



西澳大利亚州预立护理计划指南

您的未来护理规划手册



本资料发布机构提请读者注意：本指南所使用之照片中出现的士，或可能有已在本资料出版后离世的情况。

© 西澳大利亚州健康部 (2022)

本资料所含的所有信息及图片材料均受版权法保护，版权所有人为西澳大利亚州。除依据 1968 年澳大利亚联邦版权法案准许的用途之外，如无西澳大利亚州健康部生命末期护理计划的明确许可，本资料所含内容不可被出版或再次使用于任何材料。

建议引用格式

健康部，西澳大利亚州。西澳大利亚州预立健康护理指南：您的未来护理规划手册。珀斯：生命末期护理计划，健康部，西澳大利亚州；2022 年。

重要声明

本指南旨在介绍预立护理计划，文中包含有更详尽信息及资源的介绍。本指南不应用以代替法律建议或其他专业建议。针对特定的需要法律或者其他专业看法的个案，应寻求独立的法律建议。



口译服务：

如您需要口译员协助您使用母语与健康服务联系，您可要求获得口译服务。

目录

我的未来护理	2
什么是预立护理计划?	2
预立护理计划为什么重要?	3
预立护理计划对我有什么帮助?	4
步骤1:我们开始吧!——您的个人情况	5
预立护理计划包括的内容	6
第一阶段:慎重考虑	7
当前对我来说最重要的是什么?如果在未来我丧失健康,最重要的又会是什么?	7
步骤2:价值观,信仰及重要选择	7-10
第二阶段:深入谈论	11
您可以和谁谈论您的预立护理计划?	11
需要谈论哪些方面?	12
步骤3:可以和谁谈论	14-15
第三阶段:书面记录	16
如果我不能自行作出或者沟通我的决定,将由谁来为我作出治疗方面的决定?	17
预立护理计划相关的文件	19
步骤4:选择预立护理计划文件	25-26
第四阶段:信息分享	27
我应该把我的预立护理计划文件存放在哪里?	27
我应该和谁分享我的预立护理计划文件副本?	27
步骤5:分享预立护理计划文件副本	28-29
去何处寻求帮助	30-31
致谢辞	32

本手册能帮助您了解预立护理计划。它包含的多个步骤可引导您收集想法、开始填写及完成拟定。*

我的未来护理

什么是预立护理计划？

您可能希望对于自己在一生中可能接受的护理拥有决定权，但是，如您丧失健康，这将变得困难，您可能无法再自行作出或者沟通您的决定。

在拟定预立护理计划的过程中，您需要和您的挚爱家人及其他参与照护您的人士谈论您关于健康和个人护理的价值观、信仰及重要选择。

您可在任何时候拟定预立护理计划，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。抱持坦诚及开放的沟通态度来谈论对于您而言重要的事宜（即使有时这可能很难）能够使拟定的过程达到最好的效果。

预立护理计划是一个自愿参与的为未来的健康及个人护理做出规划的计划，拟定者将记录其价值观、信仰及重要选择，以便在其无法作出或者沟通其决定时，指导相关人士为其作出决定。

来源：[预立护理计划文件国家框架说明书](#)

预立护理计划：



是自愿参与的



是针对个人的——它关注的是对您而言最重要的问题



尊重您的信仰、价值观及文化



由您来决定哪些人士可以被包括进来，并且不限人数多少



是一个灵活的、长期的过程

您在拟定之后还可以根据您的个人情况、健康状况或者生活方式改变，再进行修改。

* 本手册是一本信息手册。如您已准备好对特定的护理及治疗手段作出选择，请参考[第三阶段：书面记录](#)，该章节提供了在西澳大利亚州可使用的文件清单。

预立护理计划为什么重要？

预立护理计划可以帮助我们：

- 思考关于未来的健康及个人护理,对于我们而言重要的是什么
- 表达我们的信仰和价值观以及他们对我们关于未来健康和个人护理的决定有怎样的影响
- 根据对于我们而言重要的事项,规划未来的健康和个人护理,并且和他人分享我们的计划
- 令我们感到安心,确信即使在我们无法作出或者告知他人我们的决定以及对对我们而言重要的事项时,仍有人了解我们的愿望。

预立护理计划也能帮助承担对您的照护事务的亲友和医护人员。

- 以预立护理计划作为未来的健康及个人护理规划手段的人士表示,他们的焦虑、抑郁及压抑的情绪得到缓解,对于所得到的护理服务也更加满意。
- 预立护理计划可能有助于减少住院时间。
- 预立护理计划可减少获得不希望接受的治疗的机会。



