



预立医疗计划 | 医疗目标

一切尽在沟通

医疗决定实施指南



什么是预立医疗计划？

通过预立医疗计划，您可对自己的医疗服务意愿进行思考、探讨和记录存档。该流程是一种有助于在当前或未来做出医疗决定的实用方法。

预立医疗计划有何裨益？

万一您无法通过语言表达自己的意愿，则必须确保您的家人和为您服务的医疗团队真正了解您的想法。没有人能够预知未来，包括以后的健康状况。无论明朝旦夕祸福，提前制定计划就能防范于未然。预立医疗计划可为您本人、您的家人以及需要以您的名义做出医疗决定的人提供方便与慰藉。

“我希望我的家人了解我对以后接受医疗服务的看法。这样，他们在需要替我做决定的时候就不会惊慌失措。”

预立医疗计划的对象包括哪些人？

每一个人。我们所有人都可以从中获益。如果您的健康状况突然恶化或遭遇不测，并且丧失自主做出医疗决定的能力，提前计划就能够确保相关人员了解并尊重您的意愿。

何时开始进行预立医疗计划？

现在就行动吧。在您面临危机或重病之前，越早开始预立医疗计划越好。

想象 自己突遭车祸并且重伤。您被送进医院的重症监护室，并且彻底丧失与人沟通的能力，仅靠人工设备来维持心跳和呼吸。主治医生认为您已经不可能恢复健康。

想象 自己已经丧失自主决定的能力。您现在已经住进医疗护理机构。您无法自主进食，不知道自己是谁，不认识自己的家人，也记不住眼前发生的一切。从此以后，您再也无法与人进行有意义的交流，并且健康状况将持续恶化。

想象 自己身患绝症，虽经多方治疗也不见好转，很快就会走向生命的终点。

您的家人和为您服务的医疗团队是否知道您的意愿？

我应该从何处入手？

思考 解 择 沟通 记录

“不妨考虑一下延长生命、保证生活质量之类的医疗目标，以及自己更喜欢独立生活，还是在家里或保健中心等熟悉的地方接受他人的护理。”

第 1 步

思考自己的价值观和个人意愿。

针对未来可能接受的医疗服务，您持有怎样的价值观、意愿和目标？想想自己最重视的东西。

您是否拥有会对医疗意愿造成影响的个人信仰？

在什么情况下，您会愿意或不愿意接受某类特定治疗？

您希望在哪里接受治疗？

您是否有过为家人或朋友做出医疗决定的经历？



第 2 步

了解自己的健康状况。

如果您现在的身体状况不佳，应与医生或其他医疗工作者一起探讨。您可以询问自己的预后情况，即所患疾病在未来的发展结果。您可以了解所患疾病有哪些对应治疗措施及其治疗效果。您还可以了解自己可能需要做出哪些医疗决定。

“我们永远无法预知命运的安排，但是我可以跟您聊一聊，让您大致了解一下其他面临相同遭遇的患者经历了什么。”

第 3 步

选择能够替您做出决定并为您传达心意的人。

意外或突发疾病可能让我们丧失表达能力。其他一些慢性疾病可能逐渐剥夺我们与人沟通或做出医疗决定的能力。预立医疗计划的一个重要步骤就是，在您无法自主做出医疗决定时，选择并指定代替您完成这项工作的人，这一指定结果具有法律效力。该名人员可看作您的代理人。

您可以自由选择代理人，例如家人或好朋友。请务必与您的代理人深入探讨，让他/她真正了解您的价值观和意愿。

您可以尝试考虑下列问题：

我相信这个人在与医疗团队商谈时能够尊重我的价值观和意愿吗？

他/她是否能够明确表达我的想法？

他/她是否有能力在高压环境下果断做出决定？

如果我无法自主做出医疗决定，这个人是否愿意并且有时间和精力来做我的代理人？



思考 了解 选择 沟通 记录



“我跟儿子谈过预立医疗计划。刚开始他不以为然。他努力让我明白我这是瞎操心，我很健康，我会长命百岁。我知道，现在就开始考虑我有朝一日可能不在人世的事情，会让他难过。

