Government of **Western Australia**
Department of **Health**

अग्रिम देखभाल योजना

अपने भविष्य के स्वास्थ्य और व्यक्तिगत देखभाल के लिए योजना बनाना

अग्रिम देखभाल योजना क्या है?

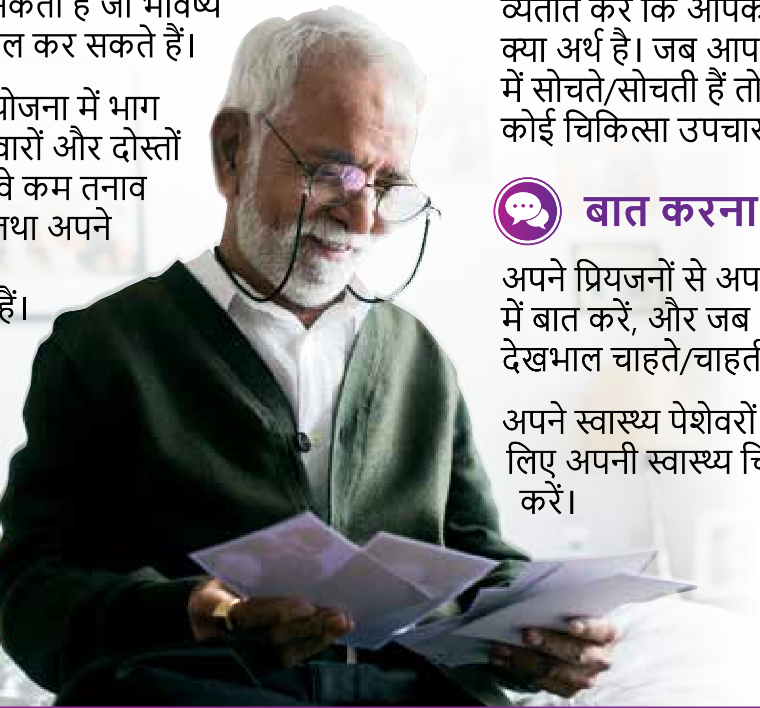
अग्रिम देखभाल योजना आपको यह चुनने में सहायता कर सकती है कि भविष्य में आपको किस प्रकार की देखभाल प्राप्त होगी। यह दूसरों को आपके मूल्यों, विश्वासों और वरीयताओं को समझने में सहायता करती है जब आप अपने स्वास्थ्य तथा व्यक्तिगत देखभाल के बारे में निर्णयों को लेने या संवाद करने में सक्षम नहीं होते/होती हैं। अग्रिम देखभाल योजना किसी भी उम्र में शुरू हो सकती है। यह सबसे अच्छी तब शुरू होती है जब आप अच्छा महसूस कर रहे होते/होती हैं और निर्णयों को लेने में सक्षम होते/होती हैं।

अग्रिम देखभाल योजना महत्वपूर्ण क्यों है?

अग्रिम देखभाल योजना आपको मन की शांति यह जानकर प्रदान कर सकती है कि दूसरे लोग आपकी इच्छाओं को समझते हैं यदि ऐसा कोई समय आता है जब आप उन्हें यह नहीं बता पाते/पाती कि आपके लिए क्या महत्वपूर्ण है।

यह आपके परिवार, दोस्तों और स्वास्थ्य पेशेवरों के लिए भी आसान बना सकता है जो भविष्य में आपकी देखभाल कर सकते हैं।

अग्रिम देखभाल योजना में भाग लेने वालों के परिवारों और दोस्तों का कहना है कि वे कम तनाव महसूस करते हैं तथा अपने प्रियजन को मिली देखभाल से खुश हैं।



अग्रिम देखभाल योजना एक सतत प्रक्रिया है और इसमें 4 प्रमुख तत्व शामिल हैं:

- **सोचना**
- **बात करना**
- **लिखना**
- **साझा करना।**

आप इन तत्वों के बीच बदलाव कर सकते/सकती हैं और अपनी व्यक्तिगत स्थिति, स्वास्थ्य या जीवन शैली में परिवर्तनों के अनुरूप अपनी पसंदों को बदल सकते/सकती हैं।

सोचना

आपकी अग्रिम देखभाल योजना प्रक्रिया आपके और आपके विश्वासों, मूल्यों और प्राथमिकताओं द्वारा निर्देशित होगी।

अपने विचारों को इकट्ठा करने और यह सोचने में समय व्यतीत करें कि आपके लिए 'अच्छी तरह से जीने' का क्या अर्थ है। जब आप अपने भविष्य के स्वास्थ्य के बारे में सोचते/सोचती हैं तो आपको क्या चिंता होती है? क्या कोई चिकित्सा उपचार हैं जो आप नहीं चाहेंगे/चाहेंगी?