预立护理计划对我有什么帮助？

拟定预立护理计划是一个个人的决定。通过参考他人示例，了解他人从预立护理计划获益的情况，可能对您有所帮助。图一提供了一些例子。

图1.预立护理计划在生命不同阶段可有的作用

以下有和您相似的情况吗？

我很健康。我二十来岁，拥有一个年轻的家庭。

我决定与医护人员和家人分享对我重要的事项，假如未来发生意外，他们将知道如何为我作出护理方面的决定。



我61岁，没有子女，独居。

我财务自由，但是担心在我失去健康后没有人照顾我。我觉得和朋友、医护人员及律师谈论在我健康状况恶化之后希望居住在何处以及对我而言重要的事项，对我很有帮助。



我最近被确诊患有限制生命的病症。

和我的至亲及医护人员谈论我的健康状况可能如何变化，有助于他们了解我在未来希望接受或者拒绝的护理手段。确信他们了解对我而言什么最重要，也解除了我的后顾之忧。



我近期将移居到老人院。

我希望决定我住在哪、由谁陪伴。我已经和我的全科医生谈论过我未来的护理问题、可能需要的治疗手段，以及可以获得的支持。



预立护理计划包括的内容

预立护理计划包括四个关键阶段：

- 慎重考虑
- 深入谈论
- 书面记录
- 信息分享

图2介绍了这几个阶段之间的关系。

拟定您的预立护理计划将由您来主导。本手册包含的步骤将帮助您理解这几个阶段。

图2.预立护理计划拟定模型



© 2022 Palliative Care WA

第一阶段：慎重考虑

当前对我来说重要的是什么？

如果我丧失健康，最重要的又会是什么？

您可从您的价值观、信仰和重要事项开始考虑。这或可帮助您决定在关于健康和护理的问题上什么是最重要的。

有用的信息：

- 您可访问MyValues (我的价值观) 网站 (myvalues.org.au)，该网站列出了一系列关于价值观的声明，以帮助您识别、思考及沟通您关于未来医学治疗方面的决定。
- 致电姑息护理热线：**1800 573 299**
(该热线全年每天开放，接听时间为早上9点至下午5点)
 - 提供关于预立护理计划、姑息护理、丧失与哀悼方面的信息及相关事宜的支持
- 致电西澳大利亚州姑息护理热线：**1300 551 704** (接听时间：每周一至周四)
 - 一般性咨询，索取关于免费预立护理计划社区工作坊的资源及信息 (palliativecarewa.asn.au/advance-care-planning)
 - 获取一套“什么最重要”卡片
- 以其他语言提供的预立护理计划信息，以及提供给原住民的资源：
healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning



步骤2：价值观，信仰及重要选择

以下问题可引导您思考您的价值观、信仰及重要选择。没有统一的答案，任何答案都是适宜的。

您的人生

“有质量地生活”对您而言意味着什么？

- 与家人朋友共度时光。
- 独立生活。
- 能够重访我的家乡、原籍国，或者在乡村休养。
- 能够保持生活自理 (如可自行洗浴、如厕、进餐)。
- 能够保持活动能力 (如可进行运动、行走、游泳、园艺)。

- 能够享受娱乐活动、保持嗜好及兴趣(如音乐、旅行、做志愿者、照顾宠物或动物)。
- 能够保持信仰、文化、宗教及/或社区活动(如参加祷告及宗教仪式)。
- 能够依照我的文化与宗教价值观生活(如仅进食清真、符合犹太教规的食品)。
- 能够拥有一份有酬或无酬的工作。
- 其他(请使用下方提供的空位写下其他对您而言重要的事,或为您在上方的选择提供更多详情)。

思考对您而言“有质量地生活”意味着什么(如家庭、财务安全、健康、能够旅行)

您对于未来有什么担忧吗?如果有的话,是什么?

您当前的健康状况

您的健康是否影响您的日常生活?您的健康状况是否令您无法完成您喜欢做的事?如果是,请描述具体怎样影响您?

您未来的健康与个人护理

如果在未来您丧失健康,您最担心会发生什么?(例如,担心持续的疼痛、无法自行决定或生活无法自理)

规划您未来的健康及护理

如果未来您丧失健康或者健康状况比当前恶劣,对您来说重要的是什么?

请考虑:

- 您希望由谁陪伴您?
- 对您有足够了解、可为您作出决定的人是谁?
- 你希望在哪里接受照料?
- 能够令您安心的事有哪些?(例如:有效的疼痛管理、文化及宗教传统、您的宠物、身边有您重视的物品如相片或音乐)

您可以根据您的个人情况、健康或者生活方式,回顾您作出的任何选择并且作出修改。

第二阶段：深入谈论

与您的至亲和参与照护您的人士谈论您的预立护理计划，可令他们知晓在未来的健康及护理方面您希望和不希望发生的情况。与某人拥有亲密及爱护的关系并不总是意味着对方了解对您而言重要的是什么，因此开口谈论尤为重要。

您可以和谁谈论您的预立护理计划？

您或希望与您信任的人士讨论对于您而言重要的事项。这可能包括以下人士：



家人



朋友



护工



持久监护人(如已指定)



全科医生或您健康护理团队中的其他成员



法务人士



文化或精神方面的人士

[去何处寻求帮助](#)部分提供了一份机构清单，您也可以考虑联系其中的机构谈论您的预立护理计划。



需要谈论哪些方面？

您可以和不同的人谈论不同的问题。例如：您或可和至亲分享以下信息：

- 您的价值观和信仰
- 当您丧失健康时的一些选择。

您或可和医务人员讨论以下方面：

- 您对自身健康的顾虑
- 您未来在护理方面可有的选择
- 询问这些选择各自的利弊，例如：是否现实、经济上是否可负担、是否相关。

以下是一些开始话题的方式，可帮助您展开与他人的讨论。

关于我	能够.....对我来说是最重要的。	对我来说，有意义的人生是.....对于我的生活质量很重要。
关于人生	对您而言愉快的一天是怎样的？	您的愿望清单是什么？	您认为人生最重要的是什么？
关于选择	我想到.....身上发生的事，让我意识到.....	如果我.....我希望.....	如果我自己没有能力作出医疗决定，我希望由.....来为我决定。

