



# Planiranje skrbi unaprijed

Planiranje svoje buduće zdravstvene i osobne skrbi

## Što je planiranje skrbi unaprijed?

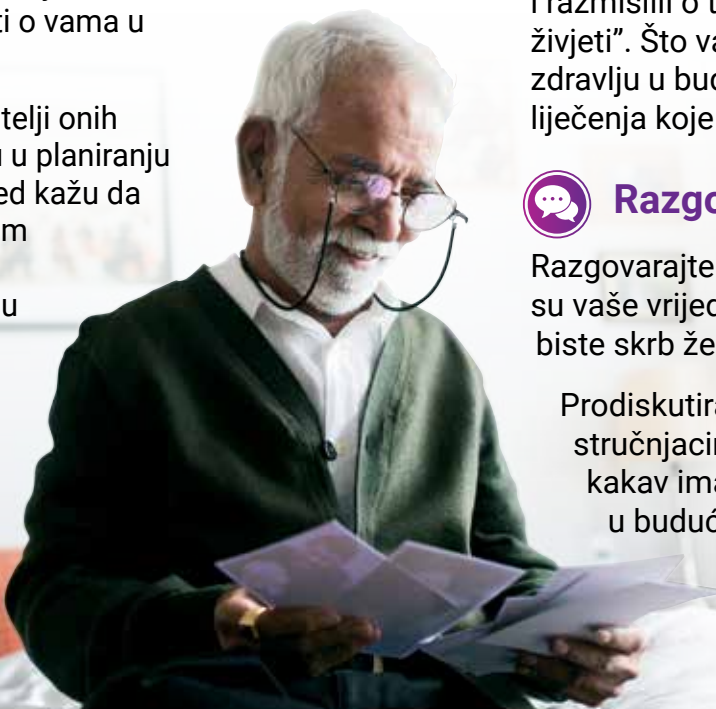
Planiranje skrbi unaprijed pomaže vam da imate riječ u tome kakvu ćete skrb primati u budućnosti. To pomaže i drugima da razumiju vaše vrijednosti, uvjerenja i preferencije kada jednom ne budete mogli sami donositi odluke ili izreći svoje želje vezano uz vaše zdravlje i osobnu njegu. Planiranje skrbi unaprijed možete početi u bilo kojoj dobi. Najbolje je to početi kada se još dobro osjećate i kada ste sposobni donositi odluke.

## Zašto je planiranje skrbi unaprijed važno?

Planiranje skrbi unaprijed vam može dati duševni mir znajući da drugi razumiju koje su vaše želje u slučaju da dođe vrijeme da više niste u stanju reći im što je vama važno.

To također može olakšati posao vašoj obitelji, prijateljima i zdravstvenim stručnjacima koji će se možda skrbiti o vama u budućnosti

Obitelji i prijatelji onih koji sudjeluju u planiranju skrbi unaprijed kažu da su pod manjim stresom i zadovoljniji su njegoj koju je njihova voljena osoba primala.



## Planiranje skrbi unaprijed je proces koji traje i uključuje 4 ključna elementa:

- **Razmislite**
- **Razgovarajte**
- **Zapišite**
- **Podijelite s drugima.**

Te elemente možete primjenjivati po kojem god želite redoslijedu i mijenjati svoj izbor sukladno promjenama u vašoj osobnoj situaciji, zdravlju ili načinu života.

### **Razmislite**

Proces planiranja vaše skrbi unaprijed ovisit će o vama i vašim uvjerenjima, vrijednostima i preferencijama.

Odvojite vrijeme kako biste sakupili misli i razmislili o tome što za vas znači "dobro živjeti". Što vas brine kada razmišljate o svom zdravlju u budućnosti? Ima li nekih vrsta liječenja koje ne biste htjeli?

### **Razgovarajte**

Razgovarajte sa svojim voljenima o tome koje su vaše vrijednosti i uvjerenja, kao i kakvu biste skrb željeli kada vam ne bude dobro.

Prodiskutirajte sa svojim zdravstvenim stručnjacima o tome što vas brine i kakav imate izbor u vezi svog zdravlja u budućnosti.

## Zapišite

Kada imate ideju što je vama važno i kada ste o tome porazgovarali s drugima, dobro je to negdje i zabilježiti.

Razmišljanje o tome koje vrste odluka i ideja želite podijeliti s drugima pomoći će vam odlučiti koji dokument(i) bi mogao/mogli biti koristan/korisni. Neki od dokumenata za korištenje kod planiranja skrbi unaprijed su:

- **Obrazac o vrijednostima i preferencijama: Planiranje moje buduće skrbi** je izraz vaših vrijednosti, preferencija i želja u vezi vašeg zdravlja i skrbi u budućnosti.
- **Direktiva o zdravstvenoj skrbi u budućnosti (Advance Health Directive- poznata na engleskom kao akronim AHD)** je pravni dokument koji se koristi za zabilješku vaših odluka u vezi toga koje liječenja želite ili koje ne želite primati kada vam bude vrlo slabo ili ako se ozlijedite.
- **Trajna ovlast skrbništva (Enduring Power of Guardianship -na engleskom poznat kao EPG)** je pravni dokument koji se koristi za imenovanje nekog tko će za vas donositi važne odluke osobne prirode, kao i odluke vezane uz način života i liječenje kada vi sami to ne budete više mogli.

Posjetite [healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning](https://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning) za informacije o drugim dokumentima.

Ovaj dokument se na zahtjev može učiniti dostupnim u alternativnim formatima za osobe s invaliditetom.

Pripremio Program o skrbi pri kraju života (End-of-Life Care Program).  
© Department of Health 2022

Autorsko pravo za ovaj materijal pripada saveznoj državi Zapadnoj Australiji osim ako nije drugačije naznačeno. Osim razumnog korištenja istog u svrhe privatnog studiranja, istraživanja, kritike ili revizije kao što je dopušteno odredbama Zakona o autorskim pravima iz 1968. godine, nijedan dio se nikako ne smije reproducirati ili ponovno koristiti u bilo koju drugu svrhu bez prethodne pismene suglasnosti od strane savezne države Zapadne Australije.

## Podijelite

Važno je da vama bliskim osobama kažete gdje držite svoje dokumente o planiranju skrbi unaprijed.

Originale dokumenata spremite na sigurno mjesto. Spremite putem interneta jedan primjerak na **My Health Record (Moja zdravstvena evidencija)** tako da zdravstveni stručnjaci imaju pristup tim podacima. Te informacije možete također razmijeniti sa:

- članovima obitelji, prijateljima i njegovateljima
- trajno ovlaštenim skrbnicima (EPG)
- trajnim opunomoćenicima (EPA)
- zdravstvenim stručnjacima i specijalistima (npr. liječnicima opće prakse)
- objektom za smještaj starijih osoba
- mjesnom bolnicom
- pravnim stručnjakom.

## Za više informacija

**Ministarstvo zdravstva Zapadne Australije**  
**Linija za informacije za planiranje skrbi unaprijed**

Opći upiti i za naručiti besplatna sredstva za planiranje skrbi unaprijed

Telefon: **9222 2300**

Email: **acp@health.wa.gov.au**

Internet stranica: **healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning**