



事前照護規劃 | 擬定照護目標

彼此互動、深入瞭解

作出妥善醫療決定指南



## 何謂「事先照護規劃」？

「事先照護規劃」是一種協助您思索、討論及記錄您對醫療照護有哪些意願的方式。這個過程可協助您為現階段以及未來的醫療照護作出決定。

## 此規劃的優點為何？

當您無法表達自己的需要時，。

我們都無法預料明天會發生什麼事，也無法預知我們未來的健康狀況。現在馬上規劃，無論未來如何，都可以確保有人清楚您的意願。

「事先照護規劃」無論對您、您的家人，以及需要代表您作出醫療照護決定的人而言，都是令人安心的保證。

「我希望我的家人知道我對於未來所接受的醫療照護有何意願。這樣，萬一他們日後必須代表我下決定，他們也才能放心。」

## 此規劃適用於哪些人？

每個人。不論您是誰，都能從「事先照護規劃」受益。當您的健康狀況發生不測或變化，您無法作出醫療照護相關決定時，此事先規劃可確保我們能得知您的意願。

## 何時開始規劃比較好？

立即開始。您必須在面臨危機或罹患重大疾病之前開始跟我們進行「事先照護規劃」的溝通交流才行。

**假設** 您不幸發生車禍而受到重傷。您住進醫院的加護病房，無法再與任何人溝通。您的心跳與呼吸只能靠人工呼吸器維持。您的醫生認為您已無法康復。

**假設** 您失去自主能力。您住在安養機構內。您無法自行進食，不認識自己、不認識家人，也不記得過去發生的事情。您再也無法與他人進行有意義的溝通，且您的狀況只會越來越惡化。

**假設** 您多年來罹患某種疾病，雖經治療仍趨於惡化，您的生命即將終了。

您的家人與醫療團隊知道您有哪些意願嗎？



該如何開始？

# 思考 研究 選擇 溝通 記錄

「您可以先思索您對於延長生命和生活品質的目標，您究竟希望獨立不依賴他人，或希望住在熟悉的地方（您自己的家或安養中心）接受別人照顧？」

## 步驟 1

思考您的價值觀和意願。

您對於醫療照護的價值觀、意願和目標為何？想一想，對您而言最重要的事情有哪些。

您是否有信仰？您的信仰對您的醫療照護意願有何影響？

在哪些狀況下您不願意接受某種治療？

您希望在哪裡接受照護？

您過去是否曾代表家人或朋友為他們下醫療照護決定？





步驟 2

瞭解您自己的  
健康狀況。

如果您已罹患某種病症，請務必與您的醫生或其他醫療服務供應商討論。您可詢問您的預後狀況，亦即，您的病症未來可能的發展情況。您可研究哪些療法對於您的病症是可行的，以及接受這些治療後的成效如何。您會瞭解未來可能需要下哪些醫療照護決定。

「雖然我們無法預測未來發生的事情，但我可以概略地告訴您，其他與您狀況相同的病患所發生的經歷。」

步驟 3

挑選能代表您下決定  
並發言的人。

突如其來的意外或緊急發作的病症，可能讓我們無法表達自己的意願。其他病症可能會使我們逐漸喪失表達能力或是下醫療照護決定的自主能力。這也就是為何我們的「事先照護規劃」流程需要另一個重要步驟：挑選指定能代表您的合法代理人，萬一您在意外中喪失下醫療照護決定的自主能力，此人才能代為表達您的意願。此人即為您的代理人。

您可挑選任何人作為代理人，如家人或好友。請務必與您考慮以其擔任您代理人的人士討論您的價值觀以及意願。

您可能必須考慮  
下列條件：

我是否信任此人能按照我的價值觀和意願，代表我向我的醫療團隊傳達我的醫療照護決定？

他們是否能清楚表達我的意思？

他們是否能在承受壓力的情形下作出棘手的決定？

此人是否願意且能夠在我無法自行下醫療照護決定的情況下代表我下決定？







「我曾向我的兒子提過我的事先照護規劃。一開始他不太在意。他試圖說服我不用擔心，因為我體態適中，健康狀況良好。我知道他只要一想到我可能有一天會離開就心情低落。

我向他解釋，我也想要一直維持身體健康，但萬一發生了什麼意外，讓我失去表達能力，我希望他能放心地向我的醫生傳達我的醫療照護決定。我也趁這個機會告訴他，萬一我生了重病或即將死去時，我最重視身體哪方面的健康以及我的優先考量事項。但最重要的是，我知道他不會心力交瘁或擔心無法為我作出最適當的決定，因為現在他已經知道我最在意的是哪些方面的健康。

之後，我打電話給其餘的家人。我想讓他們知道我兒子是我的代理人，以及我們討論過的事情。我不希望當我生病時，別人對我的醫療照護意願有任何誤解。」

#### 步驟 4

針對您的醫療照護意願與價值觀與代理人相互溝通。

「事先照護規劃」中最重要的一部分，很可能就是「溝通」，您可能與您指定的代理人、摯親好友和醫療團隊逐漸地展開一些溝通與交流。與您的摯親好友討論您的健康問題或許不太容易，但卻能幫助他們事先瞭解您的意願。如此一來，也能幫助他們在面臨龐大壓力與不確定因素時，減輕他們的負擔。

