.
- Các việc khác (sử dụng khoảng trống bên dưới để viết ra những điều khác quan trọng đối với bạn hoặc để cung cấp thêm chi tiết về các mục bạn đã đánh dấu chọn).

Nghĩ xem sống thoải mái có ý nghĩa như thế nào đối với bạn, điều gì là quan trọng nhất trong cuộc sống của bạn? (ví dụ: gia đình, an ninh tài chính, sức khỏe, có thể đi du lịch)







Bạn có lo lắng gì về tương lai của mình không? Nếu vậy, chúng là gì?

2. Nói chuyện

Nói về kế hoạch chăm sóc trước là một cách để cho những người thân yêu của bạn và những người liên quan đến việc chăm sóc của bạn biết những gì bạn cần và những gì bạn không muốn xảy ra cho sức khỏe và dịch vụ chăm sóc trong tương lai của bạn. Một mối quan hệ thân thiết hoặc yêu thương không phải lúc nào cũng có nghĩa là người đó biết điều gì là quan trọng đối với bạn. Có được một cuộc nói chuyện có thể rất quan trọng.

Bạn có thể nói chuyện với ai về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc?

Bạn có thể muốn thảo luận về nhu cầu của mình và điều gì là quan trọng đối với bạn với những người bạn tin tưởng. Điều này có thể bao gồm:

-  gia đình
-  bạn bè
-  (các) người chăm sóc
-  (những) người giám hộ dài hạn (nếu được chỉ định)
-  Bác sĩ đa khoa hoặc một thành viên khác trong nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn
-  chuyên gia pháp lý
-  người có văn hóa hoặc ý tưởng thiêng liêng.

Phần [Nơi nhận trợ giúp](#) có một danh sách các dịch vụ mà bạn có thể bàn về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc.



Một số điều để nói đến là gì?

Bạn có thể nói về những điều khác nhau với những người khác nhau. Ví dụ, khi nói chuyện với những người thân, bạn có thể muốn chia sẻ:

- giá trị và niềm tin của bạn
- sở thích khi bạn không khỏe.

Với các chuyên gia y tế của bạn, bạn có thể:

- thảo luận về những lo lắng về sức khỏe của bạn
- thảo luận về các lựa chọn của bạn để được chăm sóc trong tương lai
- phân tích các lời khuyên về những mặt tích cực và tiêu cực của những lựa chọn đó, ví dụ: các lời khuyên có thực tế, giá cả phải chăng hoặc phù hợp hay không.

Dưới đây là một số cách bắt đầu cuộc trò chuyện có thể giúp bạn khi nói chuyện với người khác.

Nói về tôi	Có thể quá ... là điều quan trọng nhất đối với tôi.	Đối với tôi, một cuộc đời đáng sống là nơi mà tôiđiều quan trọng đối với tôi là được sống sống thoải mái.
Về cuộc sống	Một ngày tốt lành đối với bạn là thế nào?	Danh sách thành quả của bạn có những gì?	Đối với bạn điều gì là quan trọng nhất trong cuộc sống?
Về sự lựa chọn	Tôi đang nghĩ về những gì đã xảy ra cho ... và nó khiến tôi nhận ra rằng ...	Nếu ... xảy ra với tôi, tôi sẽ muốn ...	Tôi muốn ... thay mặt tôi đưa ra các quyết định về y tế nếu tôi không thể.

Nguồn: Hoạch định trước về việc chăm sóc ở Úc (advancecareplanning.org.au)

Bạn có thể không thoải mái khi nói chuyện với những người thân thiết với bạn về những gì có thể xảy ra nếu bạn không khỏe trong tương lai.

Gia đình và bạn bè thường có ý kiến riêng của họ về những gì bạn nên nghĩ đến trước khi lập kế hoạch chăm sóc. Mặc dù có thể hữu ích khi nghe những gì người khác nghĩ, nhưng hãy nhớ rằng bạn nên quyết định điều gì là tốt nhất cho mình. Có thể hữu ích hơn khi chọn thời điểm thích hợp để trò chuyện và tìm một nơi mà bạn cảm thấy thoải mái.

Cứ từ từ - hãy nhớ rằng
Hoạch định trước về
việc chăm sóc là một
cuộc nói chuyện liên
tục và bạn không cần
phải nói về mọi thứ
cùng một lúc.

Những điều khác bạn có thể muốn nói đến

Chết tự nguyện được hỗ trợ (health.wa.gov.au/voluntaryassisteddying) là một lựa chọn hợp pháp cho người dân Tây Úc đáp ứng các tiêu chuẩn hội đủ các điều kiện bắt buộc. Không thể đưa việc chết tự nguyện được hỗ trợ vào Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe nhưng nếu đó là điều bạn có thể coi là một lựa chọn cho mình, bạn có thể nói chuyện với nơi cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình hoặc liên hệ với Dịch vụ Điều hướng Chăm sóc Toàn bang WA VAD (email VADcarenavigator@health.wa.gov.au hoặc gọi 9431 2755). Các điều hướng viên điều hành dịch vụ là các chuyên gia y tế có trình độ với nhiều kiến thức về việc tự nguyện chết được hỗ trợ như một sự lựa chọn cuối đời. Họ có nhiều kinh nghiệm hỗ trợ bệnh nhân và gia đình.



Các nguồn hữu ích khác

- Xem Khuyến cáo khi bắt đầu cuộc nói chuyện trong chương trình Lập Kế hoạch Chăm sóc Trước tại Úc (advancecareplanning.org.au/understand-advance-care-planning/starting-the-conversation)
- Chương trình Dementia Australia Start2talk (Bệnh suy giảm trí nhớ) (dementia.org.au/information/about-dementia/planning-ahead-start2talk)



Hoạt động 3: Những người để nói chuyện

Những người bạn muốn nói chuyện về sức khỏe và chăm sóc cá nhân trong tương lai của bạn là ai? Lập danh sách bên dưới.

