Providence St. Joseph Health

# Bộ Tài Liệu Hướng Dẫn làm Tiền Chỉ Định

## Những gì quan trọng với bạn nhất

# Sự Tiền chỉ định cho mình sự yên tâm

## Tại sao mỗi người lớn/trưởng thành nên có tiền chỉ định

Khi chúng ta bước sang 18, chúng ta có thể bầu cử, ghi danh nghĩa vụ quân sự và lựa chọn những gì chúng ta muốn về việc chăm sóc sức khỏe cho mình. Phải, tất cả chúng ta có thể phải đương đầu với các bệnh nghiêm trọng hoặc bị chấn thương ở bất kỳ độ tuổi nào.

Sự tiền chỉ định có thể làm giảm căng thẳng cho gia đình và những người thân nếu họ phải đương đầu với những quyết định quan trọng về sự chăm sóc của bạn.

Chúc mừng bạn đã thực hiện bước đầu để hoàn thành sự tiền chỉ định. Tài liệu này cho phép bạn liệt danh người đại diện cho bạn nếu bạn không còn khả năng nói cho bản thân. Người này sẽ đảm bảo những ước muốn của bạn được thực hiện.

Providence St. Joseph Health tin rằng mọi người từ 18 tuổi trở lên nên có tiền chỉ định. Nó cung cấp các thông tin mấu chốt/quan trọng cho bác sĩ và gia đình bạn:

- Bạn muốn điều trị y tế ra sao
- Ai có thể quyết định cho bạn nếu bạn không tự quyết định được

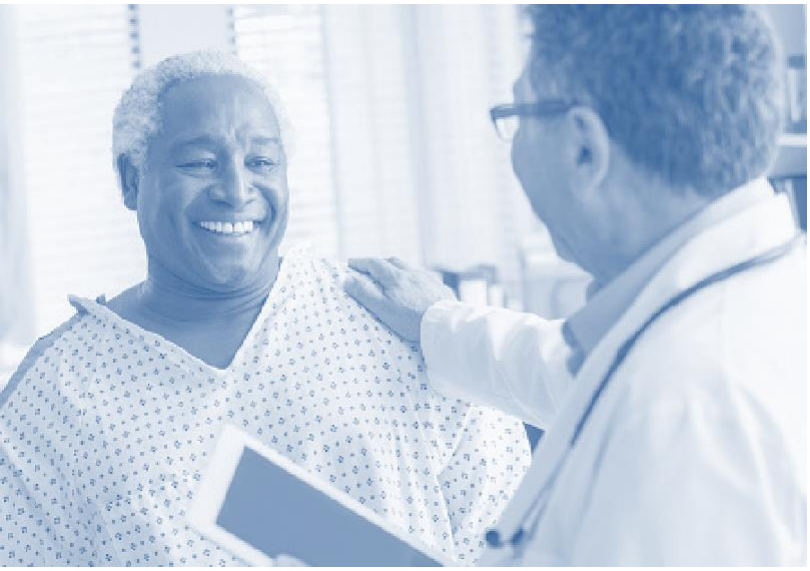
### Sự yên tâm

Tiền chỉ định có thể đơn giản hoặc chi tiết. Tập giấy tờ này cho phép bạn quyết định.

Bạn có thể đơn giản liệt danh người quyết định thay cho bạn. Hoặc bạn có thể cho hướng dẫn về việc điều trị, như hô hấp nhân tạo (hồi sinh tim phổi)(CPR), hô hấp bằng máy (máy thở) hoặc đặt ống cho ăn.

Nếu bạn có thay đổi về quyết định trong tiền chỉ định, **bạn có thể chỉnh sửa tài liệu đó bất cứ lúc nào.**

Nếu bạn muốn đảm bảo các giá trị, mong muốn và ưu tiên của mình được tôn trọng, thì tiền chỉ định có thể giúp cho bạn.



# Tận dụng tối đa tiền chỉ định của bạn

**Bàn thảo với người thân.**

Bàn thảo với gia đình và bạn thân của bạn là rất quan trọng. Họ có thể giúp trong quá trình quyết định, nhưng nhớ rằng, *bạn* là người am hiểu về những gì quan trọng nhất đối với bản thân bạn. Cho họ biết. Chia sẻ những suy nghĩ và lựa chọn của bạn với họ bây giờ - trước khi hoàn cảnh bất cập nào đó xảy đến.

**Bàn thảo với bác sĩ của bạn.**

Đối thoại với bác sĩ của bạn để đảm bảo họ hiểu các chọn lựa và mục tiêu của bạn cho bất kỳ chăm sóc nào trong tương lai. Thường dễ nhất khi khởi đầu với những điều căn bản. Tại một trong những buổi khám tới, nói về những gì quan trọng đối với bạn về sức khỏe và việc chăm sóc sức khỏe cho bạn.

