



Toolkit para sa Advance Directive

Ang pinakamahalaga sa iyo

Ang advance directive ay naghahandog ng kapanatagan ng pag-iisip



Dahilan kung bakit ang bawat nakakatanda ay dapat na magkaroon ng advance directive

Kapag tayo ay naging 18 taong gulang, tayo ay nakakaboto, nakakasali sa militar at nakakapili ng kung ano ang ninanais natin tungkol sa ating pangangalagang pangkalusugan. Ngunit lahat tayo ay maaaring humarap sa malubhang karamdaman o kapinsalaan at anumang edad.

Ang advance directive ang mag-aalwan sa stress sa mga miyembro ng pamilya at mga minamahal sa buhay kung sila ay nahaharap sa mga kritikal na desisyon tungkol sa iyong pangangalaga.

Maligayang pagbati sa paggawa ng unang hakbang tungo sa pagkumpleto ng advance directive. Ang dokumentong ito ay nagpapahintulot sa iyong magpangalan ng isang taong magsasalita para sa iyo kung ikaw ay hindi na makakapagsalita para sa iyong sarili. Sisiguruhin ng taong ito na igagalang ang iyong mga kagustuhan.

Ang Providence St. Joseph Health ay naniniwalang ang lahat ng nasa 18 taong gulang at pataas ay dapat na magkaroon ng advance directive. Ito ay nagbibigay ng susing impormasyon para sa iyong doktor at pamilya:

- Anong uri ng medikal na paggagamot ang iyong gugustuhin
- Sino ang maaaring gumawa ng mga desisyon para sa iyo kung hindi mo na ito magagawa sa sarili mong paraan

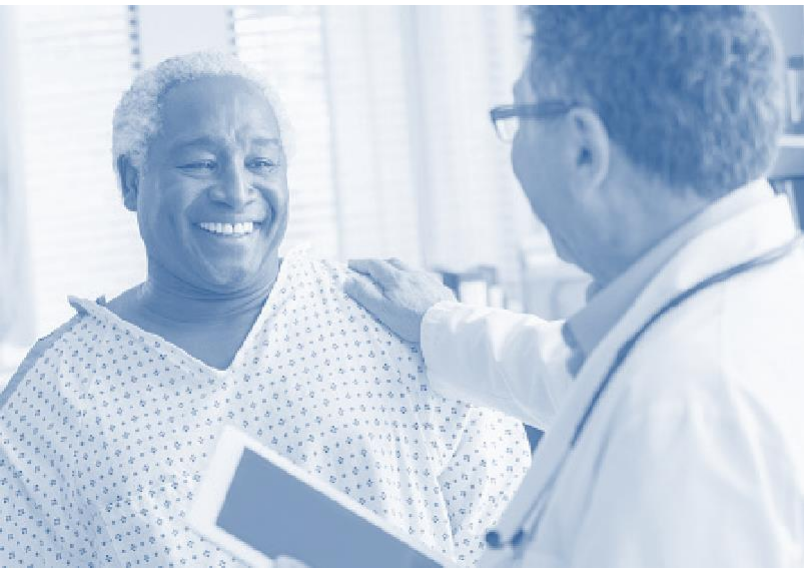
Kapanatagan ng pag-iisip

Ang mga advance directive ay maaaring maging simple o detalyado. Ang packet na ito ay nagpapahintulot sa iyong magdesisyon.

Maaari mo lamang pangalanan ang isang taong gagawa ng mga desisyon sa ngalan mo. O maaari kang magsama ng mga tagubilin tungkol sa mga paggagamot, gaya ng cardiopulmonary resuscitation (CPR), mekanikal na ventilation (makina sa paghinga) o paglalagay ng feeding tube.

Kung magbabago ang iyong isip kapag lumaon tungkol sa desisyon sa iyong advance directive, **maaari mong rebisahin ang dokumento sa anumang oras.**

Kung nais mong masigurong ang iyong mga pagpapahalaga, mas ninanais at priyoridad ay gagalangin, ang advance directive ay makakatulong kung gayon.



