



我的生命。我的选择。

每个人都应准备预先护理指示。



今天就为未来的医疗保健做好准备。

尊敬的 IEHP 会员：

感谢您抽空了解预先护理指示。

预先护理指示是一份法律文件，可以让您表达自己的意愿。此文件可以让您说明您将来希望接受什么类型的护理，并指定一位您所信任的人士在您无法为自己发声时代您发言。

本资料包包含易读的信息和常见问题的解答。如果您在填写表格时需要协助，您的基本保健医生可以提供协助。

感谢您积极参与您的医疗保健。

您的 IEHP 团队

您未来的护理从预先护理规划开始：

- 提前思考一下，如果您罹患重病或无法为自己发声，您希望接受何种类型的医疗护理。
- 与您的医生及您所信任的人讨论您的意愿，以代您做医疗保健决定。
- 这些讨论可以随时进行，不论您几岁或健康状况如何。

事先规划有助于医生了解您重视的事项，并提供符合您价值观和目标的护理。

填写预先护理指示可以让您：

- 分享您对未来医疗保健服务的意愿。
- 指定一位代理人（您所信任的人士）为您做医疗保健决定。
- 您可以表达您对器官捐献、尸检以及丧葬计划的意愿。

在加州，生前遗嘱和医疗保健持久授权书已合并一份表格，称为预先护理指示。

为何您应持有一份预先护理指示：

- 我们将会尊重您的价值观和治疗选择。
- 避免不必要的疼痛、可能没有帮助的治疗或您不想要的住院。
- 减轻您亲人替您做决定的负担和担忧。
- 缓解亲人之间的压力并减少冲突。

关于预先护理指示 (Advance Care Directive, ACD) 的常见问题：	
问题	答案
谁可以填写 ACD？	年满 18 岁且心智健全的成人均可填写 ACD。您不需要律师即可填写这份表格。
谁来决定我的医疗方案？	医生将会告知您有关治疗和选项的信息。但将由您决定自己想接受的治疗。医生不能替您做决定。
如果我病情过重无法做决定该怎么办？	如果您因病情过重而无法做决定，医生将会请您身边最亲近的家人或朋友来协助决定什么对您最为有利。最好事先与您的代理人讨论您的意愿，以便他们知道如何做决定。
我可以选择谁做我的代理人？	您可以选择任何您所信任的成人。当您病情过重无法发言时，该人士将代您发言。您可以在 ACD 表格的第一部分列出该人士。
如何使该表格具有法律效力？	为了使该表格在加州具有法律效力，您必须签名并满足以下其中一项条件： • 由两名见证人签名（表格将会为您说明谁可以作为见证人）；或者 • 进行公证

续...

关于预先护理指示 (Advance Care Directive, ACD) 的常见问题：

问题	答案
ACD 会过期吗？	在完成后，ACD 将不会过期。事实上，规划的过程可随人生进展持续进行。建议您定期检查您的 ACD，以确保其仍能反映您的意愿，尤其是在以下情况下： • 您已经又增长 10 岁。 • 您离婚了。 • 您确诊新的疾病。 • 亲人去世。 • 您已经做不了以前能做的一些事情了。
如果我在完成 ACD 后改变心意该怎么办？	随着我们逐渐成熟、面临新的健康挑战，或者经历不同的家庭生活，我们的价值观、目标和优先事项也会随之改变。您对 ACD 所做的任何变更皆必须告知您的代理人和家人。变更可能涉及治疗选项、接受护理的地点、器官捐献或新代理人。请将新表格交给您的代理人 and 医生，并销毁所有旧表格。
我可以在其它州使用我的 ACD 吗？	每个州都有自己的 ACD 法律。如果您有许多时间待在加州以外的其它州，请考虑完成该州的 ACD。

续...

关于预先护理指示 (Advance Care Directive, ACD) 的常见问题：

我没有生病，为何我需要持有 ACD？

不论您“多健康”或“多年轻”，您都可以制定一份 ACD。我们谁也不知道自己在何时或在何种情况下可能会无法自己选择想要接受的护理和不想接受的护理。年轻的成人应至少持有一份指定代理人的 ACD。

如果我未填写 ACD，我是否仍可接受治疗？

是！您仍可获得完整的医疗服务。只是您应了解，如果您病重到无法决定自己的护理，则其他人将必须替您做决定。该人士可能不了解您的需求或价值观。

关于未来的医疗保健选择,我还需要了解哪些其它信息?