बात करना

अपने प्रियजनों से अपने मूल्यों और विश्वासों के बारे में बात करें, और जब आप अस्वस्थ हों तो आप जो देखभाल चाहते/चाहती हैं, उसके बारे में बात करें।

अपने स्वास्थ्य पेशेवरों के साथ भविष्य की देखभाल के लिए अपनी स्वास्थ्य चिंताओं और विकल्पों पर चर्चा करें।

लिखना

जब आपने इस बारे में सोचा हो कि आपके लिए क्या महत्वपूर्ण है और दूसरों से बात की है, तो इसे लिखना एक अच्छा विचार है।

आप किस प्रकार के निर्णयों और विचारों को साझा करना चाहते/चाहती हैं, इसके बारे में सोचने से आपको यह तय करने में सहायता मिलेगी कि कौन से दस्तावेज उपयोगी हो सकते हैं। आपके उपयोग के लिए अग्रिम देखभाल योजना के कुछ दस्तावेज हैं:

- **मूल्य और प्राथमिकता प्रपत्र: मेरी भविष्य की देखभाल के लिए योजना बनाना** आपके भविष्य के स्वास्थ्य और देखभाल के संबंध में आपके मूल्यों, प्राथमिकताओं और इच्छाओं का विवरण है।
- **अग्रिम स्वास्थ्य निर्देश (जिसे एएचडी भी कहा जाता है)** एक कानूनी दस्तावेज है जिसका उपयोग, यदि आप बहुत अस्वस्थ या घायल हो जाते/जाती हैं, तो आप उस चिकित्सा उपचार के बारे में अपने निर्णयों को रिकॉर्ड करने के लिए करते/करती हैं जिसे आप प्राप्त करना चाहते/चाहती हैं या प्राप्त नहीं करना चाहते/चाहती हैं।
- **स्थायी पॉवर ऑफ गार्डियनशिप (जिसे ईपीजी भी कहा जाता है)** एक कानूनी दस्तावेज है जिसका उपयोग किसी को आपके लिए महत्वपूर्ण व्यक्तिगत, जीवन शैली और उपचार संबंधी निर्णयों को लेने के लिए नियुक्त करने के लिए किया जाता है, जब आप निर्णय नहीं कर सकते/सकती हैं।

अन्य दस्तावेजों की जानकारी के लिए healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning पर जाएँ।

साझा करना

अपने नजदीकी लोगों को यह बताना महत्वपूर्ण है कि आपके अग्रिम देखभाल योजना संबंधी दस्तावेज कहाँ से प्राप्त करें।

मूल को सुरक्षित स्थान पर रखें। **My Health Record** पर एक प्रति अपलोड करें ताकि स्वास्थ्य पेशेवर जानकारी तक पहुँच सकें। आप इनके साथ भी प्रतियां साझा कर सकते/सकती हैं:

- परिवार, दोस्त और देखभाल करने वाले
- स्थायी अभिभावक (ईपीजी)
- स्थायी पॉवर ऑफ अटॉर्नी (ईपीए)
- स्वास्थ्य पेशेवर और विशेषज्ञ (जैसे जीपी)
- आवासीय वृद्ध देखभाल सुविधा
- स्थानीय अस्पताल
- कानूनी पेशेवर।

और अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें

स्वास्थ्य विभाग WA
अग्रिम देखभाल योजना के बारे में सूचना देने वाली लाइन

सामान्य प्रश्न और निःशुल्क अग्रिम देखभाल योजना संसाधनों का ऑर्डर देने के लिए

फोन: **9222 2300**

ई-मेल: **acp@health.wa.gov.au**

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

दिव्यांगता से ग्रसित व्यक्ति के अनुरोध पर यह दस्तावेज वैकल्पिक स्वरूपों में उपलब्ध कराया जा सकता है।

एंड-ऑफ-लाइफ केयर प्रोग्राम द्वारा निर्मित
© स्वास्थ्य विभाग 2022

इस सामग्री का कॉपीराइट पश्चिमी ऑस्ट्रेलिया राज्य में निहित है जब तक कि अन्यथा संकेत न दिया गया हो। कॉपीराइट अधिनियम 1968 के प्रावधानों के तहत निजी अध्ययन, अनुसंधान, आलोचना या समीक्षा के उद्देश्यों के लिए किसी भी निष्पक्ष व्यवहार के अलावा, पश्चिमी ऑस्ट्रेलिया राज्य की लिखित अनुमति के बिना किसी भी हिस्से को किन्हीं भी उद्देश्यों के लिए पुन: प्रस्तुत या पुन: उपयोग नहीं किया जा सकता है।

OCM-014209 AUG'22