這些溝通交流也有助於確定您的治療照護方式或「照護目標」皆符合您的意願和健康情況。

您的意願與價值觀可能會隨著時間或健康狀況的變化而有所變動，因此請務必坦率地傳達這些變動。

# 思考 研究 選擇 溝通 記錄

## 步驟 5

## 記錄在「個人意願書」中



「事先照護規劃」的下一步是記錄您的計畫。在艾伯達省，我們稱這類的法律文件為「個人意願書」。在「個人意願書」中，您選擇一個可代表您下決定的人，此人即為您的「代理人」－ 當您失去自主能力時，此人會與您的醫療團隊合作。您的代理人會按照您的意願，代表您作出醫療照護決定。您亦可在「個人意願書」中寫下您對於醫療照護之意願與價值觀的任何其他相關資訊。

「個人意願書」僅在您無法自行作出醫療照護決定時才有效力。它有助於減輕您親人的矛盾感或不知所措感，使他們放心地作出決定，因此此意願書中載明了誰是您的醫療照護決定者，並指示了您的醫療照護意願。

您可以（也應該）在健康情況或個人意願及價值觀有所變動時，隨時檢閱您的「個人意願書」。如您需要「個人意願書」的更多詳細資訊，請洽詢「公共監護人辦事處」。



公共監護人辦事處電話：

1-877-427-4525

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



## 照護目標

事先照護規劃的溝通交流有助於引導未來的醫療照護決定。您的醫療服務供應商會使用您的「照護目標」指示來闡明您醫療照護的整體目標及適合進行該照護的地點。發生急症時，您的「照護目標」指示可引導您的醫療團隊按照您的健康狀況、對您最有利的療法以及您本身的意願與價值觀，提供最適切的及時照護服務。

「當病患來找我討論他們最在意的事情以及他們對於醫療照護服務有哪些意願時，我們可以一起合作，定出他們的照護目標。這些溝通交流有助於我們瞭解病患針對他們的健康狀況產生的獨特需求，然後我們才能定出「照護目標」指示。」

## 照護方式（又稱為「照護目標」）通常可分為三類：



**急救照護** - 此照護方式是極盡所能地使病患獲得及接受一切對他們有益處的適當檢驗和/或干預性治療，可能包括加護病房 (ICU) 照護與復甦術。



**醫療照護** - 此照護方式是極盡所能地使病患獲得及接受一切對他們有益處的適當檢驗和/或醫療干預，**不包括加護病房 (ICU) 照護與復甦照護**。此外，接受照護的地點（自家、醫院與安養機構）應為適當的醫療院所且符合病患的意願及價值觀。M 是指當 R 療法不可行時的適當療法。



**安寧照護** - 當某個原發病症已無法治癒或控制或病患不願再治療或控制其病情時，即採用此照護方式，檢驗與醫療干預之目的是使其症狀獲得最佳控制並維持生理機能。此時可能會將病患轉至對症狀有更深入瞭解或控制能力的醫院。

在以上三大主要照護法中，還有「照護目標」指示的細分項目，這些細項可用來進一步定義您的各個「照護目標」並向醫療服務供應商傳達這些照護目標。請與您的醫療團隊討論哪個「照護目標」指示最能符合您的健康情況及您的意願和價值觀。





在您與您的代理人或摯親好友以及您的醫療團隊彼此進行溝通交流的過程中，通常會提起有關「照護目標」的決定。

您最好能思考一下自己的醫療照護意願並與其他人討論。如果您的健康狀況很快就惡化，您會給予您的醫療團隊與家人什麼指示？

**您可以先表達自己的一些想法，舉例如下：**

我希望善盡一切療法（包括加護病房照護的復甦術與人工續命治療），盡其所能地維持我的生命。(R)

延續壽命對我而言是最重要的，無論我能否康復或我的生活品質是否大不如前。

我希望接受完整的醫療照護，但如果使用復甦術或人工續命密集治療無法延續我的生命或使我康復到能享有一定程度

的生活品質，我就不願接受復甦術或人工續命密集治療。(M)

我所期望的醫療照護，是以平靜安祥及減輕痛苦為目標。我所期望的醫療照護，完全以享有一定的生活品質為目標。我不願意只為了活命而接受醫療、復甦術或人工續命密集治療。(C)