根据 1990 年《医疗保健决策法》，个人拥有合法权利可以控制自己的医疗保健选择，包括是否接受生命维持治疗。考虑并与家人和医生讨论这些选择永远不嫌早。

身为患者，您可以自行决定是否要完成预先护理指示，如果您有完成预先护理指示，请告知您的代理人、家人和医生，同时向他们提供一份副本。当您入住医院或其它健康机构时，请携带一份您的预先护理指示副本，以便将其添加到您的病历中。

预先护理规划是否还有使用其它表格?

是。您可考虑使用几种不同的表格，了解这些表格之间的差异十分重要。

如我们在前文所介绍的，预先护理指示可以：

- 指定一名人士，将您的医疗意愿传达给其他人。
- 以书面方式告诉您的亲人和医护人员您未来希望接受或不希望接受的治疗类型。

然而，即使有预先护理指示，法律也规定急诊人员必须尽其所能挽救病人的生命，包括进行心肺复苏（Cardiopulmonary Resuscitation, CPR）和使用呼吸机。

生命维持治疗医嘱 (Physician Orders for Life-Sustaining Treatment, POLST)

POLST:

- 这不是预先护理指示。
- 将患者的偏好转化为医疗指示。
- 告诉急诊人员该怎么做。
急诊人员必须遵守此指示。
- 最适合患有严重疾病或身体极度虚弱的人士。

POLST 与预先护理指示表格之间的差异:

	POLST 表格	预先护理指示
文件类型	医疗指示	法律文件
应由谁填写?	医生	患者
谁需要填写此类表格?	患有严重疾病（任何年龄）或临终身体极度虚弱的患者	所有成人
是否可指定代理人?	否	是

POLST 与预先护理指示表格之间的差异：		
	POLST 表格	预先护理指示
传达哪些内容？	具体的医疗指示	整体治疗意愿
是否容易找到？	是，在大多数情况下。患者持有一份正本，一份副本存入其病历中，一份则随身携带。	否，这取决于表格的保存位置，以及该人士是否曾告知过他人有关此事，或者是否将副本交给其代理人或医生。
急诊人员是否可以遵循？	是	否

资料来源：polst.org

放弃心肺复苏术 (Do Not Resuscitate, DNR)

此表格告知急诊人员，如果您的心跳或呼吸停止，您不希望接受心肺复苏术。其中包括：

- CPR（胸部按压）
- 通过除颤器或药物使您的心脏恢复跳动
- 使用如呼吸管或辅助您呼吸的机器来协助呼吸（如果您的心脏或呼吸停止）。

DNR 表格无法阻止其它类型的生命维持护理，例如：

- 人工营养
- 缓解疼痛
- 用于提升呼吸舒适度的氧气治疗
- 治疗出血或其它医疗需求

您可以将这些意愿纳入您的预先护理指示中。

DNR 表格必须由您和您的医生签署。填写完后，应将该表格张贴在容易看见的地方，例如床边。

如果您认为自己适合签署 DNR 表格，请在下次就诊时咨询您的医生。

IEHP ACD 钱包卡

虽然最好随身携带一份预先护理指示的副本，但这不一定容易做到。这时候，IEHP ACD 钱包卡便可派上用场。

这张小卡可让其他人知道您持有 ACD。这张卡有助于确保在发生健康紧急情况时，联络适当的人士来协助您做护理选择。

请填写随附的卡片并随时随身携带。

想了解更多信息？

如果您需要协助，请致电 **1-800-440 (4347)** 与 IEHP 健康教育部团队成员联络。

在线资源

- **Prepareforyourcare.org** - 查看逐步教学视频，了解如何填写预先护理指示 PREPARE 表格。下载您所在州免费、易读的 PREPARE 表格。另有九种其它语言版本可供使用。
- **POLST California - capolst.org** - 本网站向患者和照顾者提供有关 POLST 的信息。该表格还有其它十二种语言版本可供使用。
- **器官捐献信息 - donatelifecalifornia.org** - 获取更多信息，了解器官捐献的运作方式、您可以捐献哪些器官，并注册成为捐献者。

备注

[illegible]

备注

[illegible]

备注

[illegible]



P.O. Box 1800
Rancho Cucamonga, CA 91729-1800
1-800-440-IEHP (4347)
1-800-718-4347 (TTY 使用者)



Inland Empire Health Plan

iehp.org

