



P.O. Box 1800
Rancho Cucamonga, CA 91729-1800
1-800-440-IEHP (4347)
1-800-718-4347 đối với người dùng TTY

IE♥HP

Cuộc Sống của Tôi. Lựa Chọn của Tôi.

Chỉ Thị Chăm Sóc Trước dành cho tất cả mọi người.



Lập kế hoạch ngay hôm nay cho dịch vụ
chăm sóc y tế của quý vị trong tương lai.

©2025 Inland Empire Health Plan. Một Tổ Chức Công. Bảo Lưu Mọi Quyền. HE-25-5831979_VI

Hội Viên IEHP thân mến,

Cảm ơn quý vị đã quan tâm đến Chỉ Thị Chăm Sóc Trước. Chỉ Thị Chăm Sóc Trước (Advance Care Directive, ACD) là một mẫu đơn mang tính pháp lý có thể giúp quý vị đưa ra chọn lựa về các phương án điều trị chăm sóc sức khỏe trong tương lai. Mẫu đơn này cho phép quý vị chỉ định một người thay mặt quý vị trong trường hợp quý vị không thể đưa ra quyết định ở bất kỳ thời điểm nào trong cuộc sống.

Tập tài liệu này chứa thông tin về ACD và câu trả lời cho các câu hỏi thường gặp.

Nếu quý vị chưa biết cách điền vào mẫu đơn này, quý vị có thể tham gia buổi hội thảo Lập Kế Hoạch Chăm Sóc Trước. IEHP tổ chức các buổi hội thảo Lập Kế Hoạch Chăm Sóc Trước hàng tháng có tên “Cuộc Sống của Tôi. Lựa Chọn của Tôi. (My Life. My Choice.)”, nơi quý vị có thể nhận được trợ giúp trực tiếp miễn phí khi điền vào mẫu đơn.

Nếu quý vị là hội viên IEHP DualChoice (HMO D-SNP) và sẵn sàng hoàn tất mẫu đơn bây giờ, quý vị có thể hoàn thành tại tài khoản hội viên trên trang mạng.

- Đăng nhập vào tài khoản hội viên của quý vị và nhấn vào “Sức Khỏe và Sống Khỏe (Health and Wellness)”.
- Nhấn vào “Cuộc Sống của Tôi. Lựa Chọn của Tôi.” và chọn mục bắt đầu điền Chỉ Thị Chăm Sóc Trước hôm nay.
- Hoàn tất Chỉ Thị Chăm Sóc Trước của quý vị và giữ một bản sao cho riêng mình. Điều quan trọng nhất là hãy đưa một bản sao cho bác sĩ của quý vị.

Cảm ơn quý vị đã dành thời gian để điền vào mẫu đơn Chỉ Thị Chăm Sóc Trước.

Lập Kế Hoạch Chăm Sóc Trước (Advance Care Planning, ACP) là quá trình lập kế hoạch và mục tiêu về các chọn lựa phương án điều trị chăm sóc y tế trong trường hợp một người không đủ năng lực thể chất hoặc tinh thần để đưa ra trong tương lai. Những chọn lựa này nên được thảo luận thường xuyên với người sẽ đưa ra quyết định chăm sóc sức khỏe cho quý vị và bác sĩ của quý vị. Những buổi thảo luận này có thể bắt đầu vào bất kỳ thời điểm nào trong đời, bất kể tình trạng sức khỏe và sẽ được tiếp tục thực hiện trong suốt cuộc đời của người đó.

Việc lập kế hoạch giúp bác sĩ hiểu được mong muốn quý vị, quý vị là người như thế nào và đưa ra các chọn lựa phù hợp với quý vị.

ACD là một mẫu đơn mang tính pháp lý cho phép quý vị:

- Đưa ra hướng dẫn về mong muốn chăm sóc sức khỏe của mình trong tương lai.
- Chỉ định một người làm người đại diện cho quý vị (người sẽ đưa ra quyết định chăm sóc sức khỏe cho quý vị).
- Bày tỏ ý định của quý vị về nguyện vọng hiến tạng, khám nghiệm tử thi, tang lễ hoặc mai táng.

