



# 预立护理计划

规划您未来的健康与个人护理服务

## 预立护理计划是什么？

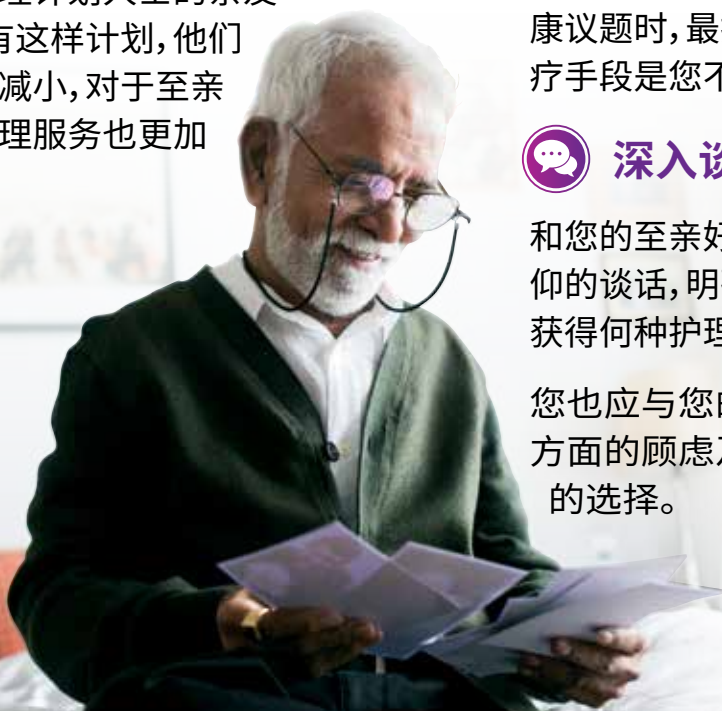
通过预立护理计划，您对于在未来可接受何种护理服务拥有决定权。在未来，如您已无法自行作出或与他人沟通涉及健康及个人护理方面的决定，则它可让相关人员了解您的价值观、信仰与重要选择。您可在任何时候预立护理计划，但最适宜的时机是在您自我感觉良好并可明确作出决定的时候。

## 预立护理计划为什么重要？

预立护理计划可解除您的后顾之忧，它可以确保在您无法告知相关人员关于您的重要信息时，他们仍能够知晓您的意愿。

它也能极大地帮助未来可能会承担对您的照护事务的亲友和医务人员。

参与预立护理计划人士的亲友表示，因为有这样计划，他们的压力大大减小，对于至亲所得到的护理服务也更加满意。



## 预立护理计划是一个持续的过程，它包含四个关键阶段：

- 慎重考虑
- 深入谈论
- 书面记录
- 信息分享

您可以参照以上步骤，根据您的个人情况、健康或生活方式的变化，修改您此前的选择。

### 慎重考虑

您的预立护理计划应该遵从您的价值观、信仰和您认为重要的事项制定。

您可留出一些时间，思考“有质量地生活”对您而言意味着什么。当您想到自己未来的健康议题时，最担忧的是什么？是否有什么医疗手段是您不想接受的？

### 深入谈论

和您的至亲好友进行关于您的价值观和信仰的谈话，明确如您在未来丧失健康时希望获得何种护理服务。

您也应与您的医务人员讨论您关于健康方面的顾虑及未来在护理服务方面可有的选择。

## 书面记录

在您慎重考虑过您所认为重要的因素、并与亲友及医务人员进行深入交谈后,则可将您的想法进行书面记录。

您可考虑有哪一类决定是您愿意分享的,这可以助您决定哪些文件可能会适用于您的情况。以下是部分预先护理计划相关的文件:

- **价值观及重要选择表:我的未来护理服务规划**是一份您关于未来的健康和护理服务方面的价值观、重要事项和愿望的声明。
- **预先健康指令(又称AHD)**是一份法律文件,用以记录您所指定的在严重丧失健康或受伤的情况下希望或不希望接受的医疗手段。
- **持久监护人授权书(又称EPG)**是一份法律文件,用于授权他人在您不具备能力就重要的个人、生活方式及治疗手段作出决定时替代您完成以上决定。

预先护理计划的相关文件可在以下网址获取: [healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning](https://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning)

残障人士如有需要,可联系本部以获取本资料的其他形式。

本资料由生命末期护理计划制定

© 健康部2022

除有特殊声明外,本资料享有西澳大利亚州法律保护的版权。除依据1968年版版权法案准许的出于私人学习、研究、评论或审阅目的的合理使用之外,未经西澳大利亚州的书面许可,本资料的任何部分不得被复制或重新使用于任何用途。

## 信息分享

将您的预先护理计划文件存放地点告知与您亲近的人士是非常重要的。

请将文件原件存放在安全的地方,并上传副本至**我的健康记录**,以便医务人员能获取这些信息。您还可以与以下人士分享文件副本:

- 家人、朋友及您的个人护工
- 您(通过EPG授权)的持久监护人
- 您在持久授权委托书(EPA)中所指定的被授权人
- 医务人员及医疗专家(如全科医生)
- 养老院
- 您当地的医院
- 法务人士

## 如需进一步了解,请联系:

**西澳大利亚州健康部  
预先护理计划信息热线**

(一般性咨询及索取预先护理计划相关资料)

电话号码: **9222 2300**

电子邮件: **acp@health.wa.gov.au**

网址: **healthywa.wa.gov.au/  
AdvanceCarePlanning**