



HOẠCH ĐỊNH TRƯỚC VIỆC CHĂM SÓC | MỤC TIÊU CHĂM SÓC

VẤN ĐỀ TRÒ CHUYỆN

HƯỚNG DẪN ĐƯA RA QUYẾT ĐỊNH VỀ VIỆC CHĂM SÓC SỨC KHỎE



Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc là gì?

Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc là cách thức giúp quý vị suy nghĩ, thảo luận và lập tài liệu những nguyện vọng chăm sóc sức khỏe của mình. Đây là một quy trình có thể giúp quý vị đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe cho mình ngay trước mắt và trong tương lai.

Những lợi ích là gì?

Trong trường hợp khi quý vị không thể bày tỏ nguyện vọng của mình, điều quan trọng là người thân của quý vị và nhóm chăm sóc sức khỏe hiểu được nguyện vọng chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Không ai trong chúng ta biết được điều gì sẽ xảy ra trong tương lai hay có thể đoán trước được sức khỏe của mình trong tương lai. Hoạch định ngay hôm nay có thể đảm bảo mọi người biết được nguyện vọng của quý vị dù tương lai có sao đi nữa.

Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc Sức Khỏe có thể mang đến sự thoải mái và an tâm cho quý vị, gia đình quý vị và cho những người có thể quyết định việc chăm sóc sức khỏe thay cho quý vị.

“Tôi muốn gia đình tôi biết những suy nghĩ của mình về việc chăm sóc sức khỏe trong tương lai. Bằng cách đó, nếu họ phải quyết định thay cho tôi, họ sẽ hoàn toàn an tâm.”

Chương trình này dành cho ai?

Tất cả mọi người. Tất cả chúng ta có thể hưởng lợi từ Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc. Nếu xảy ra sự cố hoặc thay đổi không mong muốn nào về sức khỏe của quý vị và quý vị không thể đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe của mình thì việc hoạch định trước đảm bảo mọi người biết được nguyện vọng của quý vị.

Khi nào là thời gian phù hợp để bắt đầu?

Ngay bây giờ. Điều quan trọng là phải bắt đầu cuộc trò chuyện Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc trước khi quý vị lâm bệnh hoặc ốm nặng.

Hãy tưởng tượng quý vị bất ngờ bị thương nặng trong một vụ tông xe. Quý vị được đưa vào bộ phận chăm sóc chuyên sâu của bệnh viện và không thể giao tiếp với bất kỳ ai. Nhịp tim và hơi thở của quý vị chỉ có thể duy trì bằng máy hỗ trợ nhân tạo. Bác sĩ của quý vị cho rằng quý vị không có khả năng phục hồi nữa.

Hãy tưởng tượng rằng quý vị không có khả năng đưa ra quyết định nữa. Quý vị sống tại một cơ sở chăm sóc. Quý vị không thể tự ăn uống và không còn biết mình là ai, không nhận ra các thành viên trong gia đình hay những điều đã xảy ra. Quý vị không lấy lại được khả năng giao tiếp ý nghĩa với người khác và tình trạng của quý vị sẽ ngày càng trầm trọng hơn theo thời gian.

Hãy tưởng tượng rằng quý vị đã sống nhiều năm với bệnh tật ngày càng trầm trọng mặc dù đã được điều trị và quý vị sắp qua đời.

Gia đình của quý vị và nhóm chăm sóc sức khỏe sẽ hiểu được nguyện vọng của quý vị?

Tôi bắt đầu bằng cách nào?

Suy nghĩ Tìm hiểu Lựa chọn Thảo luận Lập tài liệu

“Quý vị nên nghĩ về những mục tiêu của mình liên quan đến việc kéo dài cuộc sống và chất lượng cuộc sống. Quý vị muốn được chăm sóc ở một địa điểm độc lập hay quen thuộc như tại nhà hoặc trung tâm chăm sóc.”

BƯỚC 1

NGHĨ về nguyện vọng của quý vị và những điều quý vị đề cao.