Kunin ang lahat ng mapapakinabangan sa advance directive

Kausapin ang iyong mga minamahal sa buhay.

Ang pakikipag-usap sa mga miyembro ng iyong pamilya at malalapit na kaibigan ay napakahalaga. Maaari ka nilang matulungan sa proseso ng paggawa ng desisyon, ngunit tandaan, *ikaw* ang eksperto ng kung ano ang pinakamahalaga sa iyo. Ipagbigay-alam sa kanila. Ibahagi sa kanila ang iyong mga nasasaisip at ang iyong mga pinili ngayon - bago mangyari ang hindi inaasahang sitwasyon.

Kausapin ang iyong doktor.

Makipag-usap sa iyong doktor upang masigurong nauunawaan niya ang iyong mga ninanais at ang iyong mga layunin para sa anumang pangangalaga sa hinaharap. Madalas na pinakamadali ang magsimula sa mga pangunahing bagay. Sa isa sa iyong mga susunod na pagbisita, pag-usapan ang kung ano ang mahalaga sa iyo tungkol sa iyong kalusugan at sa pangangalaga ng iyong kalusugan.

Ang pagtalakay sa mga layunin ng anumang medikal na paggagamot at pangangalagang maaaring matanggap ay laging mahalaga. Partikular na mahalaga kung nagkaroon ng pagbabago sa iyong kalusugan o kung ikaw ay sumasailalim sa pagpapagamot para sa isang medikal na kondisyon. Maaaring masiguro ng iyong doctor at iba pang mga provider ng pangangalagang pangkalusugan ang iyong mga kahilingan ay nalalaman at sinusunod, ngunit magagawa lamang nila ito kung ginawa mong makukuha ang impormasyong iyon.

Irekord ang iyong mga kagustuhan.

Sa oras na mapili mo ang taong magsisilbi bilang iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan at nakapagdesisyon sa iyong mga ninanais para sa pangangalaga sa hinaharap o mga layunin ng pangangalaga, gamit ang mga form sa packet na ito upang mairekord ang iyong mga desisyon.

Ibalik ng iyong kinumpletong advance directive.

Pagkatapos mo at ng iyong mga saksi na mapirmahan ang kung saan tinutukoy, gumawa ng maraming kopya. Ang ilang mga estado ay nagpapahintulot ng notary sa halip na mga saksi. Siguraduhing ang iyong mga ninanais ay nirerekord sa aming sistema ng medikal na pagrerekord.

- Ipadala ang kopya ng iyong mga kinumpletong form gamit ang naselyuhang sobrang may nakasulat na adres ng sarili (kung mayroon).
- Magbigay ng kopya sa iyong pangunahing doktor at sa iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan.
- Kung ikaw ay maoospital, siguraduhing ikaw o ang iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan ay magbibigay ng kopya sa iyong pangkat ng pangangalagang pangkalusugan.

Padalhan lamang ang iba ng kopya o naka-scan na bersyon ng iyong advance directive. Itago ang orihinal sa isang ligtas, madaling maaakses na lugar.

Ipagpatuloy ang pakikipag-usap.

Ikaw at ang iyong doctor ay maaaring magkaroon ng maraming pag-uusap tungkol sa iyong pangangalagang pangkalusugan. Sa paglipas ng panahon maaaring magbago ang iyong mga kagustuhan at layunin. Ang pagpapatuloy ng pakikipag-usap ay nagsisiguro na nauunawaan ng lahat ang iyong kasalukuyang mga ninanais.

Sa anumang oras, maaaring magbago ang iyong isip tungkol sa kung sino ang nais mong magsilbi bilang iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan at tungkol sa iyong mga ninanais sa iyong pangangalagang pangkalusugan. Upang i-update ang impormasyon, punan ang bagong advance directive. Sabihin sa iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan, pamilya at doktor na nirebisa mo ang iyong mga form. Gumawa ng mga kopya ng iyong mga ini-update na form para sa iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan, doktor at sa file ng medikal na rekord sa ospital gaya ng iyong ginawa dati.