Thảo luận những mục tiêu về bất kỳ sự điều trị và chăm sóc y tế nào bạn có thể nhận được là luôn quan trọng. Đặc biệt quan trọng nếu bạn có thay đổi về sức khỏe hoặc bạn đang trong sự điều trị cho một vấn đề y tế. Bác sĩ và những nhà chăm sóc sức khỏe cho bạn có thể đảm bảo những mong muốn của bạn được biết và làm theo, nhưng họ chỉ có thể làm được điều này nếu bạn cho biết những thông tin đó.

**Hãy ghi lại những mong muốn của bạn.**

Khi bạn đã chọn người làm đại diện cho bạn về vấn đề chăm sóc y tế và đã quyết định những chọn lựa cho việc chăm sóc trong tương lai
hoặc mục tiêu chăm sóc, hãy sử dụng các mẫu đơn trong tập giấy tờ này để ghi lại những quyết định của bạn.

**Nộp lại giấy tiền chỉ định đã hoàn thành của bạn.**

Sau khi bạn và những người nhân chứng đã ký tên vào các chỗ được chỉ định, hãy sao lại nhiều bản. Một số tiểu bang cho phép có công chứng viên thay vì nhân chứng. Hãy đảm bảo các ước nguyện của bạn được lưu vào trong hệ thống hồ sơ y tế của chúng tôi.

- Gửi một bản sao của những đơn đã hoàn tất trong phong bì có để sẵn địa chỉ và tem bưu chính (nếu có).
- Trao một bản sao cho bác sĩ gia đình và cho người đại diện về việc chăm sóc sức khỏe của bạn.
- Nếu bạn phải vào bệnh viện, nhớ đảm bảo bạn hoặc người đại diện vấn đề chăm sóc sức khỏe cho bạn trao một bản sao cho đội chăm sóc sức khỏe của bạn.

Gửi cho những người khác **chỉ** bản sao lại hoặc scanned của đơn tiền chỉ định của bạn. Giữ bản gốc ở một nơi an toàn, dễ kiếm.

### Tiếp tục sự đối thoại.

Bạn và bác sĩ của bạn có thể có nhiều cuộc đàm thoại về việc chăm sóc sức khỏe cho bạn. Qua thời gian, những ước nguyện và mục tiêu của bạn có thể thay đổi. Tiếp tục đối thoại để đảm bảo mọi người đều biết những chọn lựa hiện tại của bạn.

Bất cứ lúc nào, bạn có thể thay đổi ý muốn về người đại diện cho việc chăm sóc sức khỏe của bạn và các chọn lựa cho việc chăm sóc sức khỏe. Để cập nhật thông tin,
hãy điền một mẫu đơn tiền chỉ định mới. Nói cho người đại diện việc chăm sóc sức khỏe, gia đình và bác sĩ của bạn biết bạn đã chỉnh lại các mẫu đơn. Sao lại các mẫu đơn đã được cập nhật cho người đại diện, bác sĩ của bạn và cho hồ sơ y tế của bệnh viện như bạn đã làm trước đó.

Không bao giờ quá trễ hay quá sớm để phản ánh các mục tiêu và ước nguyện của bạn.

### Cập nhật đơn tiền chỉ định của bạn khi …

Tình trạng cuộc sống của bạn thay đổi, nên xem lại các lựa chọn về việc chăm sóc sức khỏe của bạn. Bạn có thể thấy muốn điều chỉnh các lựa chọn tùy vào hoàn cảnh mới. Đây
là một số bước ngoặc trong cuộc sống là lúc hợp lý để xem lại các ước nguyện chăm sóc sức khỏe của bạn. Chúng tôi gọi
chúng là Năm Ds:

1. **Thập niên (Decade):** Khi bạn bắt đầu mỗi một thập niên mới của đời bạn hoặc khi bạn trải nghiệm một thay đổi đáng kể trong cuộc sống, như khi con bạn bước sang 18
2. **Sự từ trần (Death):** Khi bạn trải nghiệm sự ra đi của một người thân
3. **Ly dị (Divorce):** Khi bạn trải qua một cuộc ly dị hay thay đổi lớn trong gia đình
4. **Sự chẩn bệnh (Diagnosis):** Khi bạn được chẩn đoán với một cơn bệnh nghiêm trọng
5. **Sự suy giảm (Decline):** Khi bạn trải nghiệm sự suy giảm sức khỏe đáng kể, đặc biệt nếu bạn trở nên không thể tự sống một mình

## Những câu thường được hỏi

### Nếu tôi không chọn một người đại diện về việc chăm sóc sức khỏe thì sao?

Nếu bạn bệnh nặng không thể tự quyết định được, bác sĩ sẽ chuyển sang các thành viên trong gia đình, bạn bè hoặc quan tòa để quyết định cho bạn. Nếu bạn không có người đại diện cho việc chăm sóc sức khỏe, những người này có thể có những lựa chọn cho bạn mà bạn không muốn.