Những điều quý vị đề cao, nguyện vọng và mục tiêu cho việc chăm sóc sức khỏe của quý vị là gì? Nghĩ về những điều quan trọng với quý vị.

Quý vị có tín ngưỡng cá nhân nào ảnh hưởng đến nguyện vọng chăm sóc sức khỏe của mình không?

Có trường hợp nào quý vị muốn hoặc không muốn nhận điều trị nhất định không?

Quý vị muốn được chăm sóc ở đâu?

Trước đây quý vị đã gặp trường hợp nào gia đình hoặc bạn bè phải đưa ra quyết định chăm sóc sức khỏe thay chưa?



BƯỚC 2

TÌM HIỂU về sức khỏe của chính quý vị.

Nếu quý vị hiện có tình trạng bệnh lý, điều quan trọng là quý vị phải thảo luận với bác sĩ của mình hoặc các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác. Quý vị có thể hỏi về tiên lượng bệnh của mình, nghĩa là, những điều quý vị có thể phải trải qua trong tương lai do tình trạng

bệnh lý hiện tại của mình. Quý vị có thể tìm hiểu về việc điều trị y khoa có thể cho tình trạng của mình và những điều quý vị mong đợi từ việc điều trị này. Quý vị có thể tìm hiểu những loại quyết định chăm sóc sức khỏe mà quý vị cần thực hiện.

“Mặc dù chúng ta không thể dự đoán chính xác được điều gì sẽ xảy ra trong tương lai, tôi có thể thảo luận chung chung với quý vị về những gì các bệnh nhân khác có tình trạng bệnh lý như quý vị đã trải qua.”

BƯỚC 3

CHỌN một người nào đó để đưa ra quyết định và thảo luận thay cho quý vị.

Những sự cố y khoa đột ngột hoặc không mong muốn có thể khiến chúng ta không thể bày tỏ nguyện vọng của mình. Các tình trạng bệnh lý khác có thể dần dần khiến chúng ta không thể bày tỏ nguyện vọng hoặc đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe của mình. Đây là lý do tại sao cần có một bước quan trọng khác trong quy trình Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc là lựa chọn và chỉ định hợp pháp một người

có thể thảo luận thay cho quý vị trong trường hợp quý vị không thể tự đưa ra quyết định y khoa. Người này sẽ là người đại diện của quý vị.

Người đại diện có thể là bất kỳ ai mà quý vị chọn chẳng hạn như một thành viên gia đình hoặc bạn thân. Điều rất quan trọng là thảo luận những điều quý vị đề cao và nguyện vọng của quý vị với người mà quý vị coi là người đại diện của mình.

Một số điều quý vị có thể muốn cân nhắc:

Tôi có tin tưởng người này trong việc đưa ra các quyết định chăm sóc sức khỏe với nhóm chăm sóc sức khỏe của mình dựa trên nguyện vọng và những điều tôi đề cao không?

Họ có thể bày tỏ rõ ràng không?

Họ có thể đưa ra những quyết định khó khăn trong những tình huống căng thẳng không?

Người này có sẵn sàng và luôn có thể bày tỏ thay tôi nếu tôi không thể tự đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe cho mình không?





BƯỚC 4

BÀY TỎ nguyện vọng của quý vị và những điều quý vị coi trọng trong việc chăm sóc sức khỏe.

“Tôi nói với con trai tôi về việc hoạch định trước việc chăm sóc của mình. Đầu tiên, cậu ấy không nhiệt tình lắm. Cậu ấy cố thuyết phục tôi rằng tôi không cần phải lo lắng và tôi rất khỏe. Tôi biết cậu ấy rất buồn khi nghĩ đến lúc tôi sẽ không còn sống.