Hindi pa huli o napakaaga ang pagnilayan ang iyong mga layunin at kagustuhan.

Mga madalas na itanong

Paano kung hindi ako pumili ng kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan?

Kung ikaw ay lubhang may sakit upang gumawa ng sarili mong mga desisyon, lalapit ang iyong mga doktor sa mga miyembro ng pamilya, kaibigan o hukom upang gumawa ng desisyon para sa iyo. Kung ikaw ay walang kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan, ang mga taong iyon ang maaaring gumawa ng mga desisyon para sa iyo na hindi mo nanaisin.

Magkakaroon ba ng pananagutan ang aking kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan para sa aking medikal na bayarin?

Hindi.

I-update ang iyong advance directive kapag ...

Habang nagbabago ang mga kalagayan sa iyong buhay, mabuting ideya ang suriin ang iyong mga pinili para sa pangangalagang pangkalusugan. Maaari mong matuklasang nais mong ayusin ang iyong mga pinili depende sa iyong bagong kalagayan. Narito ang ilan sa mga milestone sa buhay kapag makatwiran ang suriin ang iyong mga kagustuhan sa pangangalagang pangkalusugan. Tinatawag namin ang mga itong Limang D:

1. **Dekada:** Kapag sinisimulan mo ang bawat bagong dekada ng iyong buhay i kapag nakakaranas ka ng malaking pagbabago sa buhay, gaya ng kapag naging 18 taong gulang ang iyong anak
2. **Kamatayan (Death):** Kapag naranasan mo ang mamatayan ng isang minamahal sa buhay
3. **Diborsyo:** Kapag naranasan mo ang magdiborsyo o iba pang malaking pagbabago sa pamilya
4. **Dyagnosis:** Kapag ikaw ay may dyagnosis na malubhang kondisyon sa kalusugan
5. **Paghina (Decline):** Kapag ikaw ay nakakaranas ng malaking kahinaan sa iyong kalusugan, lalo na kung hindi mo na kayang mamuhay nang mag-isa

Kailangan ko ba ng abogado?

Hindi. Hindi iniaatas ng batas ang isang abogado upang kumpletuhin ang isang advance directive. Magiging sapat na ang dalawang saksi at/o notary public.

Anong mangyayari kung magbago ang aking isip?

Maaari mong baguhin ang iyong mga desisyon sa anumang oras. Ang pinakamabuting paraan sa paggawa ng mga pagbabago ay kumpletuhin ang isang bagong advance directive, kabilang ang pirma at mga saksi at/o notary public. Ipaalam sa lahat ng nangangailangang makaalam ng tungkol sa iyong advance directive.

Paano kung hindi ko ninanais na kumpletuhin ang hakbang sa pagpili sa pangangalagang pangkalusugan (o habilin habang nabubuhay)?

Mainam din iyon. Kapag pipili ka ng iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan (o proxy), kausapin sila tungkol sa iyong mga kagustuhan.

Sisiguraduhin ng advance directive na igagalang ang iyong mga kagustuhan.



Pagkumpleto ng form

Ang advance directive

Ang pagkumpleto ng advance directive ay magagawa sa limang madadaling hakbang*:

Hakbang 1: Piliin ang iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan.

Hakbang 2: Gumawa ng iyong mga desisyon sa pangangalagang pangkalusugan.

Hakbang 3: Isaad ang awtoridad ng iyong kinatawan sa pangangalagang pangkalusugan.

Hakbang 4: Pirmahan ang form.