### Người đại diện việc chăm sóc sức khỏe cho tôi có sẽ chịu trách nhiệm về những hóa đơn y tế của tôi không?

Không.

### Tôi có cần luật sư không?

Không. Luật pháp không đòi hỏi phải có luật sư khi làm đơn tiền chỉ định. Hai nhân chứng và/hoặc công chứng viên là đủ.

### Nếu tôi đổi ý thì sao?

Bạn có thể thay đổi các chọn lựa vào bất cứ lúc nào. Cách tốt nhất để thay đổi là hoàn tất một mẫu đơn tiền chỉ định mới, gồm có chữ ký và nhân chứng và/hoặc công chứng viên. Thông báo cho tất cả những ai cần biết về tiền chỉ định mới của bạn.

### Nếu tôi không muốn làm các chọn lựa cho việc chăm sóc sức khỏe của tôi (hoặc di chúc) thì sao?

Không sao. Khi bạn chọn người đại diện cho sự chăm sóc sức khỏe của bạn (hay người được ủy quyền), cho họ biết về những ước nguyện của bạn.

Sự tiền chỉ định sẽ đảm bảo những ước muốn của bạn được thực hiện.

## Hoàn tất mẫu đơn

**Đơn tiền chỉ định**

Hoàn thành đơn tiền chỉ định có thể được thực hiện bằng năm bước dễ dàng*:

**Bước 1:** Chọn người đại diện cho bạn về sự chăm sóc sức khỏe.

**Bước 2:** Chọn lựa về sự chăm sóc sức khỏe cho bạn.

**Bước 3:** Phác thảo thẩm quyền của người đại diện cho bạn về sự chăm sóc sức khỏe.

**Bước 4:** Ký đơn.

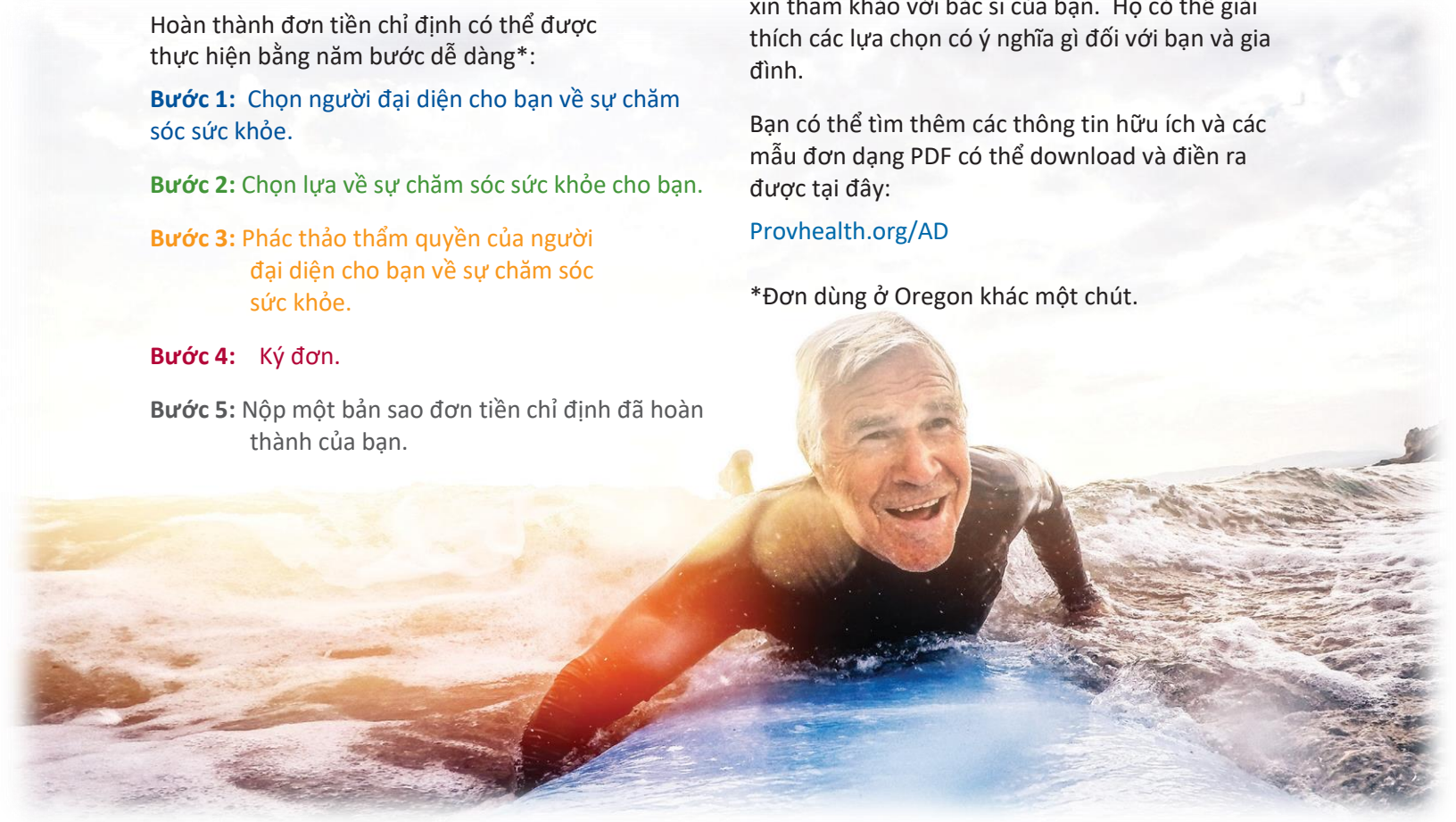
**Bước 5:** Nộp một bản sao đơn tiền chỉ định đã hoàn thành của bạn.