Ở tiểu bang California, hai biểu mẫu Ý Nguyện Trị Liệu và Giấy Ủy Quyền Chăm Sóc Sức Khỏe Dài Hạn được kết hợp thành một mẫu đơn được gọi là ACD.

Tại sao quý vị nên có ACD:


- Các giá trị và chọn lựa điều trị của quý vị sẽ được tôn trọng.
- Tránh những cơn đau không cần thiết, những phương án điều trị có thể không giúp ích hoặc tránh nằm viện nếu quý vị không muốn.
- Giảm bớt gánh nặng và cảm giác lo lắng của người thân về việc đưa ra quyết định cho quý vị.
- Giảm bớt căng thẳng và hạn chế xung đột giữa người thân.

Câu hỏi thường gặp về Chỉ Thị Chăm Sóc Trước (ACD):	
Câu hỏi	Câu trả lời
Ai có thể điền vào ACD?	Người trưởng thành trên 18 tuổi hoàn toàn minh mẫn có thể điền vào ACD. Quý vị không cần luật sư để điền vào mẫu đơn.
Ai sẽ là người đưa ra quyết định về phương án điều trị y tế cho tôi?	Bác sĩ của quý vị sẽ thông báo cho quý vị về phương án điều trị và các lựa chọn. Nhưng quý vị sẽ là người đưa ra quyết định về phương án điều trị mà quý vị muốn. Các bác sĩ sẽ không thể đưa ra quyết định cho quý vị.
Nếu tôi bị bệnh quá nặng đến nỗi không thể đưa ra quyết định thì sao?	Nếu quý vị bị bệnh quá nặng đến nỗi không thể đưa ra quyết định, bác sĩ sẽ yêu cầu thành viên trong gia đình hoặc bạn bè thân thiết nhất của quý vị giúp đưa ra quyết định về phương án điều trị tốt nhất cho quý vị. Tốt nhất quý vị nên bày tỏ trước mong muốn của mình với người đại diện để họ biết nên đưa ra quyết định như thế nào.
Tôi có thể chọn ai làm người đại diện của mình?	Quý vị có thể chọn bất kỳ người trưởng thành nào mà quý vị tin tưởng. Người này sẽ thay mặt quý vị để đưa ra quyết định khi quý vị không thể ra quyết định do không đủ sức khỏe. Quý vị có thể chỉ định người đại diện ở phần đầu tiên của mẫu đơn ACD.
Làm thế nào để mẫu đơn này có tính pháp lý?	Để mẫu đơn này có giá trị pháp lý ở tiểu bang California, quý vị phải ký tên và mẫu đơn phải: <ul style="list-style-type: none"> • Có chữ ký của hai người làm chứng (mẫu đơn sẽ cho quý vị biết ai có thể là người làm chứng), HOẶC • Được công chứng

Còn tiếp...

Câu hỏi thường gặp về Chỉ Thị Chăm Sóc Trước (ACD):	
Câu hỏi	Câu trả lời
ACD có hết hạn không?	Sau khi hoàn thành, ACD sẽ không hết hạn. Thực tế thì quá trình lập kế hoạch sẽ được tiếp diễn trong suốt cuộc đời. Quý vị nên xem lại ACD của mình để bảo đảm ACD vẫn phản ánh mong muốn của quý vị, đặc biệt là khi: <ul style="list-style-type: none"> • Quý vị sống thêm được 10 năm • Quý vị ly hôn • Quý vị nhận được chẩn đoán mới về sức khỏe của mình • Người thân của quý vị qua đời • Quý vị không thể làm những việc quý vị từng làm được
Nếu tôi đổi ý sau khi hoàn thành ACD thì sao?	Trong quá trình trưởng thành, khi đối mặt với những khó khăn mới về sức khỏe hoặc có những trải nghiệm khác nhau về gia đình, các giá trị, mục tiêu và ưu tiên của chúng ta có thể sẽ thay đổi. Bất kỳ thay đổi nào quý vị thực hiện đối với ACD của mình đều cần được chia sẻ với người đại diện và gia đình của quý vị. Những thay đổi có thể là về các lựa chọn phương án điều trị, nơi nhận dịch vụ chăm sóc, quyết định hiến tạng hoặc người đại diện mới. Hãy cung cấp mẫu đơn mới cho người đại diện và bác sĩ của quý vị, đồng thời hủy tất cả các mẫu đơn cũ.
Tôi có thể sử dụng ACD của mình ở tiểu bang khác không?	Mỗi tiểu bang đều có luật riêng về ACD. Nếu quý vị dành nhiều thời gian của mình ở một tiểu bang khác ngoài California, hãy cân nhắc việc hoàn thành ACD áp dụng cho tiểu bang đó.