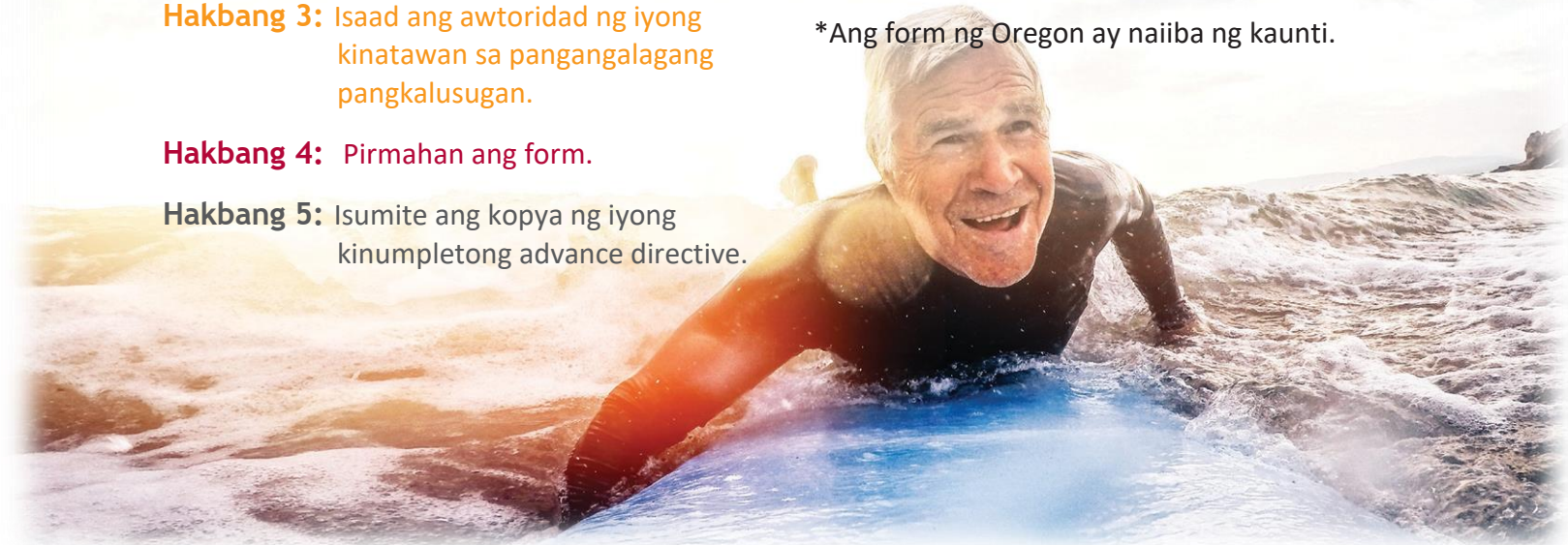
Hakbang 5: Isumite ang kopya ng iyong kinumpletong advance directive.

Kung ikaw ay may anumang mga katanungan habang iyong kinukumpleto ang form, mangyaring makipag-usap sa iyong doktor. Maaari niyang ipaliwanag kung ano ang maaaring maging kahulugan ng mga opsyon para sa iyo at sa iyong pamilya.

Mahamanap mo ang higit pang kapaki-pakinabang sa impormasyon at maida-download/mapupunang PDF form dito:

[Provhealth.org/AD](https://provhealth.org/AD)

*Ang form ng Oregon ay naiiba ng kaunti.



Paunawa sa Karapatang Hindi Madiskrimina at Aksesibilidad

Kami ay sumusunod sa mga naaangkop na mga Pederal na batas sa mga karapatang sibil at hindi nagdidiskrimina batay sa lahi, kulay ng balat, bansang pinagmulan, edad, kapansanan, o kasarian. Hindi kami nagbubukod ng mga tao o nagtatrato sa kanila sa ibang paraan dahil sa lahi, kulay ng balat, bansang pinagmulan, edad, kapansanan, o kasarian. Kami ay:

1. Nagbibigay ng mga libreng tulong at serbisyo sa mga taong may mga kapansanan upang maipaalam sa amin sa mabisang paraan, gaya ng: (a) Kuwalipikadong tagapagsalin sa wikang pasenyas: at (b) Nakasulat na impormasyon sa ibang mga pormat (malaking pagkakasulat, audio, maaakses na elektronikong pormat, iba pang mga pormat).
2. Nagbibigay ng mga libreng serbisyo sa pagsasalin sa ibang wika sa mga taong ang pangunahing wika ay hindi Ingles, gaya ng (a) Mga kwalipikadong tagapagsalin; at (b) Nakasulat na impormasyon sa ibang mga wika.