来源：澳大利亚预立护理计划 (advancecareplanning.org.au)

和亲近的人谈论如您在未来丧失健康时可能会发生的事,可能会比较困难。

家人及朋友对于您在预立护理计划中应该考虑的事项通常有他们自己的看法。因此,虽然听取他们的看法很重要,您仍需要记住:应由您自己决定什么是最符合您的利益的。选择适合的时间与令你们感到舒适的地点进行谈论,或可有所帮助。

不需着急——预立护理计划需要进行持续的对话,您不需要一次性完成所有步骤。

其他您可能愿意讨论的事

在西澳大利亚州,符合条件的人士可以合法地选择自愿协助死亡(请访问health.wa.gov.au/voluntaryassisteddying获取关于自愿协助死亡的更多信息)。“预立健康指令”中不可包含对自愿协助死亡的许可,但如果自愿协助死亡是您可能考虑的选择,您可咨询您的健康护理提供者,或联系西澳大利亚州自愿协助死亡全州护理指导服务部门(可发送电子邮件至VADcarenavigator@health.wa.gov.au或致电9431 2755)。该服务部门的护理指导人员是具有资质的医疗专业人士,对于将自愿协助死亡作为结束生命的一种选择,他们有深刻的了解,对于支持病人、其家庭及医务人员也具有丰富经验。

其他有用的信息:

- 关于开始拟定澳大利亚预立护理计划的建议(advancecareplanning.org.au/understand-advance-care-planning/starting-the-conversation)
- Dementia Australia的Start2talk信息页面(dementia.org.au/information/about-dementia/planning-ahead-start2talk)





步骤3: 可以和谁谈论

您希望和谁讨论您未来的健康及个人护理?请在下方写下他们的名字。

您认为和以上人士讨论您的预立护理计划的最佳时间是什么时候?(例如:今年、在下此专家诊疗前、在您的下一个生日前)您认为什么地点最适合进行谈话?(例如:电话里、共进晚餐时、外出散步交谈时)

以下是一些展开对话的方法。您可勾选可能适合您使用的选项,您也可写下您自己的想法。

场合	例子
<input type="checkbox"/> 关于退休的财务规划	“我们也快退休了,也许应该开始思考一下我们的存款怎么花、希望住在哪。可能也可以规划一下:万一我们其中一个人将来身体状况不允许做重要决定了的话,该怎么办。这应该对我们有所帮助。”
<input type="checkbox"/> 医学检查	“我下周要去见我的全科医生,做年度体检。我有些问题想和医生讨论。未来我可能需要做一些关于我的健康护理的决定,我觉得在见全科医生之前我也应该和你讨论一下。”

场合

例子

朋友或亲属
离世

“看到我朋友生命末期的情况,让我思考我在未来希望得到什么样的护理。我们可以找时间谈谈吗?或者我们都把我们认为重要的东西写下来,然后再谈谈。”

电影或媒体
呈现的某些新闻

“我们的家人和母亲的医生遵守了她生前对于自己离世前最后阶段的愿望,这让我觉得很安慰。这让我也思考了对我而言什么重要,我也想知道对您来说什么最重要。我们能否谈一谈?也许我们能把这方面的想法先写下来。”

“看到那个人生命末期没有人理解她想要什么,让我觉得很伤感。我不希望将来我们身上也发生这样的事。我们能不能谈谈我们各自认为什么最重要?”

您关于如何展开讨论的想法:

您希望在谈话中包括的最重要的三件事情是什么?

1.

2.

3.

您可以根据您的个人情况、健康或者生活方式,回顾您作出的任何选择并且作出修改。

第三阶段: 书面记录

在您慎重考虑过您所认为重要的因素、并与其他人进行深入交谈后, 则可将您的想法进行书面记录。

在西澳大利亚州, 您可使用各种文件记录您关于未来健康护理的价值观和选择。

这些文件中的其中一些是法定文件, 受法律认可。其他是非法定文件, 不被特定法律认可、不具有同样的法律效力。本手册[去何处寻求帮助](#)部分提供了更多关于预立护理计划相关文件法律效力的信息。

法定文件

法定文件是最具有法律效力、最正式的记录您关于未来健康及个人护理方面愿望的方式。“预立健康指令”和持久监护人表都是法定文件。

这些文件受到西澳大利亚州的法律认可, 在多数情况下必须被遵守。

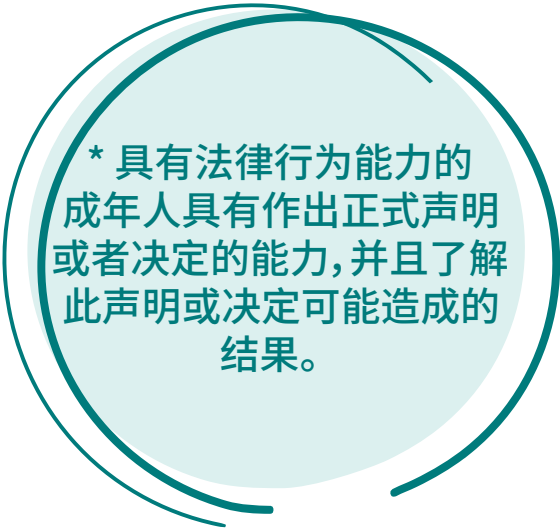
法定文件必须:

- 由具有法律行为能力的成年人拟定*
- 由该人本人完成(而非由他人代为完成)
- 由该人在见证人见证下按照正式的要求签署。

非法定文件

预立护理计划还包括了其他相对没有这么正式的文件, 称为非法定文件, 在西澳大利亚州为诸如下列的文件:

- 价值观及重要选择表: 我的未来护理服务计划(这是一张记录价值观及重要选择的表格, 它不符合法定文件的要求)
- 适用于不具备充足决定能力人士的预立护理计划(这是一份为不具备决定能力的人士代拟的文件)
- 病人护理目标(这是由医务人员记录的病人及其家庭在当下阶段对护理的目标)



* 具有法律行为能力的成年人具有作出正式声明或者决定的能力, 并且了解此声明或决定可能造成的结果。

非法定文件可用于记录您的价值观及愿望,但是它们不具备和法定文件同等的法律效力,因此被遵照执行的机会相对更低。

以上所列的每种文件在后文都会进行介绍。

普通法指令

某些非法定文件可以被认定为普通法指令。普通法指令是描述个人关于未来在特定情况下希望接受或者避免的治疗手段的书面或口头意愿表达。现并无法规要求需将价值观及重要选择表认定为普通法指令。界定一份普通法指令是否有效及是否需要被遵从的过程可能比较困难,因此一般不推荐使用普通法指令的方式记录在医疗手段方面的决定。

如果我不能自行作出或者沟通我的决定,将由谁来为我作出治疗方面的决定?