我解释道，我当然希望自己一辈子健健康康，但是万一有什么意外状况导致我不能说话，我希望他能安心接替我的工作，代替我跟医生讨论并且做出决定。我把自己看待健康问题的价值观以及重病或生命垂危时的优先事项一一告诉他。最重要的是，我知道他不会再有负担，他现在已经明白我的价值取向，他能够为我做出正确的决定。

然后，我打电话把这件事告诉其他家人。我希望他们知道我儿子成为我的代理人，而且清楚这件事的来龙去脉。我不希望在以后生病的时候还有人为此争吵甚至产生误会。”

第 4 步

与他人沟通，让其了解您的价值观和医疗意愿。

预立医疗计划中最重要的部分就是与您的指定代理人、家人和医疗团队进行沟通。跟家人讨论这种健康问题可能让人很难接受，但是提前了解您的意愿将会有助于家人在未来做出正确的决定。在一个已经充满紧张气氛和不确定性的高压环境中，提前做好准备能够缓解整个局面。

有关人员还可以借助于上述沟通内容，在尊重您自身意愿和病情的基础上确定相应的医疗方案或医疗目标。

您对于健康问题的医疗意愿或价值观可能随着时间的推移而变化，所以请务必保持坦诚交流的态度，让上述人员及时了解最新动态。

思考 了解 选择 沟通 记录

第 5 步 在个人预立 医疗指示中 记录存档

预立医疗计划的下一步是记录存档。在艾伯塔省，此类记录存档的法律文件称为个人预立医疗指示。在个人预立医疗指示中，需要指定一位备选决策者担当您的代理人，即在您无法自主做出医疗决定的时候，由此人以您的名义与医疗团队沟通。代理人将根据您的意愿，代表您做出医疗决定。您还可以在个人预立医疗指示中记录与医疗意愿和价值观相关的任何其他信息。

个人预立医疗指示仅在您无法自主做出医疗决定的情形下生效。通过这份文件，可以明确您的医疗决定代理人以及您自己的医疗意愿，有助于减少冲突和争吵，让您的亲朋好友卸下心理负担，重归平静。

如果您的健康状况或医疗意愿和价值观发生变化，可以并且务必随时修订个人预立医疗指示。对于个人预立医疗指示如有任何疑问，请联系公共监护员办公室 (Office of the Public Guardian) 寻求帮助。



公共监护员办公室联系电话
1-877-427-4525

网址：
[www.humanservices.alberta.ca/
guardianship-trusteeship/
office-public-guardian.html](http://www.humanservices.alberta.ca/guardianship-trusteeship/office-public-guardian.html)

医疗目标

围绕预立医疗计划开展沟通与交流有助于做出正确的医疗决定。为您服务的医疗工作者可通过指定医疗目标，了解您对于医疗服务的总体目标和首选医疗场所。在紧急医疗事件发生时，医疗团队可利用指定医疗目标，根据您的健康状况，及时提供符合您自身意愿以及价值观的有效医疗服务。

“如果患者希望跟我讨论自己在健康问题上看重什么，期望得到什么，我会很愿意跟他/她一起交流，帮助其制定自己的医疗目标。通过这些讨论，我们可以明确患者对于健康问题的意愿，从而确定适当的医疗目标。”

医疗目标主要涉及三大治疗方案：



抢救治疗 - 在这种方案下，患者希望接受能够提供的任何医疗检查和/或干预措施，包括重症监护 (ICU) 和复苏术。



医学治疗 - 在这种方案下，患者希望接受能够提供的任何医疗检查和/或干预措施，但是**不包括重症监护 (ICU) 和复苏术**。此外，治疗地点（家中、医院和保健机构）将取决于当时的医疗条件以及患者的个人意愿和价值观。在无法进行 R 类方案的时候，可以考虑采用 M 类方案。



安适治疗 - 这种方案主要针对不可能治愈/控制的重大疾病，医疗检查和干预措施的目标是控制症状和维持功能。为更好地了解或控制症状，患者可能需要接受转院治疗。

上述三大治疗方案都与指定治疗目标相关，后者的作用是定义以及向医疗工作者说明个人对于医疗服务的期望。请根据您的健康状况以及医疗意愿和价值观进行选择，并将医疗目标告知您的医疗团队。



