

预立医疗护理计划 / 医疗护理指定目标

# 沟通非常重要 (Conversations Matter)

规划您未来的医疗护理



# 为阿尔伯塔省居民预立医疗护理计划提供支持。 *(Supporting Albertans in advance care planning.)*

阿尔伯塔省的预立医疗护理计划包括：

- 拟定个人意愿书
- 医疗上适当时作出“医疗护理指定目标”指示
- 使用“绿封袋”存放和携带预立医疗护理计划文件

---

版权所有 © (2019) Alberta Health Services。本资料受加拿大和其他国际版权法保护。保留所有权利。未经 Alberta Health Services 明确书面许可，不得以任何方式拷贝、出版、分发或复制这些资料的部分或全部内容。这些资料仅供一般参考，按“现状”和“现址”予以提供。虽然 Alberta Health Services 已尽合理努力确定资料所含信息的准确性，但并不就其准确性、可靠性、完整性、对特定用途的适用性或适合性作任何明示、暗示或法定的陈述或保证。这些资料不能代替专业医疗人士的建议。Alberta Health Services 明确声明不对这些资料的使用，以及因此等使用而引起的任何索赔、诉讼、要求或起诉承担任何责任。

# 什么是预立医疗护理计划？

## (What is Advance Care Planning?)

预立医疗护理计划是帮助您规划并以文件形式记录现在和将来您希望得到的医疗护理服务类型的一种方式。它适合所有成年人，尤其是有健康问题的人。最好是在您身体健康时，即在真正迫切需要前及早制定该计划，以防患于未然。

对于患有慢性疾病、患有多种疾病、年龄较大或可能有认知障碍的人，**预立医疗护理计划 (Advance care planning)** 尤为重要。

**提前规划会让您和对您而言很重要的人感到安心。**

预立医疗护理计划是一个过程，可以帮助您

- 思考您对于是否希望接受医疗护理的价值观和意愿
- 谈论您的医疗护理目标
- 制定可反映您个人价值观和意愿的计划
- 以文件形式记录您的计划

如果您无法表达，您的家人知道您的医疗护理意愿吗？

**想象一下**，您年迈的母亲在冰上滑倒、撞到了头部且陷入昏迷，会怎么样？她的医疗护理团队现在向您询问有关她价值观和意愿的问题。

您知道她的医疗护理意愿吗？

她在可以沟通的情况下会说出怎样的医疗护理目标？

假如是您处于昏迷状态。谁会替您表达意愿？他们知道您想要什么吗？



# 我如何开始规划？ (How do I begin?)

## 思考

了解

选择

沟通

记录

思考以下问题时，应考虑您的价值观和偏好。

这些问题的答案没有对错之分。

### 过去的医疗护理经历

- 您以前是否经历过对自己将来医疗护理需求产生影响的医疗护理？对于您或您认识的其他人，这些经历可能是积极的，也可能是消极的。

### 您未来的健康

- 生活品质对您意味着什么？能够与家人沟通？能够照顾好自己？
- 谁是您生命中重要的人？
- 宗教信仰或精神信仰是否会影响您的医疗偏好？

#### 第 1 步

思考您的价值观和目标。

(Think about your values and goals.)





## 第 2 步

## 了解自己的健康状况。

(Learn about your own health.)

- 您觉得您对自己目前的健康状况是否有充分了解？如果目前您已患有某种疾病，您可以与您的医生或其他医疗服务提供者谈谈：
- 您的预后情况，即将来您会因为这种疾病而经历什么。
- 针对您的疾病可能可行的医疗方案。
- 这些医疗方案可以达到的预期效果。了解您可能需要做出的医疗护理决定类型会很有帮助。

## 第 3 步

选出一个人在您无法做决定时替您做医疗护理决定。  
(Choose someone to make healthcare decisions for you if you couldn't.)

## 谁会替您表达意愿？

意外或突发医疗事件可能会让您无法表达自己的意愿。其他疾病会慢慢剥夺您与他人沟通或做医疗护理决定的能力。

选择并合法指定某人在您自己无法做医疗护理决定的情况下替您做决定，这一点非常重要。在阿尔伯塔省，此人被称为您的代理人。

## 问问自己：

- 我是否相信此人会根据我个人的价值观和意愿与我的医疗护理团队一起做出医疗护理决定？
- 他们能否有效沟通？
- 他们能否在承受压力的情况下做出艰难的决定？
- 如果我自己无法做医疗护理决定，此人是否愿意并能够替我做决定？





## 第 4 步

就您的医疗护理意愿和价值观与您的家人和医疗护理团队沟通。  
(Communicate your wishes and values about your healthcare to your family and healthcare team.)