Còn tiếp...

Câu hỏi thường gặp về Chỉ Thị Chăm Sóc Trước (ACD):	
Tôi hoàn toàn khỏe mạnh, vậy tại sao tôi cần ACD?	Không ai là “quá khỏe mạnh” hoặc “quá trẻ” để làm ACD. Không ai trong chúng ta biết khi nào hoặc trong hoàn cảnh nào chúng ta sẽ không thể tự đưa ra chọn lựa về phương án chăm sóc chúng ta muốn và không muốn áp dụng. Người trưởng thành trẻ tuổi nên có ít nhất một ACD chỉ định một người đại diện.
Tôi sẽ vẫn được điều trị nếu tôi không hoàn thành ACD chứ?	ĐÚNG VẬY! Quý vị vẫn sẽ được điều trị y tế đầy đủ. Chỉ cần lưu ý rằng nếu quý vị bị bệnh quá nặng đến nỗi không thể đưa ra quyết định về phương án chăm sóc cho mình, thì người khác sẽ phải đưa ra quyết định cho quý vị. Người này có thể sẽ không biết những mong muốn hoặc giá trị của quý vị.
Tôi có thể tìm hiểu thêm về ACD bằng cách nào?	Để tìm hiểu thêm, quý vị có thể tham gia lớp học “Cuộc Sống của Tôi. Lựa Chọn của Tôi” gần quý vị nhất. Các lớp học được tổ chức hàng tháng. Truy cập www.iehp.org để biết thêm thông tin hoặc quét mã QR bên dưới. <div style="text-align: center;">  </div>

Tôi phải nắm rõ thông tin nào khác về việc đưa ra các lựa chọn chăm sóc sức khỏe trong tương lai không?

Theo Đạo Luật về Quyết Định Chăm Sóc Sức Khỏe Năm 1990, một người có quyền hợp pháp trong việc kiểm soát các lựa chọn chăm sóc sức khỏe của mình, bao gồm cả việc lựa chọn duy trì sự sống hay không. Điều đáng buồn là mọi gia đình đều phải đối mặt với khả năng mắc bệnh hiểm nghèo và phải đưa ra những lựa chọn quan trọng. Không bao giờ là quá sớm để suy nghĩ về những lựa chọn này và thảo luận với gia đình và bác sĩ của quý vị.

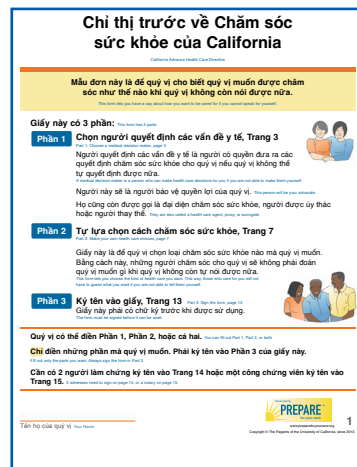
Là một bệnh nhân, quý vị có quyền quyết định và thông báo cho người đại diện, gia đình và bác sĩ của mình nếu quý vị đã hoàn thành ACD và cung cấp cho họ một bản sao. Khi nhập viện tại bệnh viện hoặc cơ sở y tế khác, hãy mang theo một bản sao ACD của quý vị để bổ sung vào hồ sơ y tế của quý vị.