Khi nào là thời điểm thích hợp để nói chuyện với những người được liệt kê ở trên, về việc Hoạch định trước về việc chăm sóc? (ví dụ: năm nay, trước cuộc hẹn gặp bác sĩ chuyên khoa của bạn, trước sinh nhật tiếp kế tiếp của bạn). Bạn muốn nói chuyện với họ ở đâu? (ví dụ: qua điện thoại, trong buổi ăn tối, trong khi đi dạo).

Dưới đây là một số ý kiến để bắt đầu cuộc trò chuyện mà bạn có thể sử dụng. Đánh dấu vào những ý tưởng có thể hữu ích để bạn sử dụng. Bạn cũng có thể thêm một số ghi chú với ý tưởng của riêng bạn dưới đây.

Cơ hội	Thí dụ
<input type="checkbox"/> Lập kế hoạch tài chính chung quanh việc nghỉ hưu	‘ Khi chúng ta gần đến ngày nghỉ hưu, có lẽ chúng ta nên bắt đầu suy nghĩ về cách chúng ta sẽ tiêu tiền và nơi chúng ta muốn sống. Có thể là một ý tưởng tốt cho việc lập kế hoạch trong trường hợp một hoặc cả hai chúng ta không thể đưa ra các quyết định quan trọng trong tương lai. ‘
<input type="checkbox"/> Kiểm tra y tế	‘ Tôi sẽ gặp bác sĩ đa khoa vào tuần tới để kiểm tra sức khỏe hàng năm. Có một số điều tôi muốn trao đổi với bác sĩ. Tôi biết rằng trong tương lai tôi có thể cần phải đưa ra một số quyết định về việc chăm sóc sức khỏe của mình. Sẽ rất tốt nếu được nói chuyện với bạn về điều này cũng như với bác sĩ đa khoa. ‘

Cơ hội	Thí dụ
--------	--------

Cái chết của một người bạn hoặc người thân

‘ Sau khi chứng kiến trải nghiệm của bạn tôi khi anh ấy chết, điều đó khiến tôi suy nghĩ về hình thức chăm sóc mà tôi muốn trong tương lai. Chúng ta có thể dành một chút thời giờ để nói về điều này? Có lẽ chúng ta nên viết ra một số suy nghĩ về những gì quan trọng đối với chúng ta và sau đó bàn về chuyện đó. ‘

‘ Tôi thực sự cảm thấy được an ủi rằng mong muốn của Mẹ về việc bà ấy muốn chết như thế nào đã được gia đình chúng tôi và các bác sĩ của bà ấy tuân theo. Điều đó khiến tôi nghĩ về điều gì quan trọng đối với mình và tôi muốn biết điều gì quan trọng đối với bạn. Chúng ta có thể nói chuyện về điều này được không? Có lẽ chúng tôi có thể viết ra một vài điều để chúng tôi biết điều gì sẽ quan trọng đối với chúng tôi khi chúng tôi đạt đến thời điểm đó trong tương lai. ‘

Phim hoặc tin tức trên các phương tiện truyền thông

‘ Thật buồn khi nhìn thấy những gì người đó đã trải qua vào cuối cuộc đời của cô ấy vì không ai biết cô ấy sẽ muốn gì. Tôi không muốn điều đó xảy ra với chúng tôi. Chúng ta có thể nói chuyện về điều gì sẽ là quan trọng đối với chúng ta không? ‘

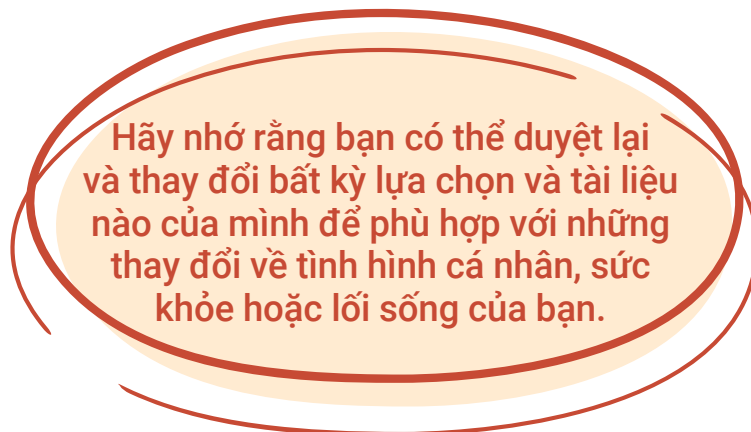
Ý tưởng của bạn về cách bắt đầu cuộc trò chuyện

3 điều hàng đầu mà bạn muốn đề cập trong các cuộc trò chuyện của mình là gì?

1.

2.

3.



3. Viết

Một khi bạn đã nghĩ về điều gì là quan trọng đối với mình và đã nói chuyện với những người khác, bạn nên viết ra những gì bạn quyết định.

Tại Tây Úc, quý vị có thể sử dụng các tài liệu khác nhau để nêu ra các giá trị và sở thích của mình đối với việc chăm sóc tương lai.

Một số các tài liệu này là các văn bản luật được pháp luật công nhận. Có những văn bản khác là những văn bản không theo luật định, không được pháp luật hiện hành thừa nhận và không có hiệu lực pháp lý tương tự. Phần [Nơi nhận trợ giúp](#) của quyển sổ làm việc bao gồm thông tin về nơi cần tìm đến để tìm hiểu thêm về tính hợp pháp của các tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc.

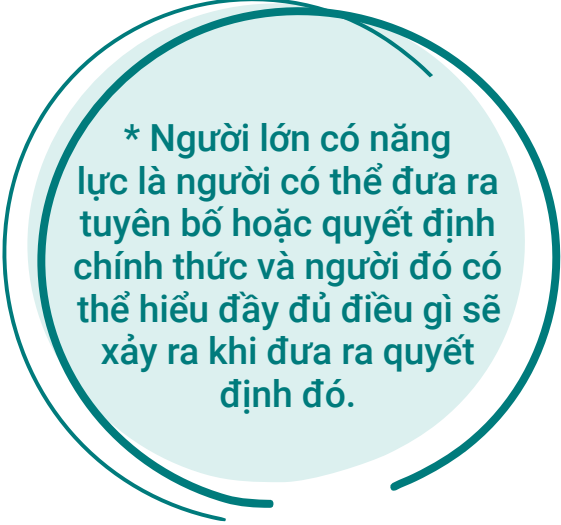
Tài liệu luật định

Cách tốt và chính thức nhất để ghi lại mong muốn của bạn về sức khỏe và chăm sóc cá nhân trong tương lai là làm theo một tài liệu luật định. Các ví dụ bao gồm Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe và Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn.

Những tài liệu này được công nhận theo luật tại Tây Úc và, trong hầu hết các tình huống, phải được tuân thủ.

Các tài liệu luật định phải:

- được thực hiện bởi một người lớn có năng lực *
- được thực hiện bởi người đó (không phải bởi người khác thay mặt họ)
- có chữ ký của người đó và chứng kiến theo các yêu cầu chính thức theo luật định.



* Người lớn có năng lực là người có thể đưa ra tuyên bố hoặc quyết định chính thức và người đó có thể hiểu đầy đủ điều gì sẽ xảy ra khi đưa ra quyết định đó.

Tài liệu không theo luật định

Các tài liệu khác ít chính thức hơn cũng có thể được sử dụng để Hoạch định trước về việc chăm sóc. Đây được gọi là các tài liệu không theo luật định. Các ví dụ tại Tây Úc bao gồm:

- Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên: Lập kế hoạch cho việc chăm sóc tương lai của tôi (đây là biểu mẫu ghi lại các giá trị và sở thích nhưng đáp ứng các yêu cầu chính thức hơn của một tài liệu luật định)
- Hoạch định Trước về việc Chăm sóc cho người không đủ năng lực để quyết định (đây là tài liệu được viết thay mặt cho ai đó vì họ không có đủ năng lực)
- Mục tiêu Chăm sóc Bệnh nhân (đây là nơi chuyên gia y tế ghi chú về các mục tiêu liên quan đến giai đoạn chăm sóc hiện tại với bệnh nhân và gia đình của họ).

Các tài liệu không theo luật định có thể được sử dụng để đưa ra các giá trị và mong muốn của bạn. Tuy nhiên, các tài liệu này không có cùng giá trị pháp lý và có thể ít được tuân thủ hơn.

Mỗi tài liệu khác nhau liệt kê trên sẽ được mô tả sau phần này.

Các Chỉ thị theo Thông Luật (Common Law)

Một số tài liệu không theo luật định có thể được công nhận là Chỉ thị theo Thông luật. Đây là những thông tin liên lạc bằng văn bản hoặc bằng lời nói mô tả mong muốn của một người về việc điều trị sẽ được làm hoặc không được làm trong các tình huống cụ thể trong tương lai. Không có yêu cầu chính thức nào liên quan đến Chỉ thị theo Thông luật. Có thể khó xác định về mặt pháp lý liệu một Chỉ thị Thông luật có hợp lệ hay không và liệu có nên hay không nên làm theo hay không. Vì lý do này, các Chỉ thị Thông luật không được khuyến nghị khi đưa ra các quyết định điều trị.

Ai sẽ đưa ra quyết định điều trị cho tôi nếu tôi không thể đưa ra hoặc thông báo các quyết định của chính mình?

Các chuyên gia y tế phải tuân theo một trình tự nhất định khi tìm kiếm quyết định điều trị cho bạn nếu bạn không thể đưa ra quyết định hoặc nói cho mọi người biết bạn muốn gì.

Đây được gọi là [Hệ thống cấp bậc của những người ra quyết định điều trị](#).

Điều quan trọng là phải hiểu ai có thể đưa ra quyết định cho bạn. Điều này có thể giúp bạn quyết định ai là người bạn cần nói về điều gì quan trọng đối với bạn và (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc nào sẽ hữu ích.



Thứ bậc của những người ra quyết định điều trị

Khi không có Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe hoặc Chỉ thị không bao gồm quyết định điều trị theo yêu cầu, chuyên gia y tế phải có được quyết định điều trị không khẩn cấp từ người đầu tiên trong hệ thống phân cấp từ 18 tuổi trở lên, có đầy đủ năng lực pháp lý hiện diện và sẵn sàng đưa ra quyết định.



Trong trường hợp bạn không thể đưa ra hoặc thông báo các quyết định của riêng mình:

- nếu bạn **có** Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe, nó sẽ được sử dụng để hướng dẫn các quyết định điều trị cho bạn
- nếu bạn **không có** Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe nhưng bạn đã chỉ định một Người giám hộ dài hạn, Người giám hộ dài hạn của bạn sẽ được yêu cầu thay mặt bạn đưa ra quyết định điều trị
- nếu bạn **không có** Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe **hoặc** Người Giám hộ Dài hạn, thì các chuyên gia y tế sẽ sử dụng danh sách trên để tìm người thay mặt bạn đưa ra quyết định điều trị, theo thứ tự được liệt kê cho đến khi tìm được người phù hợp và sẵn sàng

Các tài liệu liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc

Suy nghĩ về loại quyết định và các ý nghĩ bạn muốn chia sẻ với người khác sẽ giúp bạn quyết định (các) tài liệu nào có thể hữu ích cho bạn. Bạn không phải sử dụng bất kỳ tài liệu nào trong số này, nhưng chúng có thể hữu ích trong các tình huống khác nhau.

Để giúp bạn hiểu khi nào bạn có thể sử dụng các tài liệu khác nhau để Hoạch định trước về việc chăm sóc và lập kế hoạch khác trong tương lai, bạn có thể nghĩ về các tài liệu này theo cách sau:

Hãy nhớ rằng các tài liệu theo luật định là cách mạnh nhất và chính thức nhất để ghi lại mong muốn của mình.