列出您想在沟通中谈论的最重要事项。

## 沟通开场白 (Conversation starters):

- 我现在的身体状况很好，但我想和你/你们谈谈将来生病或受伤时我的意愿。
- 我一直考虑的一项意愿是捐献器官和组织。我们可以就此谈谈吗？
- 我的医生建议我思考并写下未来病情加重时我的医疗护理意愿。你/你们对我非常重要，我们能谈谈这件事吗？

## 第 5 步

## 记录在个人 意愿书中 (Document in a personal directive)

在阿尔伯塔省，个人意愿书（有时称为“PD”）是一份法律文件，您在该文件中可以指定某人替您做决定并提供关于您意愿的引导信息。

- 只有当您自己无法做医疗护理决定时，您的个人意愿书才会生效。
- 与替您做决定的人（代理人）、您的家人和医疗服务提供者分享您的个人意愿书。
- 当您的健康状况或您的意愿和价值观发生变化时，可以并且应该重新审视您的个人意愿书。
- 您可以按照公共监护人办公室 (Office of the Public Guardian) 提供的免费模板（附有说明）制定您的个人意愿书，也可以请您的律师帮您制定一份。

如果您没有制定个人意愿书，且确定您无法提供知情同意，则：

- 您不能选择替您做决定的人
- 医疗服务提供者可能会让您的至亲替您做决定
- 您的家人或朋友要花时间和金钱走法律程序才能成为您的监护人。



有关个人意愿书的信息，请拨打 310-0000（阿尔伯塔省免费电话）与阿尔伯塔省公共监护人办公室联系

访问 [www.alberta.ca](http://www.alberta.ca) 搜索“Personal Directive”（个人意愿书）



# 什么是医疗护理指定目标 (GCD) 指示? (What is a Goals of Care Designation Order (GCD)?)

- 这是对一般医疗护理重点进行说明的医疗指示。
- 用于帮助医疗护理团队根据您的价值观和偏好，采用对您最有利且最适合您病况的医疗护理方案。
- 由医生或执业护士书写。
- 理想情况是在您与医疗护理团队成员沟通后制定。
- 阿尔伯塔省的所有医疗机构均认可。
- 随着您的健康状况变化而更改；任何医生都可以更新您的 GCD 指示。



决定最适合您的 GCD 是一个过程。考虑的因素：

您的价值观和意愿

您的健康问题



您的医生给出的建议

## 应考虑的问题 (Questions to consider):

- 我是否充分了解自己的病况和预后情况?
- 我会面临怎样的医疗风险及获得怎样的益处?
- 心肺复苏 (CPR) 等救生措施是否对我有益?
- 为了延长生命，我愿意经历什么？生活品质是否比延长生命更重要?
- 我居住的地方有哪些治疗方法可以让我不必入院?

## 哪些人需要 GCD 指示?

### (Who needs a GCD Order?)

患者不希望接受全面复苏护理或全面复苏护理在医疗上不适合时，制定 GCD 指示非常重要。如果没有 GCD 指示另行说明，当患者心跳或呼吸停止时，会向其提供全面复苏护理。

如需了解自己是否需要制定 GCD 指示，请咨询您的医疗服务提供者。他们可以帮助您确定是否需要制定 GCD 指示。

如果您已制定 GCD 指示，它可以并且应该随着您的健康状况变化而更改。如有以下情况，请向您的医疗护理团队咨询：

- 您目前的健康状况、价值观和意愿已经改变
- 您不确定您的 GCD 指示包含哪些内容
- 您对目前的 GCD 指示不满意

## 三种一般护理方法



哪些治疗方法可以帮助我在我希望待的地方以我希望的方式生活?

患了这种疾病，在未来一个月、半年和一年中，我的生活会是什么样子?

如果病情加重，我强烈需要或反对哪些治疗方法?

# 医疗护理 (Medical Care)



在这种护理方式下，对于任何可以提供的适当医学检测和治疗方法（不包括重症监护 (ICU) 和复苏护理），患者有望从中受益并给予重视。护理场所（例如家中、医院和护理机构）的选择取决于从医学角度考虑是否适合以及是否与患者的意愿和价值观一致。



**M1** 是指使用任何适当的医学和外科治疗方法（包括入院）尽力“治疗可治疗的病症”，重点是尽可能延长生命并维持您所期望的生活品质。在这种护理方式下，医疗护理团队不会使用心肺复苏（“CPR”）、呼吸机（“呼吸器”）或重症监护（“ICU”）。M1 表明复苏和生命维持对您的作用是有限的。

## M1 何时适用？

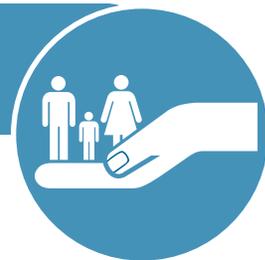
M1 适合以下情况：患者不太可能通过尝试的复苏护理幸存，或者复苏不太可能让患者以其希望的状态生活。

