



## Advance Care Planning Η Φροντίδα μου, Οι Επιλογές μου

Αν ξαφνικά τραυματιστείτε ή αρρωστήσετε σοβαρά, ποιος θα γνωρίζει τις επιλογές σας για την υγειονομική σας περίθαλψη;



### Τι είναι ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας;

Η ηλικία, η ασθένεια ή ένα ατύχημα μπορεί κάποτε να σας δυσκολέψουν να λάβετε αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα της υγείας σας.

Έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας υγείας σημαίνει ότι σκεφτήκατε και κάνετε τις επιλογές σας τώρα για την καθοδήγηση της μελλοντικής σας φροντίδας υγείας.

Ο έγκαιρος προγραμματισμός μπορεί να σημαίνει ότι:

- συζητήσατε για τη φροντίδα της υγείας σας και τις επιλογές ποιοτικής ζωής με τα πιο κοντινά σας πρόσωπα και με εκείνους που εμπιστεύεστε
- καταγράψατε τις επιλογές σας σε μια Δήλωση Επιλογών
- επιλέξατε και διορίσατε τους υπεύθυνους λήψης αποφάσεων στο Διαρκές Πληρεξούσιό σας
- συμπληρώσατε το έντυπο της Έγκαιρης Οδηγίας Υγείας.



### Γιατί θα πρέπει να προγραμματίσετε το μέλλον;

Έτσι ώστε:

- η θεραπεία και η φροντίδα που θα λάβετε στο μέλλον να μπορεί να είναι σύμφωνη με τις επιθυμίες σας
- δεν θα χρειαστεί τα αγαπημένα σας πρόσωπα να λάβουν δύσκολες αποφάσεις για λογαριασμό σας χωρίς να γνωρίζουν αυτά που θα θέλατε
- οι αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα της υγείας που λαμβάνονται για εσάς δεν γίνονται μόνο σε μια κρίσιμη κατάσταση.

**Αν πιστεύετε ακράδαντα για το τι θέλετε να συμβεί στο μέλλον, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να γνωστοποιήσετε τώρα τα σχέδια και τις επιθυμίες σας.**



## Πώς ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας μπορεί να κάνει τη διαφορά

- Θα σας δώσει την ευκαιρία να συζητήσετε τις αξίες, τις πεποιθήσεις και τις προτιμήσεις για τη φροντίδα της υγείας σας με την οικογένειά σας, τους φίλους σας και τους φορείς παροχής υπηρεσιών φροντίδας υγείας.
- Αυτό βοηθά την οικογένειά σας και τους φορείς παροχής υπηρεσιών φροντίδας υγείας να επιλέξουν για σας τις επιλογές θεραπείας και φροντίδας.
- Θα σας βοηθήσει να τεκμηριώσετε τις επιθυμίες σας για μελλοντική φροντίδα υγείας και προσωπική φροντίδα, ιδιαίτερα τη φροντίδα στο τελικό στάδιο της ζωής.
- Μπορεί να σας βοηθήσει να διασφαλίσετε το ότι οι επιθυμίες σας γίνονται σεβαστές.
- Αυτό μπορεί να καθυστερήσει εσάς, την οικογένειά σας και τους φίλους σας.



## Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας ισχύει σε όλες τις υπηρεσίες φροντίδας υγείας

Μπορείτε να πάρετε μαζί σας τα έγγραφα του έγκαιρου προγραμματισμού φροντίδας σε όλες τις υπηρεσίες φροντίδας υγείας για να διασφαλίσετε ότι οι επιθυμίες σας είναι γνωστές και λαμβάνονται υπόψη.

Αυτό περιλαμβάνει τα δημόσια και τα ιδιωτικά νοσοκομεία, τον οικογενειακό γιατρό σας και οποιοσδήποτε άλλες υπηρεσίες υγείας που μπορεί να πηγαίνετε.