Tài liệu liên quan đến sức khỏe và chăm sóc của bạn

- Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên: Lập kế hoạch cho việc chăm sóc trong tương lai của tôi
- Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe
- Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn
- Hiến tặng nội tạng và mô



Các tài liệu liên quan đến bất động sản và các vấn đề tài chính

- Di chúc
- Ủy quyền Dài hạn



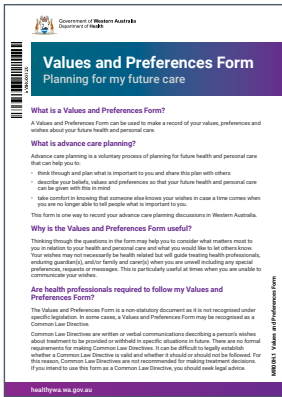
Các tài liệu có thể được người khác hoàn thành thay mặt bạn

- Hoạch định trước về việc chăm sóc cho người không đủ năng lực ra quyết định
- Mục tiêu Chăm sóc Bệnh nhân

Mỗi tài liệu này được mô tả ngắn gọn trên các trang tiếp theo



Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên: Lập kế hoạch cho việc chăm sóc tương lai của tôi healthywa.wa.gov.au/ACPvaluesandpreferencesform



Loại tài liệu: Không theo luật định (nhưng có thể được công nhận là theo Chỉ thị Thông luật trong một vài trường hợp)

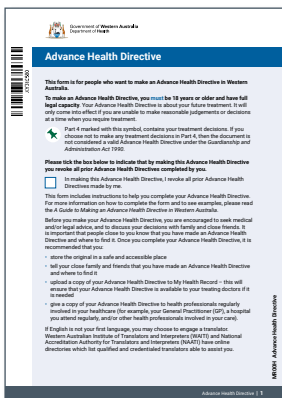
Tài liệu này là gì: Một tuyên bố về các giá trị, sở thích và mong muốn của bạn liên quan đến sức khỏe và chăm sóc cá nhân cho bạn.

Tại sao nó hữu ích: Để cho mọi người biết giá trị, sở thích và mong muốn của bạn. Mong muốn của bạn có thể không nhất thiết liên quan đến sức khỏe nhưng sẽ hướng dẫn các chuyên gia y tế điều trị, (những) người giám hộ dài hạn và / hoặc gia đình cách mà bạn muốn được đối xử, bao gồm bất kỳ sở thích, yêu cầu hoặc thông điệp đặc biệt nào.

Nội dung bao gồm gì: Các câu hỏi giống như phần 'Giá trị và Sở thích của tôi' trong Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe (xem bên dưới). Nếu bạn chưa sẵn sàng để hoàn thành Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe đầy đủ với các yêu cầu về việc làm chứng và ký tên chính thức, bạn có thể bắt đầu bằng việc điền vào biểu mẫu này.

Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe (còn gọi là AHD)

healthywa.wa.gov.au/AdvanceHealthDirectives



Loại tài liệu: Luật định

Tài liệu này là gì: Một hồ sơ pháp lý về các quyết định của bạn về (các) phương pháp điều trị mà bạn muốn nhận hoặc không muốn nhận nếu bạn trở nên không khỏe hoặc bị thương trong tương lai. Nó chỉ có thể được thực hiện bởi một người trên 18 tuổi, người có thể đưa ra và thông báo các quyết định của riêng của mình.

Khi nào được sử dụng: Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe chỉ được sử dụng nếu bạn không thể đưa ra hoặc thông báo các quyết định hoặc nói cho mọi người biết bạn muốn gì. Nếu điều

này xảy ra, Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe của bạn sẽ trở thành "tiếng nói" của bạn. Nó chỉ có thể được sử dụng nếu thông tin trong đó có liên quan đến việc điều trị và / hoặc chăm sóc bạn cần. Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe là ở trên cả trong [Hệ thống phân cấp dành cho những người ra quyết định điều trị](#).

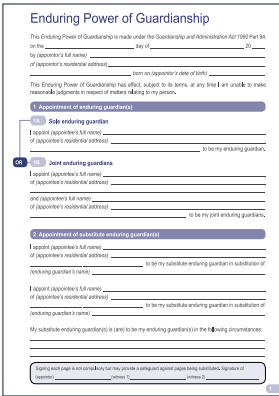
Gồm có những gì: Bạn xác định về những quyết định và phương pháp điều trị nào bạn muốn đưa vào Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe. Bạn có thể bao gồm các phương pháp điều trị y tế, phẫu thuật và nha khoa, chăm sóc giảm đau và các biện pháp như hỗ trợ sự sống và hồi sinh. Sẽ rất hữu ích nếu bạn đưa ra quyết định điều trị càng cụ thể càng tốt.

Hướng dẫn Lập Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe ở Tây Úc cung cấp hướng dẫn từng bước về những gì có thể được ghi vào trong Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe và cách ký tên và làm chứng một cách chính xác.

Biểu mẫu này cũng bao gồm phần ‘Các Giá trị và Sở thích của Tôi’, nơi bạn có thể viết ra những điều quan trọng nhất đối với bạn về sức khỏe và dịch vụ chăm sóc của bạn. Các câu hỏi trong phần này cũng giống như các câu hỏi trong Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên.

Ủy Quyền Giám Hộ Dài hạn (còn được gọi là EPG - Enduring Power of Guardianship)

justice.wa.gov.au/epg

A thumbnail image of the 'Enduring Power of Guardianship' form. The form is titled 'Enduring Power of Guardianship' and includes sections for 'Substituted enduring guardian', 'Joint enduring guardians', and 'Substituted enduring guardian in substitution of enduring guardian'. It contains various fields for names, addresses, and dates, along with checkboxes and a signature line.