如您无法作出或与他人沟通您的决定,医务人员必须依照特定的顺序向相关人士咨询关于您的治疗的决定。

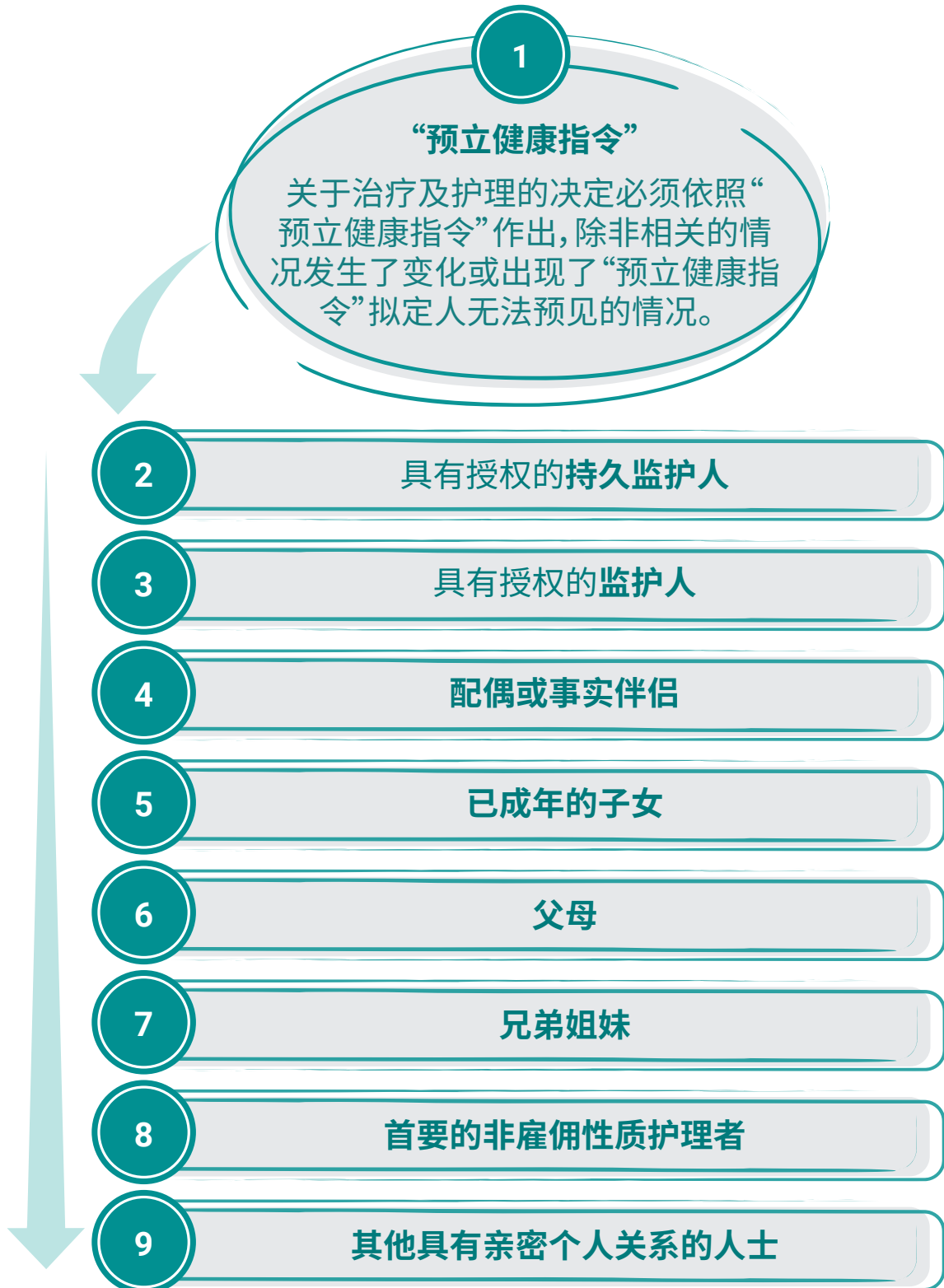
医务人员可咨询的人士及优先顺序记录在[治疗决定人优先级](#)表中。

理解谁将为您作出决定,非常重要。您可以据此决定将对您重要的事项告知给谁,以及哪些预立护理计划文件对您适用。



治疗决定人优先级表

在不存在“**预立健康指令**” (AHD) 或者已有的“**预立健康指令**”不包含所需治疗手段的情况下, 就非紧急的治疗, 医务人员将首先向您指定的具有最高优先级的、年满18周岁、具有完全的法律行为能力、愿意为您作出决定且可联系到的治疗决定人咨询关于治疗手段的决定。



在您丧失作出或者沟通您的决定的情况下：

- 如果您**曾经拟定**“**预立健康指令**”，则它将被用于指导您的治疗决定
- 如果您**没有拟定**“**预立健康指令**”，但是指定了持久监护人，您的持久监护人将被询问并代您作出治疗决定
- 如果您**没有拟定**“**预立健康指令**”，**也没有**指定持久监护人，医务人员将依照上一页列出的顺序咨询相关人士，直到确定其中适合且可成功联系到的人士为您作出治疗决定。

预立护理计划相关文件

您可考虑有哪一类决定和想法是您愿意与他人分享的，这可以助您决定哪些文件可能会适用于您的情况。您不是必须使用这些文件，但它们在不同的情况下可能对您有所帮助。

您可按照以下思路理解在何时可能会使用预立护理计划相关文件：

记住：法定文件是最具有效力且最正式的记录我们愿望的方式。



与您的健康和护理相关的文件有：

- 价值观及重要选择表：我的未来护理服务规划
- “预立健康指令”
- 持久监护人表
- 器官及组织捐献



与不动产及财务事务相关的文件

- 遗嘱
- 持久授权委托书



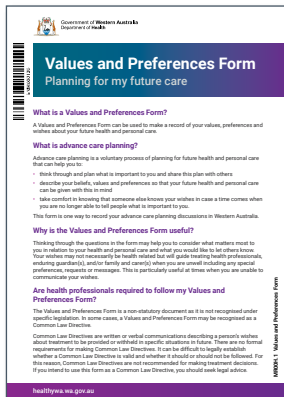
可能由他人代您完成的文件

- 适用于不具备充足决定能力人士的预立护理计划
- 病人护理目标

以下几页将简单介绍这些文件。

价值观及重要选择表:我的未来护理服务规划

healthywa.wa.gov.au/ACPvaluesandpreferencesform



文件种类: 非法定文件(在某些情况下可被认定为普通法指令)

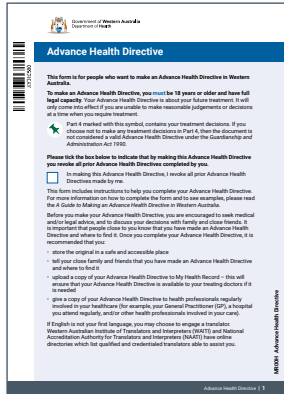
这是什么: 一份关于您在健康和 personal 护理方面的价值观、重要事项及愿望的声明。

它有什么作用: 可告知他人您的价值观、重要选择及愿望。您在此记录的愿望不必须与健康直接相关,但将指导医护人员、持久监护人、以及/或者家人您希望如何被治疗,包括您的特殊选择、要求及说明。

它包含的内容: 这张表格的问题和“预立健康指令”(见后文)中“我的价值观及重要选择”部分相同。如果您没有准备好完成“预立健康指令”并邀请见证人按照规定见证签署,可先行完成本表。

“预立健康指令”(又称AHD)

healthywa.wa.gov.au/AdvanceHealthDirectives



文件类型: 法定文件

这是什么: 这是一份关于你在丧失健康或者受伤的情况下愿意或者不愿意接受的治疗的法律记录。您必须年满18周岁且具有作出并且沟通决定的能力,才可以完成本表。

何时使用: 只有在您无法自行作出决定或与他人沟通您的决定时,才会使用您的“预立健康指令”。在这种情况下,“预立健康指令”将为您代言。只有在其中包含的信息与治疗手段相关并且/或者您需要该治疗手段时,才可使用“预立健康指令”。“预立健康指令”在治疗决定人优先级中具有最高优先级。

