



## Hoạch định trước việc chăm sóc là gì?



Hoạch định trước việc chăm sóc là quá trình nghĩ đến những nguyện vọng về việc chăm sóc sức khỏe trong tương lai của quý vị và cho biết những nguyện vọng này. Kế hoạch trước về việc chăm sóc được sử dụng trong những tình huống khi quý vị không có khả năng tự nói ra được cho mình.

Hoạch định trước việc chăm sóc là việc không bắt buộc và có thể bao gồm:

- Việc nghĩ đến và trao đổi với những người quý vị tin cậy, về các giá trị, lựa chọn về chăm sóc sức khỏe và những lựa chọn về chất lượng cuộc sống của quý vị
- Việc chỉ định một, hoặc nhiều người thay thế quý vị đưa ra quyết định để thay mặt quý vị nói ra, nếu cần
- Việc viết ra trong một văn kiện, những nguyện vọng về việc chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Giống như lập Di chúc, hoạch định trước việc chăm sóc, đơn giản là một phần của việc hoạch định cho tương lai.

## Tại sao lại hoạch định trước?



Việc hoạch định trước việc chăm sóc có thể bảo đảm là:

- Việc điều trị và chăm sóc mà quý vị nhận được, phản ánh những mong muốn của quý vị
- Những người thân yêu của quý vị biết quý vị muốn gì nếu họ phải thay mặt quý vị đưa ra các quyết định
- Các quyết định y khoa không được đưa ra, chỉ khi một tình huống khủng hoảng xảy ra mà thôi.

## Đã sẵn sàng để bắt đầu hoạch định?

### Bước 1 – Trao đổi



Việc nói về những gì quý vị có thể muốn nếu trở nên đau ốm trầm trọng, có thể là việc khó, nhưng việc đó có thể cho quý vị và những người thân yêu của quý vị sự an tâm nếu họ biết những mong muốn của quý vị.

Sau khi nghĩ đến những nguyện vọng về việc chăm sóc sức khỏe trong tương lai của mình:

- Hãy trao đổi với bác sĩ của quý vị về các bệnh trạng y khoa của quý vị và những bệnh trạng đó có thể ảnh hưởng đến quý vị thế nào trong tương lai
- Hãy nói chuyện với gia đình của quý vị và những người gần gũi với quý vị về các nguyện vọng về việc chăm sóc sức khỏe của quý vị
- Nhờ một người/những người quý vị tin cậy, trở thành những/người thay thế quý vị đưa ra quyết định, để họ thay mặt quý vị đưa ra các quyết định, nếu cần.

### Bước 2 – Lưu giữ



Lưu giữ các nguyện vọng và quyết định của quý vị bằng việc hoàn tất một hoặc nhiều các văn kiện sau:

- Chỉ thị Trước về việc Chăm sóc Sức khỏe
- Giấy Ủy Quyền Dài hạn
- Bản Tuyên bố về những Lựa chọn

Hãy tải xuống miễn phí các văn kiện này từ trang mạng: [mycaremychoices.com.au](http://mycaremychoices.com.au)

### Bước 3 – Chia sẻ



Hãy chắc chắn là các mong muốn của quý vị về việc chăm sóc sức khỏe đã được viết ra, được những người chăm sóc cho quý vị biết đến và sẵn có cho họ.

Để chia sẻ những lựa chọn của quý vị:

- Đưa bản sao của các văn kiện của quý vị cho những người quý vị tin cậy (thí dụ, người thân trong gia đình, bạn thân, những/người thay thế quý vị đưa ra quyết định) và những người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho quý vị (thí dụ, bác sĩ gia đình (GP))

**VÀ**

- Cung cấp bản sao của các văn kiện của quý vị cho Văn phòng về Hoạch định Trước việc Chăm sóc để thêm vào hồ sơ y khoa của quý vị với Bộ Y tế Queensland (**xin quý vị xem trang sau để biết các lựa chọn**).
- Tải các văn kiện của quý vị lên My Health Record (Hồ sơ Y khoa của Tôi) tại trang mạng [myhealthrecord.gov.au](http://myhealthrecord.gov.au)

### Bước 4 – Xem xét lại



Điều quan trọng là xem xét lại các văn kiện về hoạch định trước việc chăm sóc của quý vị một cách định kỳ, đặc biệt nếu tình trạng sức khỏe của quý vị thay đổi hoặc nếu quý vị thay đổi các nguyện vọng về việc chăm sóc sức khỏe của mình.