Loại tài liệu: Luật định

Tài liệu là gì: Là một văn bản pháp lý cho phép một người thay mặt bạn đưa ra các quyết định về cá nhân, lối sống và điều trị. Bạn có thể chọn người đảm nhận vai trò này. Người này được biết đến như một người giám hộ dài hạn hoặc người ra quyết định về sức khỏe và lối sống. Ủy Quyền giám hộ dài hạn chỉ có thể được thực hiện bởi một người trên 18 tuổi, người có khả năng đưa ra và thông báo các quyết định của riêng họ.

Khi nào được sử dụng: Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn chỉ được sử dụng nếu bạn không thể đưa ra hoặc thông báo quyết định.

Nội dung: Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn có thể được sử dụng để ủy quyền cho ai đó thay mặt bạn đưa ra tất cả hoặc một số quyết định. Điều này có thể bao gồm các quyết định về:

- bạn sống ở đâu
- các dịch vụ hỗ trợ mà bạn có quyền truy cập
- (các) phương pháp điều trị mà bạn nhận được.

Bạn có thể có trên một người giám hộ dài hạn. Tuy nhiên, họ phải đồng ý về bất kỳ quyết định nào họ đưa ra thay mặt cho bạn. Một người giám hộ dài hạn không thể thay mặt bạn đưa ra quyết định về tài sản hoặc tài chính.

Lời Khuyên: Bạn có thể có cả hai Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe và Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn.

Hiến tặng nội tạng và mô

Là gì: Một hình thức đăng ký xem bạn có muốn hiến tặng nội tạng và mô khi bạn chết hay không. Thông tin này không thể được ghi lại trong tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc.

Khi nào được sử dụng: Việc hiến tặng nội tạng và mô chỉ có giá trị sau khi một người đã qua đời. Điều quan trọng là phải cho gia đình biết về ý muốn của bạn đối với việc hiến tặng nội tạng và mô, vì họ hàng sẽ được yêu cầu đồng ý.

Việc hiến tặng nội tạng và mô chỉ có thể được đăng ký chính thức tại trang mạng [Donate Life donatelife.gov.au](http://Donatelife.gov.au)



Các tài liệu liên quan đến bất động sản và các vấn đề tài chính

Di chúc

publictrustee.wa.gov.au

Loại tài liệu: Luật định

Là gì: Di chúc là một tài liệu pháp lý bằng văn bản cho biết một người muốn làm gì với tiền bạc, tư trang và tài sản của họ (bao gồm cả đất đai) khi họ chết.

Khi nào được sử dụng: Di chúc có hiệu lực sau khi bạn qua đời.

Giấy Ủy quyền Dài hạn (còn được gọi là EPA - Enduring Power of Attorney hoặc Người ra quyết định tài chính)

justice.wa.gov.au/epa

Loại tài liệu: Luật định

Là gì: Một tài liệu được sử dụng để chỉ định một người đáng tin cậy hoặc những người thay mặt bạn đưa ra các quyết định về tài chính và tài sản.

Sử dụng khi nào: Bạn có thể chọn người được ủy quyền bất đầu ngay lập tức hoặc chỉ khi bạn bị mất năng lực quyết định. Chỉ có người trên 18 tuổi mới có thể làm Giấy Ủy quyền Dài hạn khi họ còn có khả năng quyết định và thông báo các quyết định của chính họ.





Các tài liệu có thể được người khác hoàn thành thay mặt bạn

Hoạch định trước về việc chăm sóc cho người không đủ năng lực ra quyết định
[advance-care-plan_full-name.pdf \(advancecareplanning.org.au\)](http://advancecareplanning.org.au)



Loại tài liệu: Không theo luật định

Là gì: Một Hoạch định trước về việc chăm sóc làm thay mặt bạn được viết bởi (những) người ra quyết định được công nhận, người có mối quan hệ chặt chẽ và liên tục với bạn (tức là người cao nhất trong Hệ thống cấp bậc gồm những người ra quyết định điều trị hiện diện và sẵn sàng đưa ra quyết định). Loại Hoạch định trước về việc chăm sóc này sẽ chỉ được hình thành nếu bạn không còn khả năng đưa ra hoặc thông báo các quyết định và bạn chưa thực hiện Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe hoặc Mẫu Giá trị và Ưu tiên.

Khi nào được sử dụng: Loại Hoạch định trước về việc chăm sóc này được sử dụng khi đưa ra các quyết định điều trị y tế thay mặt cho một người không có Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe và người không còn có thể đưa ra hoặc thông báo các quyết định của riêng mình. Nó chỉ có thể được sử dụng để hướng dẫn và thông báo các quyết định chăm sóc và điều trị. Nó không thể được sử dụng để hợp pháp hóa ưng thuận hoặc từ chối điều trị.

Nội dung: Biểu mẫu này được sử dụng để thu thập thông tin về các giá trị và sở thích của một người đối với việc điều trị y tế trong tương lai dựa trên sở thích đã biết cũng như các lựa chọn và quyết định trong quá khứ của người đó.

Mục tiêu Chăm sóc Bệnh nhân (GoPC)

healthywa.wa.gov.au/Articles/F_I/Goals-of-patient-care

Loại tài liệu: Không theo luật định, lâm sàng

Là gì: Mục tiêu của Chăm sóc Bệnh nhân là một quá trình lập kế hoạch do một chuyên gia y tế chỉ đạo trong quá trình nhập viện hoặc cơ sở chăm sóc khác. Quá trình này bao gồm một cuộc trò chuyện với bạn và, nếu có liên quan, gia đình hoặc (những) người chăm sóc của bạn, để quyết định phương pháp điều trị nào có thể hữu ích cho bạn nếu tình trạng của bạn xấu đi. Chuyên gia y tế của bạn sử dụng biểu mẫu Mục tiêu Chăm sóc Bệnh nhân để viết ra các quyết định mà bạn đưa ra cùng nhau.