**M2** 是指在家中或护理机构接受治疗，而不会入院。家中或护理机构提供的医疗护理会尽力“治疗可治疗的病症”。如果居家治疗对您无效，您的医疗护理团队会就重新评估您的意愿和目标与您讨论，其中可能包括将您的护理重点改为舒适护理。

## M2 何时适用？

M2 适合以下情况：患者身体虚弱或长期患病，其健康状况可能会不断恶化，入院治疗也无法改善。M2 也适用于患者不愿再接受医院提供的治疗或者入院治疗不太可能让患者以其希望的状态生活。

# 舒适护理 (Comfort Care)



在这种护理方式下，医疗检测和治疗的目的是在无法或不再希望治愈或控制潜在病情时，管理疾病的症状并维持身体功能。护理期间，患者可能会转入医院，以便医疗人员更好地了解或控制其症状。

**C1** 是指护理的重点在于提供舒适感，同时进行症状控制，并采用最大限度提升生活品质，而非注重延长生命的医疗方法。

## C1 何时适用？

C1 适合以下情况：患者非常虚弱或重病缠身，延长生命的医疗方法很可能无效。患者希望重点改善生活品质而非延长生命时，C1 非常适合。

**C2** 是指在您生命的最后几小时或几天内，使用各种让您感到舒适并为您的亲友提供支持的治疗方法。

## C2 何时适用？

只有当患者即将死亡（即生命中的最后几小时或几天）并且治疗不能再延长生命时，C2 才适合。



# 复苏护理 (Resuscitative Care)



**R1** 是指对病危患者使用任何适当的医学和外科治疗方法（包括心肺复苏（“CPR”）、呼吸机（“呼吸器”）和重症监护（“ICU”））以尽力延长生命。

## R1 何时适用？

R1 最适合以下情况：患者很有可能转危为安并恢复到以前的状态。患者希望通过这种努力延长生命，即使这可能会给他们的健康和能力带来永久性改变。

在这种护理方式下，对于任何可以提供的适当医学检测 and 治疗方法（可能包括重症监护 (ICU) 和复苏），患者有望从中受益。

## R2 何时适用？

R2 适合以下情况：患者心跳停止后不太可能恢复，但呼吸机和重症监护可能会对其疾病有益。R2 也适用于 CPR 不太可能让患者以其希望的状态生活的情况。

**R3** 是指使用任何适当的医学和外科治疗方法（包括进入重症监护室）尽力延长生命。在这种护理方式下，医疗护理团队不会对患者使用心肺复苏（不进行 CPR），也不会使用呼吸机（无呼吸器）。

## R3 何时适用？

R3 适合以下情况：复苏和呼吸机不太可能延长患者的生命，但重症监护可能会对其疾病有效。R3 也适用于 CPR 和呼吸器不太可能让患者以其希望的状态生活的情况。



**R2** 是指对病危患者使用任何适当的医学和外科治疗方法（包括重症监护和呼吸机（“呼吸器”））以尽力延长生命。在这种护理方式下，医疗护理团队不会对患者使用心肺复苏（称为复苏术），即“不进行心肺复苏”(No CPR)。

# 您的“绿封袋” (Your Green Sleeve)

“绿封袋”是一个塑料封袋，用于存放您的预立医疗护理计划表。可以将它想象成一本医疗护照。

- 有两种方法可以获得“绿封袋”：向您的医疗服务提供者索取或在线订购。
- 它是您的财产。在家时，请将“绿封袋”放在冰箱上或冰箱旁。
- 所有机构的医疗服务提供者都可能向您询问是否有“绿封袋”。
- 前往医院或如约进行医疗护理时，请随身携带“绿封袋”。一定要记着将其带回家。

有关更多信息，  
请访问：

[www.ahs.ca](http://www.ahs.ca) 并搜索  
“advance care planning”  
(预立医疗护理计划)

如需订购“绿封袋”，  
请访问：

[myhealth.alberta.ca](http://myhealth.alberta.ca)  
并搜索“Green Sleeve”  
(绿封袋)



# 预立医疗护理计划核对表 (Advance Care Planning Checklist)

- 我已考虑过自己的价值观、意愿和医疗护理目标。
- 我已考虑过器官和组织捐赠，已向家人表达我的意愿，并已在阿尔伯塔省的器官和组织捐赠登记处登记我的捐赠意向。
- 我已向我的医疗服务提供者咨询我目前的健康状况以及将来我可能需要做出哪些医疗护理决定。
- 我已制定个人意愿书并指定替我做决定的人（代理人）。
- 我已向替我做决定的人（代理人）表达我的意愿，并已将我的个人意愿书交给他/她。
- 我已与至亲讨论过我的医疗护理意愿。
- 我和我的医生已讨论过最能反映我目前状况的医疗护理目标。
- 我已用“绿封袋”存放我的文件（包括我的个人意愿书和医疗护理目标指示），并已将它们放在冰箱上或冰箱旁。
- 无论前往医院还是如约进行医疗护理，我会随身携带“绿封袋”。



有关更多信息，请与您的  
医疗服务提供者联系或访  
问：[conversationsmatter.ca](http://conversationsmatter.ca)