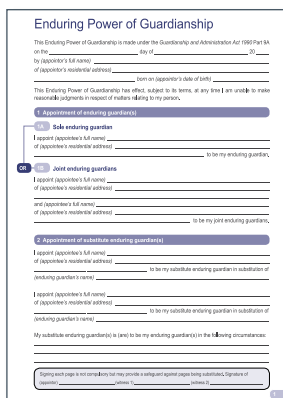
它包含的内容: 由您决定在“预立健康指令”中包含什么治疗手段。您可选择医学、手术及牙科治疗,姑息护理以及诸如生命支持和复苏的手段。您应该在选择治疗手段时尽量具体地表达。

西澳大利亚州“预立健康指令”拟定指南提供了分步骤指引,包括“预立健康指令”可以包括的内容,以及如何正确地进行见证签署。

该表格还包括了“我的价值观及重要选择”部分，您可在此处记录关于健康和护理您最看重的事宜。该部分的问题和价值观及重要选择表中相同。

持久监护人授权书(又称EPG)

justice.wa.gov.au/epg

The image shows a thumbnail of the 'Enduring Power of Guardianship' form. The form is titled 'Enduring Power of Guardianship' and includes sections for '1 Appointment of enduring guardians', '2 Appointment of substitute enduring guardians', and '3 Appointment of substitute enduring guardians'. It contains various fields for names, addresses, and dates, along with checkboxes for different types of appointments.

文件类型: 法定文件

这是什么: 这是一份法定文件，用以授权他人为您作出个人、生活方式及治疗方面的决定。您可选择接受您授权的人士，获得授权的人士被称为您的持久监护人或健康与生活方式决定人。持久监护人必须年满18周岁，能够作出决定并且进行沟通。

何时使用: 只有在您无法自行作出或沟通您的决定时，才会使用持久监护人授权书。

它包含的内容: 持久监护人授权书可用于授权他人为您作出以下的全部或部分决定：

- 您将居住在何处
- 您将获得的支持服务
- 您将获得的治疗。

您可以授权多位持久监护人，但是他们必须在代表您作出决定时在所有决定上都达成一致。持久监护人不可代您作出关于不动产及财务方面的决定。

注: 您可以同时拟定“预立健康指令”以及填写持久监护人授权书。

器官及组织捐献

这是什么: 这是用于表达您在离世后捐献器官及组织的意愿的文件。捐献意愿不可包含在预立护理计划文件中。

何时使用: 只有在拟定人死亡之后，器官及组织捐献书才会被使用。您还应与家庭成员谈论这一决定，这非常重要，因为如您离世，亲属将被询问是否同意进行捐赠。

器官及组织捐献
的意愿只能够在
donatelife.gov.au
进行登记

遗嘱

publictrustee.wa.gov.au

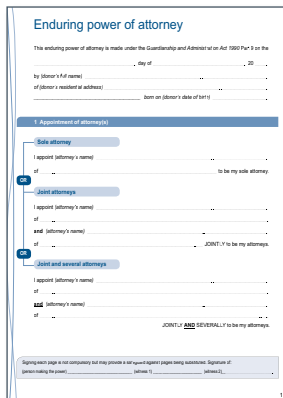
文件类型: 法定文件

这是什么: 遗嘱是一份书面的法律文件,记录个人希望在自己身故后对于其钱财、个人物品及不动产(含土地)如何处理。

何时使用: 遗嘱在定立人离世时生效。

持久授权委托书(也称为EPA或者财务决定人)

justice.wa.gov.au/epa



文件类型: 法定文件

这是什么: 这是一份用于指定您信任的一位或多位人士为您作出财务及不动产决定的文件。

何时使用: 您可选择委托生效的时间,委托可立即生效或在您丧失法律行为能力后生效。您必须年满18周岁且具有作出及沟通决定的能力,才可以拟定持久委托授权书。





其他可能由他人代您完成的文件

适用于不具备充足决定能力人士的预立护理计划

[advance-care-plan_full-name.pdf \(advancecareplanning.org.au\)](http://advance-care-plan_full-name.pdf (advancecareplanning.org.au))



文件类型:非法定文件

这是什么: 这是一份由与您具有持续且亲密的个人关系的他人(即在治疗决定人优先级中具有最高优先级的人士)代您完成的“预立健康指令”。只有在您不再具有作出或者沟通决定的能力且您此前没有拟定“预立健康指令”或价值观及重要事项表的情况下,才会创建这一文件。

何时使用: 在为没有拟定“预立健康指令”且不再具有作出或沟通决定的能力的个人作出医疗决定时,才会使用这一类“预立健康指令”。它只可以被用于指导并知会护理及治疗决定,不可用于给予对治疗手段的具法律效力的许可或拒绝。

它包含的内容: 这张表格用于根据个人过往选择和决定的了解,记录个人对于未来医学治疗的价值观及重要选择。

病人护理目标(GoPC)

healthywa.wa.gov.au/Articles/F_I/Goals-of-patient-care

文件类型: 非法定文件, 临床文件

这是什么: 病人护理目标是由在病人入院或入住其他护理设施时,由医务人员主导的一个规划流程。在创建本目标时,医务人员将与您以及(如适用的情况下)您的家人及护工商谈,以决定如您情况恶化时对您适用的治疗手段。您的医务人员将使用病人护理目标表记录下与您讨论作出的决定。