Nếu bạn có bất kỳ thắc mắc nào khi điền mẫu đơn, xin tham khảo với bác sĩ của bạn. Họ có thể giải thích các lựa chọn có ý nghĩa gì đối với bạn và gia đình.

Bạn có thể tìm thêm các thông tin hữu ích và các mẫu đơn dạng PDF có thể download và điền ra được tại đây:

Provhealth.org/AD

*Đơn dùng ở Oregon khác một chút.



## Thông Báo về Quyền Không Phân Biệt Đối Xử và Quyền Tiếp Cận

Chúng tôi tuân thủ các luật pháp quyền công dân Liên Bang hiện hành và không phân biệt đối xử do chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, khuyết tật, hay giới tính. Chúng tôi không loại trừ ai hoặc phân biệt đối xử với họ dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, tình trạng khuyết tật, hay giới tính. Chúng tôi:

1. Cung cấp trợ giúp và các dịch vụ miễn phí cho những ai có khiếm khuyết về khả năng đối thoại hữu hiệu với chúng tôi, như: (a) Thông dịch viên chuyên môn về ngôn ngữ bằng ký hiệu; và (b) thông tin văn bản bằng các thể loại khác (khổ in lớn, âm thanh, các thể loại điện tử tiếp cận được, các thể loại khác).
2. Cung cấp các dịch vụ ngôn ngữ miễn phí cho những ai mà ngôn ngữ chính không phải là Anh ngữ, như: (a) Thông dịch viên chuyên môn; và (b) thông tin văn bản bằng các ngôn ngữ khác.

Nếu bạn cần bất kỳ dịch vụ nào nêu trên, vui lòng liên lạc Điều Phối Viên về Quyền Công Dân thích hợp dưới đây. Nếu bạn cần các Dịch Vụ Viễn Thông, vui lòng gọi 1-800-833-6384 hoặc 7-1-1.

Nếu bạn tin rằng chúng tôi đã không cung cấp các dịch vụ này hoặc phân biệt đối xử do chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, khuyết tật, hay giới tính, bạn có thể đệ đơn khiếu nại với chúng tôi bằng cách liên lạc Điều Phối Viên Quyền Công Dân ở tiểu bang của bạn được liệt kê sau đây:

| Tiểu Bang/Dịch Vụ | Điều Phối Viên Quyền Công Dân |
|---|---|
| **Alaska** | Civil Rights Coordinator, 3200 Providence Dr., Anchorage, AK 99508, Tel: 1-844-469-1775; Đường Dây Thông Dịch Viên: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; Đường Dây Thông Dịch Viên: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.CA@providence.org<br><br>Đối với Hoag<br>Điều Phối Viên Quyền Công Dân, One Hoag Drive, Newport Beach, CA 92663; Điện thoại: 1-949-764-4427; Đường Dây Thông Dịch Viên: 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; Đường Dây Thông Dịch Viên: 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; Đường Dây Thông Dịch Viên: 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; Đường Dây Thông Dịch Viên: 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; Đường Dây Thông Dịch Viên: 1-800-264-1552; Email: Natalie.Ramello@covhs.org |
| **Senior Services (tất cả các tiểu bang)** | Civil Rights Coordinator, 2811 S. 102nd Street, Suite 220, Tukwila, WA 98168, Tel: 1-844-469-1775; Đường Dây Thông Lịch Viên: 1-888-311-9127; Email: Nondiscrimination.pscs@providence.org |