Khi nào được sử dụng: Mục tiêu Chăm sóc Bệnh nhân được sử dụng để thông báo sự chăm sóc mà bạn nhận được nếu tình trạng của bạn xấu đi trong thời gian nằm viện hoặc các đợt chăm sóc khác. Nó cũng có thể được sử dụng như một công cụ giao tiếp giữa các bác sĩ lâm sàng trong các cơ sở chăm sóc khác nhau. Quá trình này có thể được lặp lại cho những lần nằm viện trong tương lai.

Nội dung trong đó là gì: Bạn và các thành viên trong nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn quyết định những gì được đưa vào biểu mẫu Mục tiêu Chăm sóc Bệnh nhân của bạn. Biểu mẫu ghi lại các phương pháp điều trị sẽ được áp dụng nếu bạn trở nên rất không khỏe và không thể đưa ra hoặc thông báo các quyết định. Các phiên bản khác nhau của biểu mẫu được sử dụng trong các bối cảnh khác nhau (ví dụ: cho trẻ em, cho người lớn và cho những người được chăm sóc tại khu dân cư).

Hoạch định trước về việc chăm sóc và thảo luận về các mục tiêu chăm sóc là các quá trình riêng biệt nhưng có liên quan đến nhau. Nếu bạn có tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc, chẳng hạn như Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe hoặc Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên, bạn nên chia sẻ một bản sao với nhóm chăm sóc sức khỏe của mình. Điều này có thể giúp thông báo mục tiêu của bạn trong các cuộc thảo luận về chăm sóc.

Lời khuyên

- Câu trả lời của bạn cho các hoạt động trong quyển sổ làm việc này có thể giúp bạn điền thông tin cần thiết vào một số tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc.
- Nếu bạn bị khiếm thị hoặc không thể đọc và / hoặc viết, bạn vẫn có thể hoàn thành các tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc:
 - bạn có thể yêu cầu ai đó đọc tài liệu cho bạn và viết ra những gì bạn nói
 - bạn có thể yêu cầu ai đó thay mặt bạn ký vào tài liệu
 - bạn có thể ký tài liệu bằng cách đánh dấu nhưng bạn phải hoàn thành một 'điều khoản về người đánh dấu' để làm rõ đây là dấu bạn làm. Bạn nên tìm kiếm lời khuyên pháp lý nếu bạn chọn tùy chọn này.
- Phần Nơi nhận trợ giúp liệt kê các dịch vụ để hỗ trợ bạn hoàn thành các tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc, bao gồm tư vấn pháp lý và trợ giúp để hiểu, đọc hoặc hoàn thành các biểu mẫu (ví dụ: trợ giúp cho những người bị điếc hoặc khiếm thính hoặc khó nói).
- Nếu bạn di chuyển giữa các tiểu bang ở Úc, bạn nên tìm lời khuyên pháp lý về tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc nào được chấp nhận. Mỗi bang có luật riêng. Xem trang mạng Advanceplanning.org.au/law-and-ethics để tìm hiểu thêm về luật Hoạch định trước về việc chăm sóc cụ thể của tiểu bang và lãnh.

Thêm thông tin

- Văn Phòng Biện Hộ Công Cộng (wa.gov.au/go/Government/publications/who-will-make-decisions-you) có thêm thông tin về người có thể đưa ra quyết định cho bạn nếu bạn không thể tự mình đưa ra quyết định.



Hoạt động 4: Chọn tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc

Quyết định của bạn về chọn (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc, nếu có, thích ứng với bạn bắt đầu bằng một câu hỏi: Bạn có muốn ghi lại những điều quan trọng đối với bạn để tài liệu này có thể được sử dụng để hướng dẫn việc điều trị và chăm sóc sau này của bạn không?

Nếu câu trả lời cho câu hỏi này là có, quyết định tiếp theo là sử dụng (các) tài liệu nào. Sử dụng danh sách dưới đây để suy nghĩ về (các) tài liệu nào có thể hữu ích cho bạn.

Bạn có thể liên hệ với bất kỳ câu nào sau đây?



Tôi có quan điểm mạnh mẽ về (các) phương pháp điều trị mà tôi sẽ nhận hoặc không muốn nhận trong tương lai.

Tôi có thể:

- đưa ra Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe để ghi lại các quyết định điều trị của tôi
- và / hoặc
- chỉ định một người giám hộ dài hạn bằng cách làm Ủy Quyền giám hộ Dài hạn và cho người này biết về sở thích của tôi.



Sự việc tôi có những giá trị và niềm tin mạnh mẽ sẽ ảnh hưởng đến việc chăm sóc tôi muốn hoặc không muốn trong tương lai. Tuy nhiên, tôi chưa sẵn sàng đưa ra quyết định về các phương pháp điều trị cụ thể mà tôi muốn hoặc không muốn nhận.

Tôi có thể:

- hoàn thành Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên

và / hoặc

- chỉ định một người giám hộ dài hạn sử dụng Quyền Giám hộ Dài hạn vì tôi tin rằng họ biết rõ về tôi và sẽ đưa ra quyết định về việc chăm sóc của tôi theo cách mà tôi muốn.



Tôi muốn đảm bảo tài chính và tài sản của tôi được tổ chức theo tôi mong muốn.

Tôi có thể:

- lập Di chúc

và / hoặc

- chỉ định một người trong Giấy ủy quyền dài hạn.

Nếu bạn vẫn không chắc liệu có bất kỳ tài liệu nào trong số này phù hợp với mình hay không, bạn có thể:

- nói chuyện với bạn bè hoặc những người thân, hoặc với các chuyên gia y tế có liên quan đến việc chăm sóc của bạn
- gọi Đường dây trợ giúp Chăm sóc Giảm đau 1800 573 299 (9 giờ sáng đến 5 giờ chiều mỗi ngày)
 - thông tin và hỗ trợ về bất kỳ vấn đề nào liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc, chăm sóc giảm đau, đau buồn và mất mát
- gọi cho Cơ quan Chăm sóc Giảm đau Tây Úc 1300 551 704 (Thứ Hai đến Thứ Năm)
 - các câu hỏi chung, các nguồn và thông tin về các hội thảo cộng đồng Hoạch định trước về việc chăm sóc miễn phí
- tìm kiếm lời khuyên cụ thể từ một tổ chức có liên quan (xem phần [Nơi nhận trợ giúp](#)).