何时使用: 病人护理目标表用于说明如果您在住院期间或其他护理阶段内状况发生恶化时将为您提供何种护理。它也可作为不同情况下临床医护人员之间沟通的工具。如您在未来再次入院,该流程或会再次进行。

它包含的内容: 您与您的医护团队一同决定病人护理目标表的内容。它将记录:如您的情况严重恶化并无法再作出或者沟通决定时,将为您使用何种治疗手段。不同情况下可能会使用不同版本的表格(例如,儿科病人、成年病人以及养老院的病人,使用的表格版本将有所不同)。

预立护理计划及关于护理目标的讨论是彼此独立的,但是两个流程是相关的。如果您已有预立护理计划文件,如“预立健康指令”或价值观及重要选择表,您应该与您的医护团队分享副本。这能够辅助关于护理目标的讨论。

提示:

- 您在本手册内各步骤写下的信息可用于帮助您填写某些预立护理计划文件。
- 如果您有视力障碍,或者无法阅读以及/或者书写,您仍可以通过以下方式完成预立护理计划文件:
 - 您可请他人将预文件读给您听,并帮您记录下您所说的内容
 - 您可请他人代您签署文件
 - 您可以使用画押的方式签署文件,但您必须同时完成“画押人声明”,表明您使用了画押的方式。在这种情况下,我们建议您寻求法律建议。
- 何处寻求帮助部分列出了可以帮助失聪或者有听力或言语障碍的人士完成预立护理计划的机构,他们可帮助以上人士理解、阅读或者完成表格。
- 如果您将移居澳洲其他的州,您应寻求法律建议,确认哪些预立护理计划文件在您的新居住地被认可。每个州的法律有所不同。请访问 advancecareplanning.org.au/law-and-ethics 获取更多各州关于预立护理计划法律的信息。

更多信息

- 如您不具备为自己作出决定的能力,公众代言办公室(wa.gov.au/government/publications/who-will-make-decisions-you) 提供了更多关于哪些人士可代您作出决定的信息。



步骤4:选择适用的预立护理计划文件

如果您决定使用预立护理计划文件,在您决定选择哪些文件适用时,首先要问的问题是:您是否希望记录对您重要的事项,以便用于指导您未来的治疗及护理?

如果这个问题的答案是肯定的,下一步就是选择使用哪些文件。使用以下的清单助您思考哪些文件可能适用。

以下的情况有适用于您的吗?



我对于我在未来希望或者不希望接受的治疗手段有强烈的想法。

我可以:

- 填写一份“预立健康指令”来记录我对医疗手段的决定以及/或者
- 使用持久监护人授权书,指定一位持久监护人,并且告诉他/她我的选择。



我持有强烈的价值观及信仰,它们会影响到我在未来愿意或者不愿意接受的治疗手段。但是,我还没有做好准备就我愿意或者不愿意接受的具体的治疗手段作出选择。

我可以:

- 填写价值观及重要事项表
- 以及/或者
- 使用持久监护人授权书,指定一位持久监护人,因为我相信他/她对我有足够的了解,能够作出我在同样情况下会作出的决定。



我希望确定我的财务和资产被有效管理。

我可以:

- 订立遗嘱
- 以及/或者
- 使用持久授权委托书对受委托人进行指定。

如果您仍不清楚以上哪些文件适用您的情况,您可以:

- 与至亲、朋友或参与照护您的医护人员交谈
- 致电姑息护理热线:1800 573 299 (接听时间:每天早上9点至下午5点)
 - 任何与预立护理计划、姑息护理及丧失与哀悼相关的信息及事务支持
- 致电西澳大利亚州姑息护理:1300 551 704 (接听时间:周一至周四)
 - 一般性咨询,索取关于免费预立护理计划社区工作坊的资源及信息
- 向特定的机构寻求建议(请参考[去何处寻求帮助](#)部分)。



您在拟定之后还可以根据您的个人情况、健康状况或者生活方式改变,再进行修改。

第四阶段：分享信息

在您将您的选择及愿望记录下来后，应告知与您亲近的人可以在何处获取这些信息。

我应该把我的预立护理计划文件存放在哪里？

如果您填写了预立护理计划文件，请将原件存放在安全的地方。

您可以在“我的健康记录”网页 (myhealthrecord.gov.au) 保存一份您的预立护理计划。这有利于参与照护您的医护人员获取您的文件。如您提出要求，医护人员也可以为您上传文件。

我应该和谁分享我的预立护理计划文件副本？

您可以将预立护理计划文件的副本分享给以下您信任的人士：

- 您的家人、朋友及护工
- 持久监护人
- 持久授权委托书授权的被委托人
- 全科医生/当地医生
- 其他医疗专家或医护人员
- 养老院
- 您当地的医院
- 法务人士

请记录下持有您的预立护理计划文件副本的人士的名单。如您在未来撤销(取消)您拟定的文件，可根据此名单联系相关人士。请使用下一页提供的核对清单，记录持有您预立护理计划文件副本的人士。

如果您决定拟定“预立健康指令”，你也可：

- 在您的钱包里携带“预立健康指令”(AHD)警示卡(healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning)
- 佩戴医疗警示手镯(请访问medicalert.org.au了解更多信息)——警示手镯上镌刻的文字会显示您已有“预立健康指令”，并且包括了识别号以便医护人员用来查询您的“预立健康指令”。