Tôi giải thích rằng tôi muốn sống khỏe nhưng trong trường hợp có điều gì xảy ra và tôi không thể tự bày tỏ nguyện vọng, tôi muốn cậu ấy thoải mái đưa ra quyết định y tế với bác sĩ của tôi. Tôi có thể nói với cậu ấy về những điều tôi coi trọng về sức khỏe của mình và những điều tôi ưu tiên nếu tôi bị ốm nặng hoặc qua đời. Nhưng quan trọng hơn là tôi biết cậu ấy sẽ không cảm thấy gánh nặng hay lo lắng về việc đưa ra quyết định phù hợp cho tôi vì bây giờ cậu ấy đã biết những điều tôi coi trọng về sức khỏe của mình.

Sau đó, tôi gọi cho các thành viên còn lại trong gia đình. Tôi muốn đảm bảo rằng họ biết con trai tôi là người đại diện cho tôi và những điều tôi và con trai đã trao đổi với nhau. Tôi không muốn có bất kỳ sự hiểu lầm nào khi tôi bị ốm.”

Có thể, việc quan trọng nhất trong quy trình hoạch định trước việc chăm sóc là cuộc trò chuyện mà quý vị trao đổi với người đại diện được chỉ định, người thân và nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị. Thảo luận về sức khỏe của quý vị với người thân có thể là việc khó khăn nhưng biết trước được nguyện vọng của quý vị sẽ giúp họ về sau. Điều này sẽ giúp thời gian căng thẳng và không chắc chắn trở nên bớt khó khăn hơn.

Những cuộc trò chuyện này cũng có thể hữu ích trong việc xác định các phương pháp y tế cho việc chăm sóc của quý vị hoặc Mục Tiêu Chăm Sóc phản ánh tốt nhất nguyện vọng và trường hợp sức khỏe của quý vị.

Nguyện vọng và những điều quý vị đề cao có thể thay đổi theo thời gian hoặc khi có những thay đổi về sức khỏe của quý vị nên hãy đảm bảo cuộc trò chuyện luôn cởi mở và trao đổi về những thay đổi này.

BƯỚC 5

LẬP TÀI LIỆU
trong Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân

Bước tiếp theo trong hoạch định trước việc chăm sóc là lập tài liệu kế hoạch của quý vị. Tại Alberta, tài liệu pháp lý để ghi lại kế hoạch này được gọi là Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân. Trong Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân, quý vị chọn một người đưa ra quyết định thay thế là 'người đại diện' của quý vị – đó là người có thể phối hợp với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị không thể hợp tác với họ. Người đại diện của quý vị đưa ra quyết định chăm sóc sức khỏe thay cho quý vị, theo nguyện vọng của quý vị. Quý vị cũng có thể ghi lại bất kỳ thông tin nào khác về nguyện vọng và những điều quý vị đề cao liên quan đến việc chăm sóc sức khỏe trong Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân.

Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân chỉ có hiệu lực nếu trong trường hợp quý vị không thể đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe của mình. Bản chỉ dẫn này hữu ích trong việc giảm xung đột hoặc lo lắng và mang lại sự thoải mái cho những người thân của quý vị vì bản chỉ dẫn nêu rõ ai là người đưa ra quyết định cho việc chăm sóc sức khỏe của quý vị và có thể cung cấp hướng dẫn về nguyện vọng của quý vị.

Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân của quý vị có thể và nên được xem lại bất cứ khi nào quý vị thay đổi tình trạng sức khỏe hoặc nguyện vọng và những điều quý vị đề cao. Nếu quý vị muốn biết thêm thông tin về Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân, quý vị có thể liên hệ với Văn Phòng Giám Hộ Công Chúng để được trợ giúp.



**Văn Phòng Giám Hộ
Công Chúng**

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)

Mục Tiêu Chăm Sóc

Những cuộc trò chuyện về hoạch định trước việc chăm sóc có thể giúp hướng dẫn đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe. Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị sử dụng các lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc để mô tả mục đích chung của việc chăm sóc sức khỏe và địa điểm chăm sóc ưa thích của quý vị. Trong trường hợp khẩn cấp về y tế, các lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc của quý vị sẽ hướng dẫn nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị cung cấp dịch vụ chăm sóc kịp thời phản ánh tốt nhất tình trạng sức khỏe của quý vị, việc điều trị sẽ nhằm mang lại lợi ích cho quý vị theo nguyện vọng cũng như những điều quý vị đề cao.