Hãy nhớ rằng bạn có thể duyệt lại và thay đổi bất kỳ lựa chọn và tài liệu nào của mình để phù hợp với những thay đổi về tình hình cá nhân, sức khỏe hoặc lối sống của bạn.

4. Chia sẻ

Một khi bạn đã viết ra sở thích và mong muốn của mình, điều quan trọng là những người thân thiết với bạn phải biết nơi để tìm thông tin này.

Tôi nên lưu trữ tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của mình ở đâu?

Nếu bạn đã viết (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc, hãy giữ bản gốc ở một nơi an toàn.

Bạn có thể lưu trữ trực tuyến (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của mình trong My Health Record (myhealthrecord.gov.au). Điều này sẽ giúp các chuyên gia y tế có liên quan đến việc chăm sóc bạn có thể tiếp cận các tài liệu của bạn. Các chuyên gia y tế cũng có thể tải lên tài liệu cho bạn nếu bạn yêu cầu.

Tôi nên chia sẻ (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của mình với ai?

Bạn có thể chọn cung cấp một bản sao của (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của bạn cho những người mà bạn tin tưởng. Điều này có thể bao gồm:

- gia đình, bạn bè và người chăm sóc
- (những) người giám hộ dài hạn
- (những) người được ủy quyền dài hạn
- Bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ địa phương
- (các) chuyên gia và / hoặc các chuyên gia y tế khác
- cơ sở chăm sóc người cao tuổi nội trú
- bệnh viện địa phương
- chuyên gia pháp lý.

Lập danh sách những người có (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của bạn. Đây sẽ là một lời nhắc nhở tốt về người cần liên hệ nếu bạn thay đổi hoặc thu hồi (hủy) (các) tài liệu của mình trong tương lai. Sử dụng danh sách kiểm tra trên trang tiếp theo để lưu ý xem ai có bản sao.

Nếu bạn quyết định làm một Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe, bạn cũng có thể làm các việc sau đây:

- thẻ cảnh báo Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe (AHD) (healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning) trong ví hoặc bóp của bạn
- vòng đeo tay MedicalAlert (Medicalert.org.au) - bản khắc sẽ cho biết bạn có Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe và bao gồm chi tiết nhận diện mà các chuyên gia y tế có thể sử dụng để tìm Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe của bạn.

Đặt mua thẻ cảnh báo Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe (AHD) bằng cách liên hệ với Đường dây Hoạch định trước về việc chăm sóc của Bộ Y tế theo số 9222 2300 hoặc gửi email tới acp@health.wa.gov.au.



Hoạt động 5: Chia sẻ tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc

Nếu bạn có một hoặc nhiều tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc, hãy sử dụng danh sách dưới đây để ghi lại ai có một bản sao của mỗi tài liệu.

Họ có một bản sao của:					
Thông tin chi tiết	Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên	Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe	Giấy Ủy Quyền Giám hộ dài hạn (EPG)	Giấy Ủy quyền dài hạn (EPA)	Di chúc
Người nào khác có một bản sao?					
Gia đình, bạn bè và người chăm sóc của tôi	Người thứ nhất	Tên			
		Chi tiết liên hệ			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Người thứ hai	Tên			
		Chi tiết liên hệ			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
(Những) người giám hộ dài hạn của tôi	Người giám hộ dài hạn thứ nhất	Tên			
		Chi tiết liên hệ			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Người giám hộ dài hạn thứ hai	Tên			
Chi tiết liên hệ					
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>					
Chuyên gia chăm sóc sức khỏe của tôi	Bác sĩ gia đình	Tên			
		Chi tiết liên hệ			
		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>			
	Chuyên gia / chuyên gia y tế thứ nhất	Tên			
		Chi tiết liên hệ			
		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>			
	Chuyên gia / chuyên gia y tế thứ hai	Tên			
		Chi tiết liên hệ			
		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>			
	Cơ sở chăm sóc người cao tuổi nội trú	Tên cơ sở			
		Chi tiết liên hệ			
		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>			
Bệnh viện địa phương	Tên bệnh viện				
	Chi tiết liên hệ				
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
Phiên bản trực tuyến					
Hồ sơ sức khỏe của tôi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Những người khác có một bản sao					
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Lưu trữ tài liệu gốc của tôi

Điều quan trọng là phải đảm bảo rằng bạn biết (các) bản chính tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc của bạn ở đâu để bạn (và gia đình của bạn) có thể truy cập chúng dễ dàng nếu cần. Có thể hữu ích nếu giữ tất cả tài liệu này ở cùng một nơi.