Bạn có thể đệ đơn khiếu nại tại văn phòng hoặc qua thư từ, fax, hay email. Nếu bạn cần giúp đệ đơn khiếu nại, một trong những Điều Phối Viên Quyền Công Dân trên có thể giúp bạn.

Bạn cũng có thể đệ đơn khiếu nại quyền dân sự với Bộ Sức Khỏe và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ, Văn Phòng Quyền Dân Sự, bằng điện tử qua Văn Phòng Cổng Thông Tin Khiếu Nại Quyền Dân Sư, tại: https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, hoặc bằng thư tín hoặc điện thoại tại:

U.S. Department of Health and Human Services / Bộ Sức Khỏe và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ
200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201

1–800–368–1019, 800–537–7697 (TDD)

Đơn khiếu nại có tại: http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 888-311-9127 (TTY: 711).

注意：如果您講中文，我們可以給您提供免費中文翻譯服務，請致電888-311-9127 (TTY: 711 )

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí có sẵn dành cho bạn. Gọi số 888-311-9127 (TTY: 711).

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 888-311-9127 (TTY: 711).

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 888-311-9127 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 888-311-9127 (телетайп: 711).

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ. Եթե խոսում եք հայերեն, ապա ձեզ կարող են տրամադրվել լեզվական աջակցության անվճար ծառայություններ: Զանգահարեք 888-311-9127 (հեռատիպ (TTY)՝ 711).

يُرجى الانتباه: إذا كنتم تتكلمون اللغة العربية، فأعلموا أن خدمات المساعدة اللغوية متوفرة مجاناً لكم. اتصلوا برقم الهاتف 888-311-9127 (أو بخط المبرقة الكاتبة TTY لضعاف السمع والنطق على الرقم 711).

توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد.
با شماره 888-311-9127 (TTY:711) تماس بگیرید.

注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます. 888-311-9127 (TTY:711) まで、お電話にてご連絡ください.

ਧਿਆਨ ਧਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਿ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਧਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਿ ਹੈ। 888-311-9127 (TTY: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

សូមចាំអារម្មណ៍៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ នោះសេវាជំនួយផ្នែកភាសានឹងមានផ្តល់ជូនលោកអ្នក ដោយឥតគិតថ្លៃ។ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 888-311-9127 (TTY: 711)។

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 888-311-9127 (TTY:711) पर कॉल करें।

LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, koj tuaj yeem siv cov kev pab txhais lus pub dawb. Hu rau 888-311-9127 (TTY: 711).

โปรดทราบ: หากคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการความช่วยเหลือทางภาษาได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย โทร 888-311-9127 (TTY: 711)

# Thẻ mang trong ví

Vui lòng điền các chỗ trống, lấy thẻ ra và mang theo trong ví bạn.

Trong trường hợp cấp cứu, nó sẽ cho đội chăm sóc sức khỏe cho bạn biết bạn có người đại diện về sự chăm sóc sức khỏe của bạn và bạn đã hoàn tất đơn tiền chỉ định. Điều này sẽ giúp đảm bảo các ước nguyện của bạn được làm theo nếu bạn trong hoàn cảnh không thể nói được.

**TRONG TRƯỜNG HỢP CẤP CỨU:**

Tôi có người đại diện về việc chăm sóc sức khỏe cho tôi có thể nói thay tôi nếu tôi không thể đối thoại được.

TÊN ĐẦY ĐỦ (NAME) _____

SỐ ĐIỆN THOẠI (PHONE) _____

SỐ ĐT KHÁC (ALT. PHONE) _____

QUAN HỆ VỚI TÔI (RELATIONSHIP TO ME) _____

**Để biết thêm thông tin, vui lòng vào trang**
Providence.org/InstituteForHumanCaring

**Tải xuống bộ tài liệu hướng dẫn kèm theo tại**
Provhealth.org/AD

PROVIDENCE Health & Services

FACEY MEDICAL GROUP

KADLEC

pacific medical centers

CovenantHealth

St.JosephHealth

SWEDISH MEDICAL GROUP

**Providence Institute for Human Caring**
Providence.org/Institute-ForHumanCaring