您可拨打联系健康部预立护理计划热线9222 2300，或发送电子邮件至acp@health.wa.gov.au索取AHD警示卡。



步骤5:分享预立护理计划文件副本

如果您拟定了一个或多个预立护理计划文件,请使用以下清单记下持有您文件副本的人士。

他们持有我的以下副本:					
个人信息	价值观及重要选择表	“预立健康指令”	持久监护人授权书 (EPG)	持久授权委托书(EPA)	遗嘱
还有谁持有文件副本?					
我的家人、朋友及护工	之一	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	之二	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
我的持久监护人	持久监护人之一	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	持久监护人之二	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
我的医护人员	全科医生	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	专家/医护人员之一	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	专家/医护人员之二	姓名			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	养老院	养老院名称			
		联系方式			
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
当地医院	医院名称				
	联系方式				
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
网上副本					
“我的健康记录”	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
其他持有文件副本的人士					
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

存放我的文件原件

您需要牢记您存放预立护理计划原件的地点,以便您(及家人)能够在需要时轻松获取。将预立护理计划及其相关文件存放在同一地点可能是较好的做法。

文件名称	我存放最新版本的预立护理计划及相关文件的地点是:
价值观及重要选择表	
“预立健康指令”	
持久监护人授权书 (EPG)	
持久授权委托书 (EPA)	
遗嘱	



去何处寻求帮助

预立护理计划

西澳大利亚州健康部预立护理计划信息热线

一般性咨询及免费索取预立护理计划相关资源(如:“预立健康指令”、价值观及重要事项表)

电话号码:9222 2300

电子邮件: acp@health.wa.gov.au

网址: healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning

姑息护理热线

提供关于预立护理计划、姑息护理、丧失与哀悼的信息、资源以及任何相关事务的支持

电话号码:1800 573 299 (接听时间:全年每天早上9点至下午5点)

网址: palliativecarewa.asn.au

西澳大利亚州姑息护理

一般性咨询,资源及预立护理计划免费社区工作坊信息,或者索取一套“什么最重要”卡片

电话号码:1300 551 704 (接听时间:周一至周四)

网址: palliativecarewa.asn.au

澳洲预立护理计划免费支持服务

一般性咨询,以及关于填写预立护理计划相关文件的支持

电话号码:1300 208 582 (接听时间:澳洲东部时间周一至周五早上9点至下午5点)

在线下载引荐信网址: advancecareplanning.org.au/about-us/contact-us-

持久监护人授权及持久授权委托

公众代言办公室

电话号码:1300 858 455

电子邮件: opa@justice.wa.gov.au

网址: publicadvocate.wa.gov.au

医疗建议

请向您的全科医生、专家或者当地医生寻求意见

专业信托及资产管理服务

公众信托

提供关于遗嘱及持久授权委托书的相关协助与建议

电话号码: 1300 746 116 (首次咨询及预约)

电话号码: 1300 746 212 (已代理客户)

网址: publictrustee.wa.gov.au

一般性法律建议

请向您的律师或事务律师 (如您有合作的律师) 寻求法律建议

西澳大利亚州律师协会

电话号码: 9324 8652

您可在以下网址搜索律师: lawsocietywa.asn.au/find-a-lawyer

公民咨询局

电话号码: 9221 5711

网址: cabwa.com.au

社区法律中心

电话号码: 9221 9322

网址: communitylegalwa.org.au

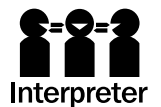
西澳大利亚州法律援助

电话号码: 1300 650 579

网址: legalaids.wa.gov.au

如您需要口译员

如果您在理解本指南时感到困难以及/或者需要语言协助, 请致电 131 450。您可向接线员要求口译员服务, 并请其致电 [去何处获取帮助](#) 部分清单内的任何机构。



如果您是失聪人士或有听力或者言语障碍

请使用全国中继服务致电 [去何处获取帮助](#) 部分清单内列出的任何机构。请访问 communications.gov.au/accesshub 获取更多信息。



致谢辞

西澳大利亚州健康部衷心感谢所有为本手册的开发作出贡献的人士,包括向本手册提供内容方面专业意见及指导、引导完成本手册写作的健康部预立护理计划教育资源组及消费者预立护理计划资源分组。

我们同时感谢各位在咨询流程中参与并提供反馈意见的人士。

本手册的写作过程中,参考了来自以下机构的以下文件及资源:

- 澳大利亚预立护理计划的预立护理计划详解。
(Austin Health于2021年8月发布)
- Nous集团的*National Framework for Advance Care Planning Documents*。
(澳大利亚健康部于2021年5月发布)
- 澳大利亚姑息护理服务的*Dying to Talk Discussion Starter: Working out what's right for you*。
(于2018年发布)
- 西澳大利亚州姑息护理服务的*Advance care planning introductory model*。
(珀斯, 西澳大利亚州; PCWA ACP Consortium于2022年发布)

残障人士如有需要,可联系本部以获取本资料的其他形式(请致电9222 2300或发送电子邮件至acp@health.wa.gov.au)。如下网址同时提供本手册的易读版本:
healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning。

© 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。