我願意接受疾病治療，但如果我的病情未見好轉，或無法享有一定的生活品質，那麼我寧願安祥而自然地死去。

我必須討論我所要的生活品質是什麼。

在何種情況下，我不願意只為了活命而接受醫療、復甦術或密集治療？

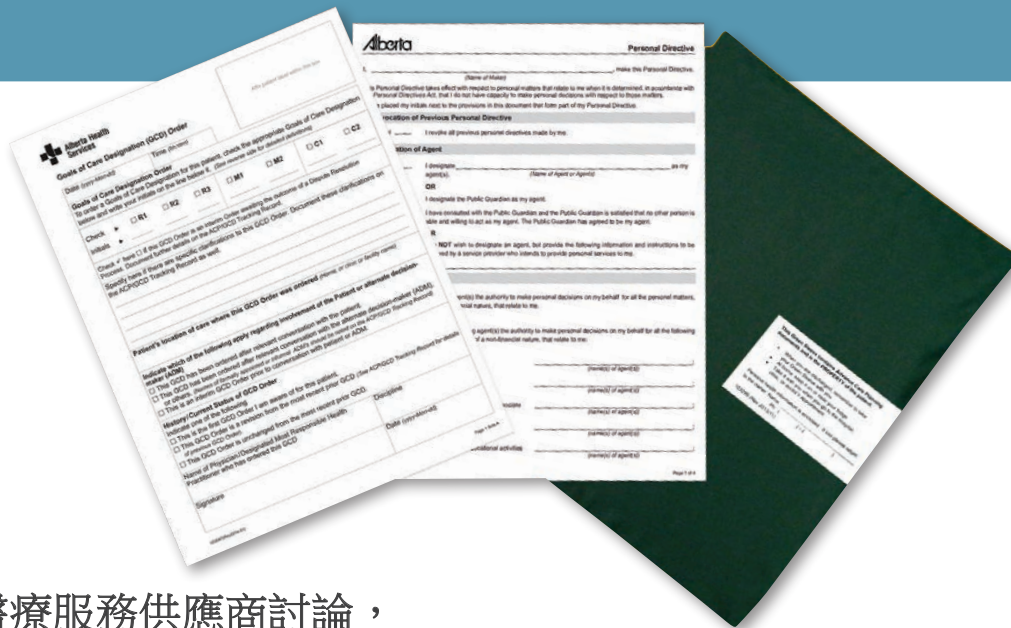
日後我的健康狀況或生活如發生何種變化，可能會影響我的醫療照護意願？

# 討論或變更「照護目標」的時機為何？

您的醫療團隊會在下列情況中與您討論您的照護目標：

- 當您住進醫院或安養機構時
- 在您動手術前
- 當您從某家醫療機構轉院至另一家醫療機構時
- 當您到急診室或緊急救護中心就診時
- 當您接受家庭醫生的年度健康檢查時
- 每當您的健康狀況生變時
- 您可自行斟酌要在何時擬定或檢閱您的事先照護計畫

在多數情況下，您、您的代理人、您的摯親好友與醫療團隊最好能在您的「照護目標」指示上達成共識，確定最適合於您的照護目標。不過，如果難以達成共識，可採用現有的「爭議化解」流程來輔助您下決定。如需詳細資訊，請洽詢您的醫療服務供應商。



請與您的醫療服務供應商討論，  
詢問該如何索取綠袖子 (Green Sleeve)。

此「照護目標」指示記錄於由您的醫師或護理人員填寫的 Alberta Health Services 表單上，獲得所有醫療院所的認可。此指示連同一份您的「個人意願書」與所有其他事先照護規劃文件一起存放在一種塑料材質的綠袖子 (Green Sleeve) 封袋內。當您在家時，應將綠袖子置於冰箱上或冰箱旁，因為萬一發生緊急事故，醫療服務供應商（如「緊急醫療服務」人員）將會進入您家，到上述位置尋找綠袖子。每當您到醫院或到任何醫療服務供應商就診，請隨身攜帶您的綠袖子，離院時亦請務必帶走。您的「綠袖子」對於傳達您的事先照護規劃與「照護目標」指示而言，是不可或缺的一個重要工具。






如您想要索取一張可讓您寫下您代理人聯絡資訊的皮夾卡（方便您發生急症時可與代理人取得聯繫），請洽詢「公共監護人辦事處」：

1-877-427-4525

## 事先照護規劃檢核表

- 我已考量過與我的醫療照護方式有關的價值觀和信仰。
- 我已向我的醫療服務供應商提過我目前的健康情況，以及我未來可能需要作出的醫療照護決定。
- 我已選出一位代理人，與他/她討論過我的意願。
- 我已與我的家人和/或我信任的朋友討論過我的醫療照護意願。
- 我的醫生和我已共同討論過我的「照護目標」。
- 我已填妥「個人意願書」並分發給我的代理人和醫療服務供應商。
- 我使用了「綠袖子」封袋存放我的文件（內含我的「個人意願書」和「照護目標」指示），我把「綠袖子」放在冰箱上或冰箱旁。
- 我每次到醫院或其他醫療門診就診都會隨身攜帶我的「綠袖子」。



醫療照護決定輔助資源：  
• 指南手冊 • 影片



如需詳細資訊，請洽詢您的醫療服務  
供應商，或瀏覽下列網頁：

[www.conversationsmatter.ca](http://www.conversationsmatter.ca)