“Khi một bệnh nhân nói với tôi về những điều quan trọng với họ và những hy vọng của họ ở góc độ những điều họ đang trải qua với sức khỏe của mình, chúng tôi có thể làm việc với nhau để xác định mục tiêu cho việc chăm sóc của họ. Những cuộc trò chuyện này giúp tôi hiểu nguyện vọng duy nhất của bệnh nhân trong trường hợp sức khỏe của họ để có thể xác định việc lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc phù hợp.”

Có ba phương pháp chung để chăm sóc hoặc Mục Tiêu Chăm Sóc:



Chăm Sóc Phục Hồi – Trong phương pháp chăm sóc này, bệnh nhân mong đợi được hưởng lợi từ và chấp nhận mọi xét nghiệm y tế và/hoặc dịch vụ can thiệp phù hợp có thể được cung cấp và có thể bao gồm chăm sóc chuyên sâu (ICU) và phục hồi.



Chăm Sóc Y Tế – Trong phương pháp chăm sóc này, bệnh nhân mong đợi được hưởng lợi từ và chấp nhận mọi xét nghiệm y tế và/hoặc dịch vụ can thiệp phù hợp có thể được cung cấp, **ngoại trừ ICU và chăm sóc phục hồi**. Ngoài ra, các địa điểm chăm sóc (tại nhà, bệnh viện và cơ sở chăm sóc) được cân nhắc tùy theo những gì phù hợp về mặt y tế và đáp ứng nguyện vọng và những điều bệnh nhân đề cao. M là phương pháp phù hợp khi các liệu pháp R không hiệu quả.



Chăm Sóc Thoải Mái – Trong phương pháp chăm sóc này, mục đích của xét nghiệm y tế và các dịch vụ can thiệp là nhằm kiểm soát triệu chứng tối ưu và duy trì chức năng khi điều trị hoặc kiểm soát tình trạng cơ bản là không thể hoặc không mong muốn. Có thể cần chuyển đến bệnh viện để hiểu rõ hơn hoặc kiểm soát tốt hơn các triệu chứng.

Trong ba phương pháp chăm sóc chính này, có các tiểu loại được gọi là lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc, được sử dụng để định nghĩa thêm và bày tỏ Mục Tiêu Chăm Sóc cá nhân của quý vị với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Trao đổi với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị về lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc phản ánh tốt nhất các trường hợp sức khỏe của quý vị và nguyện vọng của quý vị cũng như những gì mà quý vị đề cao.



Những quyết định về Mục Tiêu Chăm Sóc thường phát sinh qua các cuộc trò chuyện giữa quý vị, người đại diện của quý vị hoặc người thân và nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Cần suy nghĩ và thảo luận về những nguyện vọng riêng của quý vị về chăm sóc sức khỏe. Nếu sức khỏe của quý vị trở nên xấu đi hôm nay, quý vị sẽ cung cấp cho nhóm chăm sóc sức khỏe và gia đình mình những hướng dẫn gì?

Đây là một số điểm khởi đầu cho cuộc trò chuyện riêng của quý vị:

Nguyện vọng của tôi là sử dụng tất cả các liệu pháp y tế bao gồm chăm sóc phục hồi và điều trị duy trì cuộc sống nhân tạo trong phương pháp điều trị chuyên sâu để tôi được sống nếu có thể. (R)

Tuổi thọ là quan trọng nhất đối với tôi bất kể tôi có phục hồi hay có thay đổi về chất lượng cuộc sống hay không.