Các mẫu đơn được sử dụng khi Lập Kế Hoạch Chăm Sóc Trước

ACD là một mẫu đơn mang tính pháp lý mà tất cả người trưởng thành trên 18 tuổi nên có. Mẫu đơn này giúp đưa ra hướng dẫn về việc chăm sóc y tế trong tương lai trong trường hợp quý vị không thể tự đưa ra quyết định. Mẫu đơn này:

- Chỉ định một người có thể truyền tải những mong muốn về mặt y tế của quý vị cho người khác.
- Cho người thân của quý vị và nhân viên y tế biết mong muốn áp dụng hoặc không áp dụng loại phương án điều trị nào trong tương lai bằng văn bản.

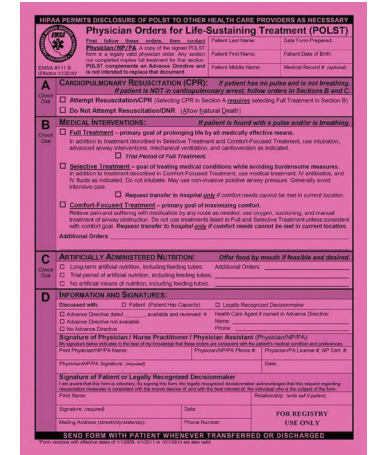
Ngay cả khi có ACD, theo luật, nhân viên cấp cứu phải thực hiện những gì họ có thể để cứu mạng người, bao gồm hồi sức tim phổi (cardiopulmonary resuscitation, CPR) và sử dụng máy thở.



Y Lệnh Điều Trị Duy Trì Sự Sống (POLST)

Y Lệnh Điều Trị Duy Trì Sự Sống (Physician Orders for Life-Sustaining Treatment, POLST):

- Không phải là ACD.
- Chuyển tải các ưu tiên của bệnh nhân thành các y lệnh.
- Cho nhân viên cấp cứu biết phải làm gì. Y lệnh này cần phải được tuân thủ.
- Phù hợp nhất cho những người mắc bệnh nặng hoặc người già yếu.



Sự khác biệt giữa hai Mẫu đơn POLST và Chỉ Thị Trước:		
	Mẫu Đơn POLST	Chỉ Thị Trước
Loại tài liệu	Y lệnh	Tài liệu pháp lý
Ai hoàn thành mẫu đơn này?	Bác sĩ	Bệnh nhân
Ai cần mẫu đơn này?	Bệnh nhân mắc bệnh hiểm nghèo (mọi lứa tuổi) hoặc người già yếu gần cuối đời	Tất cả người trưởng thành
Mẫu đơn này có chỉ định người đại diện không?	Không	Có

Sự khác biệt giữa hai Mẫu đơn POLST và Chỉ Thị Trước:

	Mẫu Đơn POLST	Chỉ Thị Trước
Mẫu đơn này truyền tải những thông tin gì?	Y lệnh cụ thể	Mong muốn tổng quát về phương pháp điều trị
Mẫu đơn này có dễ tìm không?	Có, trong hầu hết các trường hợp. Bệnh nhân có một bản chính, một bản sao được lưu trong hồ sơ y tế của họ và một bản mang theo bên mình.	Không. Điều này phụ thuộc vào nơi bệnh nhân cất giữ mẫu đơn, sẽ dễ tìm nếu bệnh nhân cho người khác biết về nơi cất giữ hoặc đưa bản sao cho người đại diện hoặc bác sĩ của họ.
Nhân viên cấp cứu có thể tuân thủ mẫu đơn này không?	Có	Không

Nguồn: polst.org

Nếu tôi muốn sử dụng mẫu đơn Không Hồi Sức Cấp Cứu (DNR) thì sao?