## Ready to start?

- Σκεφτείτε για τις μελλοντικές σας προτιμήσεις στον τομέα της φροντίδας υγείας και ποιος μπορεί να λαμβάνει αποφάσεις για λογαριασμό σας.
  - Συζητήστε την πιθανή μελλοντική φροντίδα υγείας με το γιατρό σας.
  - Συζητήστε για τις μελλοντικές προτιμήσεις σας για τη φροντίδα υγείας με την οικογένεια και τους φίλους σας.
  - Αποφασίστε για τις μελλοντικές προτιμήσεις σας για τη φροντίδα υγείας και ενημερώστε την οικογένεια και τους φίλους σας.
  - Ορίστε κάποιον που εμπιστεύεστε να σας εκπροσωπήσει αν δεν μπορείτε να μιλήσετε μόνοι σας.
- Τα παρακάτω βήματα είναι προαιρετικά:
- Καταγράψτε τις αποφάσεις σας συμπληρώνοντας μια Δήλωση Επιλογών, ένα Διαρκές Πληρεξούσιο ή/και την Έγκαιρη Οδηγία Υγείας
  - Δώστε αντίγραφα των εγγράφων σας σε αυτούς που εμπιστεύεστε (π.χ. μέλη της οικογένειας, στενοί φίλοι), στο γιατρό σας και το τοπικό σας νοσοκομείο
  - Δώστε αντίγραφα των εγγράφων σας στο Γραφείο Εγκαίρου Προγραμματισμού Φροντίδας Υγείας για να τα συμπεριλάβουν στο νοσοκομειακό σας φάκελο Υγείας της Κουησλάνδης
  - Αναθεωρήστε τακτικά τα έγγραφα του εγκαίρου προγραμματισμού φροντίδας της υγείας σας.

**Record  
your wishes.  
Complete  
your advance  
care planning  
documents  
today.**

**Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας είναι εντελώς προαιρετικός. Μπορείτε να αλλάξετε γνώμη και να αλλάξετε τα σχέδιά σας (και τα νομικά έγγραφα) ανά πάσα στιγμή, ενώ έχετε την δικαιοπρακτική ικανότητα.**

Ακόμα και αν είστε υγιείς και σε φόρμα, δεν είναι ποτέ πολύ νωρίς για να προγραμματίσετε τη μελλοντική σας φροντίδα υγείας. Ως μέρος του εγκαίρου προγραμματισμού της φροντίδας σας, μπορείτε να συμπληρώσετε τα εξής:

Σκεφθείτε από τώρα. Προγραμματίστε έγκαιρα. Θα έχετε το κεφάλι σας ήσυχο αργότερα.



### Δήλωση Επιλογών

Αυτό το έγγραφο επικεντρώνεται στις επιθυμίες, τις αξίες και τις πεποιθήσεις σας. Βοηθάει τα κοντινά σας πρόσωπα να λάβουν αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα της υγείας σας για λογαριασμό σας, αν δεν μπορείτε εσείς να λάβετε αυτές τις αποφάσεις για τον εαυτό σας. Καθησυχάζει εσάς και τα αγαπημένα σας πρόσωπα. Για να συμπληρώσετε τη Δήλωση Επιλογών: μιλήστε με το γιατρό σας, επικοινωνήστε με το Γραφείο Εγκαίρου Προγραμματισμού Φροντίδας ή επισκεφτείτε τη διεύθυνση [www.mycaremychoices.com.au](http://www.mycaremychoices.com.au).



### Διαρκές πληρεξούσιο\*

Αυτό είναι ένα νομικό έγγραφο που ορίζει ένα μέλος της οικογένειας ή ένα φίλο σας (μπορείτε να διορίσετε περισσότερους από έναν) για να λάβει σημαντικές αποφάσεις για εσάς όταν εσείς δεν θα είστε σε θέση να το κάνετε. Τα έντυπα διατίθενται στο διαδίκτυο στη διεύθυνση [www.justice.qld.gov.au](http://www.justice.qld.gov.au) ή μπορείτε να μιλήσετε με το δικηγόρο σας ή με το Δημόσιο Διαχειριστή.