您和代理人或家人以及医疗团队之间进行沟通和交流时，通常都会探讨有关医疗目标的决策问题。

对自己的健康状况和医疗意愿进行思考并和他人交流，这是一件很有意义的事。如果您的健康状况现在开始恶化，您可以为医疗团队和家人提供哪些实用的建议和指示？

不妨从以下方面入手，准备沟通和交流的内容：

我希望使用所有治疗手段，包括复苏术和重症监护室的人工维持设备，来延续我的生命，如果还有可能挽救的话。(R)

延长生命对我来说比什么都重要，无论将来是否能够康复或者以后会给我的生活质量带来什么改变。

我希望使用所有治疗手段，但是不包括复苏术或重症监护室的人工维持设备，因为这些方法既不能延续我的生命，也不能帮助我恢复一定的生活质量。(M)

我希望通过治疗缓解痛苦，过得舒服一点。我只需要能够改善生活质量的医疗方案。我不希望通过医疗，包括复苏术或重症监护室的人工维持设备，来勉强维持生命。(C)

我愿意接受对症治疗，但是如果我无法康复或恢复生活质量，我宁愿选择能够让我缓解痛苦的治疗方法，平静地面对死亡。

我希望清楚明确地表达自己对于生活质量的看法。

在哪些情况下，我不希望通过医疗，包括复苏术或重症监护室的人工维持设备，来勉强维持生命？

我的健康状况或未来生活出现什么变化可能导致我的意愿发生改变？

什么时候需要制定或更改医疗目标？

您的医疗团队将在以下情形出现时与您探讨医疗目标的相关事宜：

- 进入医院或医疗保健机构时
- 手术前
- 转院时
- 进入急救室或紧急医疗中心时
- 在家庭医生处进行年度体检时
- 个人健康状况出现变化时
- 根据您的要求，您可随时制定或修订预立医疗计划

大多数情况下，您和代理人、家人以及医疗团队可以达成一致意见，选择最适合您的指定医疗目标。但是，如果出现难以协调的情况，可通过争端解决流程来做出抉择。如需了解详情，请向为您服务的医疗工作者咨询。



请向为您提供医疗服务的机构或人员咨询，以了解获取“绿袖套”的渠道。

医师或护士将向您提供一张艾伯塔省卫生局 (Alberta Health Services) 印制的表格，来记录您的指定医疗目标，此类表格在各大医疗机构之间都能通用。上述表格连同个人预立医疗指示以及任何其他预立医疗计划文档的复印版都将存放在塑料制成的“绿袖套”中。当您在家里时，应将绿袖套放在冰箱上或冰箱附近，以便急救人员等医疗工作者能够在进门后第一时间发现。如果您需要住院或入住任何医疗机构，请确保随身携带绿袖套。在您与他人交流预立医疗计划和指定医疗目标的过程中，绿袖套将发挥重要作用。



如果您愿意申请一张可放入钱包，并注明紧急医疗事件发生时的代理人联系信息的小卡片，请拨打公共监护员办公室 (Office of the Public Guardian) 的电话领取：

1-877-427-4525

预立医疗计划清单

- 我已经进行了认真思考，我知道自己对于医疗服务的价值观、信仰和个人目标。
- 我已经和为我服务的医疗工作者进行过沟通，我很明白我目前的健康状况以及未来需要做出哪些医疗决定。
- 我已经选定了代理人，他/她知道我的相关意愿。
- 我已经和家人和/或好朋友聊过我对于医疗服务的意愿和计划。
- 我已经跟我的医生商量过医疗目标的相关事宜。
- 我已经填写个人预立医疗指示文件，并将复印本交予我的代理人和医疗工作者。
- 我已经将我的文件（包括个人预立医疗指示和指定医疗目标）存入绿袖套中，并把袖套放在冰箱上或冰箱附近。
- 无论我去往医院还是其他医疗机构，我都会随身携带绿袖套。



关于医疗决定的参考资源：

- 指南
- 视频



如需了解详情，请咨询为您服务的
医疗工作者或访问以下网址：

www.conversationsmatter.ca