Không Hồi Sức Cấp Cứu (Do Not Resuscitate, DNR) cũng có thể được sử dụng cùng với ACD. Mẫu đơn này cho nhân viên cấp cứu biết rằng bệnh nhân không muốn được CPR, hồi sinh tim (bằng máy khử rung tim hoặc thuốc) hay trợ thở (bằng cách sử dụng ống hoặc oxy). Mẫu đơn này không ảnh hưởng đến việc cung cấp các biện pháp hỗ trợ sự sống như dinh dưỡng nhân tạo hay các hình thức chăm sóc y tế khẩn cấp khác như điều trị cơn đau, khó thở, chảy máu nhiều hoặc các bệnh trạng khác. Các biện pháp này có thể được ghi chú trong Chỉ Thị Chăm Sóc Trước.

Mẫu đơn DNR phải có chữ ký của bệnh nhân và bác sĩ. Sau khi hoàn thành, mẫu đơn DNR phải được đặt ở nơi dễ nhìn thấy gần bệnh nhân. Nếu quý vị cho rằng mẫu đơn này phù hợp với quý vị, hãy thảo luận với bác sĩ của quý vị trong buổi thăm khám tiếp theo.

Thẻ Đút Ví ACD của IEHP

Vậy là quý vị đã hoàn thành ACD của mình, chỉ định người đại diện thay mặt quý vị và đưa bản sao cho bác sĩ và gia đình quý vị. Tốt nhất quý vị nên luôn mang theo một bản sao ACD bên mình, tuy nhiên việc này thường ít được thực hiện.

Thẻ Đút Ví ACD là một cách đơn giản để cho người khác biết quý vị có ACD. Thẻ này có thể giúp bảo đảm người đại diện phù hợp sẽ được liên hệ trong trường hợp khẩn cấp về sức khỏe để giúp đưa ra quyết định về phương án chăm sóc cho quý vị.

Hãy điền vào thẻ đi kèm theo thư này và mang theo bên mình mọi lúc.

Quý vị muốn biết thêm thông tin?

Nếu quý vị cần hỗ trợ, hãy yêu cầu được nói chuyện với Nhân Viên Ban Giáo Dục Sức Khỏe IEHP theo số **1-800-440-4347**.

Nguồn Hỗ Trợ Trực Tuyến

- **Members.IEHP.org** – Thành viên IEHP DualChoice (HMO D-SNP) có thể hoàn tất ACD qua tài khoản trang mạng của hội viên.
 - Đăng nhập vào tài khoản trang mạng hội viên của quý vị và nhấn chọn “Sức Khỏe và Sống Khỏe (Health and Wellness).”
 - Nhấn chọn “Cuộc Sống của Tôi. Lựa Chọn của Tôi. (My Life. My Choice.)” và chọn mục bắt đầu điền Chỉ Thị Chăm Sóc Trước hôm nay.
 - Hoàn tất Chỉ Thị Chăm Sóc Trước của quý vị và giữ một bản sao cho riêng mình. Điều quan trọng nhất là hãy đưa một bản sao cho bác sĩ của quý vị.
- **Prepareforyourcare.org** – Xem video từng bước về cách điền vào mẫu đơn PREPARE của Chỉ Thị Chăm Sóc Trước. Tải xuống mẫu đơn PREPARE miễn phí và dễ đọc dành cho tiểu bang của quý vị. Mẫu đơn cũng có sẵn bằng chín ngôn ngữ khác.
- **POLST California - capolst.org** – Trang mạng này cung cấp thông tin về POLST cho bệnh nhân và người chăm sóc. Mẫu đơn này có sẵn bằng mười hai ngôn ngữ khác.
- **Thông tin về việc hiến tạng - donatelifecalifornia.org** – Tìm hiểu thêm thông tin về cách hiến tạng, những bộ phận quý vị có thể hiến tặng và đăng ký trở thành người hiến tặng.

Ghi chú

Ghi chú

Ghi chú
