

نشرة معلومات للمرضى

صدرت في يونيو 2017

التخطيط المسبق للرعاية

(Advance Care Planning)



ما هو؟ (What is it?)

التخطيط المسبق للرعاية ينطوي على وضع خطة لرعايتك الطبية في المستقبل. إذا مرضت في يوم من الأيام مرضاً شديداً ولم تعد قادراً على اتخاذ القرارات أو التواصل، يمكن لأطبائنا الرجوع إلى خطتك. يمكن أن تتضمن الخطة القدر الذي تشاءه من التفاصيل حول أهدافك الصحية ورغباتك وقيمك. تتضمن عملية التخطيط أيضاً كتابة وثيقة قانونية، تسمى التوجيهات المسبقة للرعاية (Advance Care Directive). وينبغي أن تتضمن التوجيهات تفاصيل محددة عن العلاجات الطبية والإنعاش. التخطيط المسبق للرعاية يمنحك القدرة على التحكم بصحتك. انه وسيلة للتأكد من أن فريق الرعاية يحترم رغباتك في المستقبل.

ما الذي سيقوم به طبيبي العام الآن (What will my GP do now)

لقد ناقش طبيبك العام التخطيط المسبق للرعاية معك. سيكون عليك التحدث معه عدة مرات بشأن رغباتك. على مدى الأسابيع والأشهر المقبلة، سوف تقوم أنت وطبيبك العام بمناقشة:

- فهمك لصحتك في الوقت الحالي
- ما قد يحدث بالنسبة لرعايتك واحتياجاتك الصحية في المستقبل
- ما هو مهم بالنسبة لك كي تشعر بأنك تتحكم برعايتك المستقبلية
- ما قد يحدث إذا لم يجري علاجك وفقاً للخطة
- تجاربك السابقة مع المرض
- أي قلق أو مخاوف لديك حول رعايتك الصحية الحالية والمستقبلية
- أي دعم تتلقاه في المنزل
- رأيك فيما يتعلق بالإنعاش
- رغباتك حول ما سيحدث بعد وفاتك

قد يطلب منك طبيبك العام أيضاً إكمال استمارة لخدمة الإسعاف في نيو ساوث ويلز (NSW Ambulance Service). تتيح هذه الاستمارة لسيارة الإسعاف معرفة ما هي الأدوية والعلاجات التي يمكن أن يقدموها لك إذا تم استدعاءهم.

ماذا بوسعي أن أفعل؟ (What can I do?)

استمر في التفكير بشأن خطتك وكتابتها. قم بتدوين الملاحظات والتحدث إلى الآخرين والدردشة مع طبيبك العام حول خياراتك.

- يجب أن تتضمن خطتك ما يلي:
 - قيمك وأهدافك في الحياة
 - رغباتك لمختلف السيناريوهات الصحية في المستقبل
 - تعليمات حول رعايتك إذا حدث مرض أو إصابة تهدد حياتك
 - الوصي الدائم أو الشخص المسؤول
- عندما تكتمل خطتك، عليك أن تطلع طبيبك العام عليها. يجب عليك أيضاً أن تطلع عائلتك وأصدقائك المقربين وأي شخص آخر يشارك في رعايتك أو أمورك القانونية. تذكر: يمكنك تغيير أو إلغاء خطتك أو أهدافك أو خياراتك في أي وقت.

تعريفات قانونية (Legal Definitions)

التخطيط المسبق للرعاية (Advance Care Planning)

عملية التخطيط للرعاية الصحية في المستقبل إذا صرت يوماً ما غير قادر على اتخاذ القرارات أو التواصل.

التوجيهات المسبقة للرعاية (Advance Care Directive)

وثيقة قانونية تنص على إجراءات العلاج التي يجب اتخاذها إذا كنت غير قادر على اتخاذ القرارات

خطة الرعاية التلطيفية (Palliative Care Plan)

خطة الإنعاش التي يتم التشارك بها مع سيارات الإسعاف في نيو ساوث ويلز.

الوصي الدائم أو الشخص المسؤول (Enduring Guardian or Person Responsible)

الشخص الذي يتخذ القرارات الطبية نيابة عنك إذا كنت لا تستطيع التحدث بنفسك.

ما هي الأسئلة التي علي أن أطرحها على طبيبي العام؟ (What questions should I ask my GP?)

- ما الذي يجب أن تتضمنه خطتي؟
- من يحتاج إلى الاطلاع على خطتي؟
- كم ينبغي أن يكون طول خطتي؟
- هل ستقدمون لي النصيحة حول خطتي؟
- أين أحتفظ بخطتي؟
- ماذا لو أردت تغيير خطتي؟
- كيف أعرف ما إذا كانت خطتي قد اكتملت؟
- ماذا يحدث إذا تغيرت خطتي دون علمي؟



ما هي أنواع الدعم المتاحة لي؟ (What supports are available?)

تحدث إلى طبيبك العام حول وسائل الدعم المتاحة للمساعدة في التخطيط المسبق للرعاية. يمكنك أيضاً استخدام استمارة للتأكد من عدم تفويت أي شيء. سنقوم بإدراج الاستمارات هنا.

يقدم برنامج التخطيط المسبق للرعاية «رغباتي» ("My Wishes") الدعم والتعليم بشأن وضع خطة مسبقة للرعاية.

أترغب في المزيد من المعلومات؟ (Want more information?)

إذا كنت ترغب في قراءة المزيد حول التخطيط المسبق للرعاية، فقد تستفيد من قائمة الموارد التالية:

حكومة ولاية نيو ساوث ويلز: التخطيط المسبق للرعاية: الاعلان عن رغباتكم – (Advance Care Planning: Making Your Wishes Known) health.nsw.gov.au

أدوات التخطيط المسبق (Planning Ahead Tools) planningaheadtools.com.au

حكومة جنوب أستراليا: احترام خيارات المرضى: التحدث مسبقاً عن الرعاية (Respecting Patient Choices: Advance Care Yarning) pallcare.asn.au

التخطيط المسبق للرعاية في أستراليا (Advance Care Planning Australia) advancecareplanning.org.au

المنطقة الصحية المحلية لجنوب غرب سيدني – رغباتي (South Western Sydney Local Health District – My Wishes) swslhd.nsw.gov.au (برنامج تخطيط مسبق للرعاية)