Nguyện vọng của tôi là sử dụng mọi dịch vụ chăm sóc sức khỏe nhưng không sử dụng điều trị phục hồi hoặc điều trị chuyên sâu duy trì cuộc sống nhân tạo nếu những phương pháp này không thể kéo dài cuộc sống của tôi hoặc giúp tôi phục hồi đến chất lượng cuộc sống nhất định. (M)

Nguyện vọng của tôi là chăm sóc sức khỏe nhằm mang lại sự thoải mái và giảm bớt đau khổ. Tôi muốn chăm sóc y tế chỉ tập trung vào chất lượng cuộc sống. Tôi muốn tránh việc duy trì cuộc sống bằng điều trị y tế, chăm sóc phục hồi hoặc điều trị chuyên sâu duy trì cuộc sống nhân tạo. (C)

Tôi chấp nhận điều trị cố gắng chữa bệnh nhưng nếu tôi không hồi phục hoặc đạt được chất lượng cuộc sống nhất định, tôi muốn chuyển sang phương pháp chỉ nhằm mang lại sự thoải mái và qua đời theo cách tự nhiên.

Điều quan trọng là tôi cần thảo luận những điều tôi muốn nói là chất lượng cuộc sống.

Trong trường hợp nào tôi sẽ muốn tránh việc duy trì cuộc sống bằng điều trị y tế, chăm sóc phục hồi hoặc điều trị chuyên sâu?

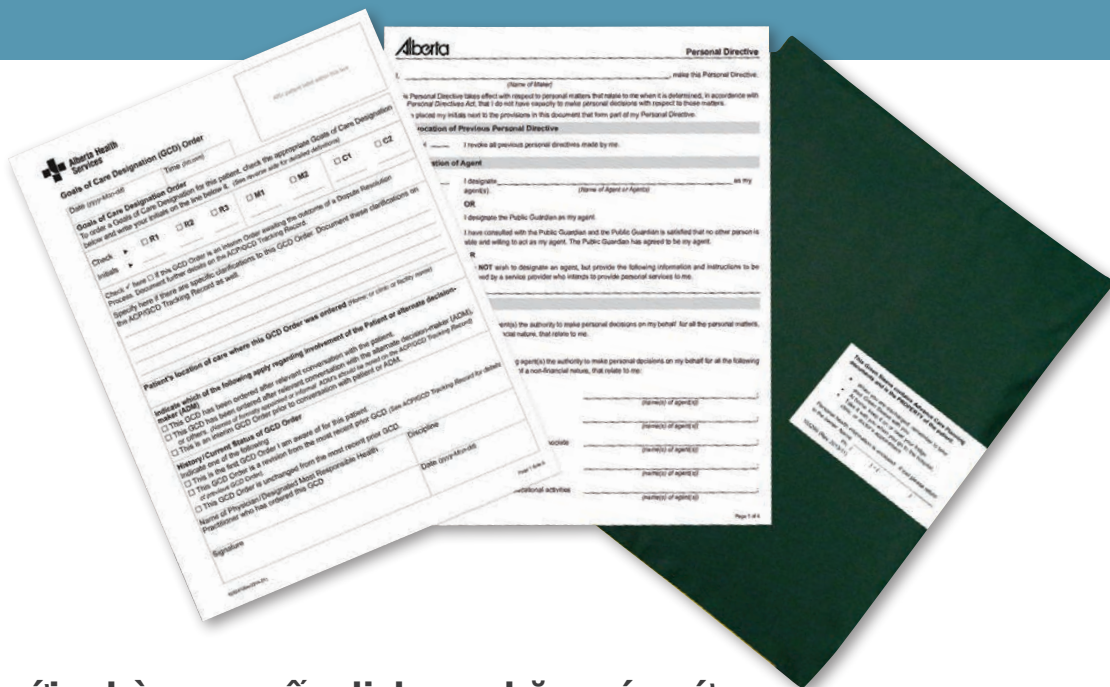
Những loại thay đổi nào cho sức khỏe hoặc cuộc sống trong tương lai có thể ảnh hưởng đến nguyện vọng của tôi?

Khi nào Mục Tiêu Chăm Sóc được Thảo Luận hoặc Thay Đổi?

Nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ tiếp cận quý vị để thảo luận về các mục tiêu cho việc chăm sóc của quý vị:

- Khi quý vị được chuyển đến bệnh viện hoặc cơ sở chăm sóc
- Trước khi quý vị phẫu thuật
- Khi quý vị được chuyển từ một cơ sở chăm sóc sức khỏe đến cơ sở khác
- Nếu quý vị đến phòng cấp cứu hoặc trung tâm chăm sóc khẩn cấp
- Vào lần thăm khám hàng năm với bác sĩ gia đình của quý vị
- Bất cứ khi nào có thay đổi về tình trạng sức khỏe của quý vị
- Tùy ý quý vị, bất cứ khi nào quý vị chuẩn bị hoặc xem lại bản hoạch định trước việc chăm sóc.

Trong hầu hết các trường hợp, quý vị, người đại diện của quý vị, người thân của quý vị và nhóm chăm sóc sức khỏe sẽ đồng ý về các lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc phù hợp nhất với quý vị. Tuy nhiên, trong trường hợp khó đi đến thỏa thuận, sẽ có quy trình Giải Quyết Tranh Chấp nhằm hỗ trợ việc đưa ra quyết định. Hỏi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị để biết thêm.



Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về cách quý vị có thể nhận Green Sleeve.

Yêu cầu lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc được bác sĩ hoặc y tá của quý vị ghi vào mẫu đơn của Alberta Health Services và được công nhận trong các dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Yêu cầu này, cùng với bản sao Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân và bất kỳ tài liệu hoạch định trước việc chăm sóc sức khỏe khác được lưu giữ trong Green Sleeve bằng nhựa. Khi quý vị ở nhà, quý vị nên để Green Sleeve trên hoặc gần tủ lạnh vì đó là nơi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe chẳng hạn như Dịch Vụ Y Tế Khẩn Cấp sẽ tìm khi đến nhà của quý vị. Bất cứ khi nào quý vị đến bệnh viện hoặc đi gặp nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình, hãy mang theo Green Sleeve và nhớ mang về khi rời khỏi những nơi này. Green Sleeve của quý vị đóng vai trò quan trọng trong việc trình bày hoạch định trước việc chăm sóc và các lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc của quý vị.



Danh Sách Kiểm Tra Hoạch Định Trước Việc Chăm Sóc

Nếu quý vị muốn nhận thẻ nhận dạng thông tin liên hệ cho người đại diện của mình trong trường hợp khẩn cấp về y tế, hãy liên hệ với Văn Phòng Giám Hộ Công Chúng: 1-877-427-4525

- Tôi đã nghĩ về những điều tôi đề cao, niềm tin và mục tiêu cá nhân của mình vì chúng liên quan đến việc chăm sóc sức khỏe của tôi
- Tôi đã trao đổi với (các) nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình về sức khỏe hiện tại của tôi và những quyết định về việc chăm sóc sức khỏe trong tương lai mà tôi cần đưa ra
- Tôi đã chọn một người đại diện mà tôi đã bày tỏ nguyện vọng của mình
- Tôi đã thảo luận về nguyện vọng điều trị sức khỏe của mình với gia đình và/hoặc những người bạn đáng tin cậy
- Bác sĩ của tôi và tôi đã cùng trao đổi về Mục Tiêu Chăm Sóc của tôi
- Tôi đã hoàn tất Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân và gửi bản sao cho người đại diện và (các) nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình
- Tôi dùng Green Sleeve để cất giữ tài liệu của mình (bao gồm Bản Chỉ Dẫn Cá Nhân và yêu cầu lựa chọn Mục Tiêu Chăm Sóc) và để trên hoặc gần tủ lạnh
- Tôi sẽ mang Green Sleeve đến bệnh viện hoặc cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe khác bất cứ khi nào tôi đi



Tài nguyên để đưa ra quyết định về việc chăm sóc sức khỏe:

- Sách hướng dẫn
- Video



Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị hoặc truy cập:

www.conversationsmatter.ca