### Έγκαιρη Οδηγία Υγείας\*

Αυτό είναι ένα νομικό έγγραφο που δηλώνει τις αποφάσεις σας και κατευθύνει τη μελλοντική σας φροντίδα υγείας σε συγκεκριμένες καταστάσεις για μια χρονική στιγμή που ενδέχεται να μην μπορείτε να επικοινωνήσετε. Πρέπει να υπογραφεί από το γιατρό σας. Τα έντυπα διατίθενται στο διαδίκτυο στη διεύθυνση [www.justice.qld.gov.au](http://www.justice.qld.gov.au).

Λάβετε υπόψιν σας ότι: Σε περίπτωση που συμμετέχει διερμηνέας/ μεταφραστής στην υπογραφή της Εκ των Προτέρων Οδηγίας περί Υγειονομικής Περίθαλψης (AHD) ή Διαρκούς Πληρεξούσιου Εγγράφου (EPOA) θα πρέπει να:

- είναι εξειδικευμένος διερμηνέας/μεταφραστής εγγεγραμμένος στην Εθνική Αρχή Διαπίστευσης Μεταφραστών και Διερμηνέων
- συμπληρώσει το Έντυπο Δήλωσης Διερμηνέα/Μεταφραστή (τα έντυπα διατίθενται μέσω διαδικτύου στο [www.justice.qld.gov.au](http://www.justice.qld.gov.au)).



## Γνωστοποιήστε τις επιθυμίες σας στο γιατρό, την οικογένεια, τους φίλους και τα κοντινά σας πρόσωπα

Μπορεί να είναι δύσκολο να μιλήσετε για το τι μπορεί να συμβεί εάν δεν αισθάνεστε καλά, αλλά θα έχετε ήσυχο το κεφάλι σας γνωρίζοντας ότι οι επιθυμίες σας θα γίνουν σεβαστές.

Είμαστε εδώ για να βοηθήσουμε. Μπορούμε:

- Να σας στείλουμε ταχυδρομικώς ένα ενημερωτικό πακέτο
- Να απαντήσουμε στις ερωτήσεις σας μέσω τηλεφώνου
- Να σας πούμε σε ποιον μπορείτε να μιλήσετε σχετικά με τον έγκαιρο προγραμματισμό της φροντίδας στην περιοχή σας
- Να προσθέσουμε τα έγγραφα του έγκαιρου προγραμματισμού της φροντίδας σας στο νοσοκομειακό σας φάκελο Υγείας της Κουησλάνδης.

Πολλοί άνθρωποι θεωρούν ότι ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας είναι ευκολότερος από ό, τι νόμιζαν ότι ήταν. Τους καθησυχάζει.

\* Εάν επιθυμείτε τα έγγραφα του έγκαιρου προγραμματισμού φροντίδας σας να βρίσκονται στο αρχείο υγείας του MyHealth Record μόνο εσείς, ως ιδιοκτήτης αρχείου, μπορείτε να τα ανεβάσετε μέσω του [www.myhealthrecord.gov.au](http://www.myhealthrecord.gov.au).



## Επικοινωνήστε μαζί μας

Γραφείο Εγκαιρού Προγραμματισμού Φροντίδας

- ☎ 1300 007 227
- 📠 1300 008 227
- ✉ PO Box 2274 Runcorn Qld 4113
- @ [acp@health.qld.gov.au](mailto:acp@health.qld.gov.au)
- 🌐 [www.mycaremychoices.com.au](http://www.mycaremychoices.com.au)

Θυμηθείτε να μας στείλετε ένα αντίγραφο των εγγράφων του έγκαιρου προγραμματισμού της φροντίδας σας.



Διατίθεται υπηρεσία διερμηνείας κατά τη διάρκεια των εργάσιμων ωρών για πληροφορίες και πόρους σχετικά με τον εκ των προτέρων προγραμματισμό φροντίδας στο Κουίνσλαντ:

- καλέστε το 13 14 50
- αναφέρετε την γλώσσα που μιλάτε
- ζητήστε να συνδεθείτε με το γραφείο του ACP στο 1300 007 227.