Tài liệu	Tôi giữ bản gốc của (các) tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc hiện tại của mình ở đâu?
Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên	
Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe	
Giấy Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn (EPG)	
Giấy Ủy Quyền dài hạn (EPA)	
Di chúc	



Tìm sự giúp đỡ ở đâu

Hoạch định trước về việc chăm sóc

Đường dây Thông tin Hoạch định trước về việc chăm sóc của Bộ Y tế Tây Úc

Các câu hỏi chung và yêu cầu nhận các nguồn Hoạch định trước về việc chăm sóc miễn phí (ví dụ: Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe, Biểu mẫu Giá trị và Ưu tiên)

Điện thoại: 9222 2300

Email: acp@health.wa.gov.au

Trang mạng: healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning

Đường dây trợ giúp chăm sóc giảm đau

Thông tin, nguồn lực và hỗ trợ về bất kỳ vấn đề nào liên quan đến việc Hoạch định trước về việc chăm sóc, chăm sóc giảm đau, đau buồn và mất mát

1800 573 299 (9 giờ sáng đến 5 giờ chiều mỗi ngày trong năm)

Trang mạng: palliativecarewa.asn.au

Chăm sóc giảm đau Tây Úc

Các câu hỏi chung, tài nguyên và thông tin về các hội thảo cộng đồng Hoạch định trước về việc chăm sóc miễn phí hoặc đặt mua một bộ thẻ Điều Quan trọng Nhất

1300 551 704 (Thứ Hai đến Thứ Năm)

Trang mạng: palliativecarewa.asn.au

Dịch vụ Hỗ trợ Miễn phí Hoạch định trước về việc chăm sóc của Úc

Các câu hỏi chung và hỗ trợ hoàn thành các tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc

Điện thoại: 1300 208 582 (Thứ Hai đến Thứ Sáu, 9 giờ sáng - 5 giờ chiều AEST)

Hình thức giới thiệu trực tuyến: advancecareplanning.org.au/about-us/contact-us

Giấy Ủy Quyền Giám hộ Dài hạn và Giấy Ủy Quyền dài hạn

Văn phòng Biên hộ Công cộng

Điện thoại: 1300 858 455

Email: opa@justice.wa.gov.au

Trang mạng: publicadvocate.wa.gov.au

Tư vấn y tế

Gặp bác sĩ gia đình, chuyên gia hoặc bác sĩ địa phương của bạn để được tư vấn.

Dịch vụ ủy thác và quản lý tài sản chuyên nghiệp

Cơ Quan Ủy Thác Công

Bao gồm hỗ trợ và tư vấn với việc soạn thảo Di chúc và Giấy ủy quyền dài hạn

Điện thoại: 1300 746 116 (Các yêu cầu và lịch hẹn mới)

Điện thoại: 1300 746 212 (Người được đại diện)

Trang mạng: publictrustee.wa.gov.au

Tư vấn pháp lý chung

Gặp luật sư của bạn (nếu có) để được tư vấn pháp lý cụ thể.

Hiệp hội Luật Tây Úc

Điện thoại: 9324 8652

Tìm trong phần yêu cầu giới thiệu luật sư: lawsocietywa.asn.au/find-a-lawyer

Văn phòng Tư vấn Công dân

Điện thoại: 9221 5711

Trang mạng: cabwa.com.au

Trung tâm Pháp lý Cộng đồng

Điện thoại: 9221 9322

Trang mạng: communitylegalwa.org.au

Hỗ trợ pháp lý Tây Úc

Điện thoại: 1300 650 579

Trang mạng: legalaid.wa.gov.au

Nếu bạn cần một thông dịch viên



Interpreter

Nếu bạn gặp khó khăn trong việc hiểu quyền sở làm việc này và / hoặc cần hỗ trợ về ngôn ngữ, vui lòng gọi số 131 450. Yêu cầu thông dịch viên và yêu cầu họ gọi điện thoại cho bất kỳ cơ quan nào từ danh sách [Nơi nhận trợ giúp](#).

Nếu bạn bị điếc hoặc bị khiếm thính hoặc khó nói



Sử dụng Dịch vụ Chuyển tiếp Quốc gia để gọi cho bất kỳ cơ quan nào từ danh sách [Nơi nhận trợ giúp](#) này. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập trang mạng: communications.gov.au/accesshub

Nhìn nhận

Bộ Y tế Tây Úc xin chân thành cảm ơn tất cả những người đã đóng góp vào việc phát triển quyển sổ làm việc, bao gồm các thành viên của Nhóm Tham khảo Giáo dục Hoạch định trước về việc chăm sóc của Bộ Y tế và Nhóm Tài nguyên Hoạch định trước về việc chăm sóc cho Người tiêu dùng, những người đã cung cấp chuyên môn và hướng dẫn về nội dung để hoàn thành tài liệu.

Chúng tôi cũng muốn cảm ơn những người đã tham gia và cung cấp các ý kiến phản hồi như một phần trong quá trình tham vấn.

Các tài liệu và tài nguyên sau đây đã thông báo cho sự phát triển của quyển quyển sổ làm việc:

- Hoạch định trước về việc chăm sóc tại Úc. *Giải thích Hoạch định trước về việc chăm sóc.* (Advance care planning explained) Austin Health, tháng 8 năm 2021
- Nhóm Nous. *Khung Quốc gia về Tài liệu Hoạch định trước về việc chăm sóc.* (National Framework for Advance Care Planning Documents) Bộ Y tế Úc, tháng 5 năm 2021.
- Chăm sóc Giảm đau Úc. *Người sắp chết thảo luận.* (Dying to Talk Discussion Starter) Tìm ra những gì phù hợp với bạn. 2018 Working out what's right for you. 2018
- Chăm sóc Giảm đau Tây Úc. *Mô hình giới thiệu Hoạch định trước về việc chăm sóc.* (Advance care planning introductory model) Perth, WA; PCWA ACP Consortium, 2022.

Tài liệu này có thể được cung cấp ở các định dạng khác theo yêu cầu đối với người khuyết tật (liên hệ 9222 2300 hoặc acp@health.wa.gov.au). Phiên bản dễ đọc của tài liệu này hiện có tại healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning.

© Bộ Y Tế 2022

Bản quyền đối của tài liệu này thuộc Tiểu Bang Tây Úc trừ khi có chỉ định khác. Ngoài bất kỳ giao dịch công bằng nào cho mục đích học tập, nghiên cứu, phê bình hoặc đánh giá cá nhân, được cho phép theo các quy định của Đạo luật Bản quyền năm 1968, không một phần nào có thể được sao chép hoặc sử dụng lại cho bất kỳ mục đích nào mà không có sự cho phép bằng văn bản của Tiểu Bang Western Châu Úc.