Kung kailangan mo ang alinman sa mga serbisyo sa itaas, mangyaring makipag-ugnay sa naaangkop na Civil Rights (Mga Karapatang Sibil) Coordinator sa ibaba. Kung kailangan mo ng Telecommunications Relay Services, mangyaring tumawag sa 1-800-833-6384 o 7-1-1.

Kung ikaw ay naniniwalang kami ay nabigo sa pagbibigay ng mga serbisyong ito o nagdiskrimina sa ibang paraan batay sa lahi, kulay ng balat, bansang pinagmulan, edad, kapansanan, o kasarian, maaari kang mag-file ng karaingan sa amin sa pamamagitan ng pakikipag-ugnay sa Civil Rights (Mga Karapatang Sibil) Coordinator para sa iyong estado gaya ng nakalista sa ibaba.

Estado/Serbisyo	Coordinator sa mga Karapatang Sibil
Alaska	Civil Rights Coordinator, 3200 Providence Dr., Anchorage, AK 99508, Tel: 1-844-469-1775; Linya ng Tagapagsalin; 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.AK@providence.org
California	Civil Rights Coordinator, 501 S. Buena Vista Street, Burbank, CA 91505; Tel: 1-844-469-1775; Linya ng Tagapagsalin: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.CA@providence.org Para sa Hoag Civil Rights Coordinator, One Hoag Drive, Newport Beach, CA 92663; Tel: 1-949-764-4427; Linya ng Tagapagsalin: 1-888-311-9127; Email: Kimberlee.Rosa@hoag.org
Montana	Civil Rights Coordinator, 1801 Lind Ave. SW, Renton, WA 98057; Tel: 1-844-469-1775; Linya ng Tagapagsalin: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.MT@providence.org
Washington	Civil Rights Coordinator, 101 W. 8th Ave., Spokane, WA 99204; Tel: 1-844-469-1775; Linya ng Tagapagsalin: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.WA@providence.org
Oregon	Civil Rights Coordinator, 5933 Win Sivers Dr., Suite 109, Portland, OR 97220; Tel: 1-844-469-1775; Linya ng Tagapagsalin: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.OR@providence.org
Texas/ New Mexico	Civil Rights Coordinator, 3506 21st Street, Suite 301, Lubbock, TX, 79410; Tel: 1-806-725-0085; Linya ng Tagapagsalin: 1-800-264-1552; Email: Natalie.Ramello@covhs.org
Senior Services (lahat ng estado)	Civil Rights Coordinator, 2811 S. 102nd Street, Suite 220, Tukwila, WA 98168, Tel: 1-844-469-1775; Linya ng Tagapagsalin: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.pscs@providence.org

Ikaw ay maaaring mag-file ng karaingan nang personal o sa pamamagitan ng koreo, fax, o email. Kung kailangan mo ng tulong sa pag-file ng karaingan, isa sa mga nakasulat sa itaas na mga Civil Rights (mga Karapatang Pantao) Coordinator ang makakatulong sa iyo.

Maaari ka ring mag-file ng reklamo sa U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights sa elektronikong paraan sa pamamagitan ng Office for Civil Rights Complaint Portal, makikita sa <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o sa pamamagitan ng koreo o telepono sa:

U.S. Department of Health and Human Services,
200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201

1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Makukuha ang mga form sa pagrereklamo sa <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

