



**Một chương trình giúp quý vị đưa ra quyết định về các vấn đề y tế cho bản thân và người khác**



**Bước 1** Chọn Người Quyết Định Các Vấn Đề Y Tế

**Bước 2** Quyết Định Những Vấn Đề Quan Trọng Nhất trong Cuộc Sống

**Bước 3** Chọn Mức Độ Linh Hoạt cho Người Quyết Định của Quý Vị

**Bước 4** Cho Người Khác Biết Ước Muốn của Quý Vị về Vấn Đề Y Tế

**Bước 5** Đặt Câu Hỏi cho Đội Ngũ Chăm Sóc Y Tế

[www.PREPAREforYourCare.org](http://www.PREPAREforYourCare.org)

Copyright © The Regents of the University of California, since 2013. All rights reserved.

**Bước 1** Chọn Người Quyết Định Các Vấn Đề Y Tế

Chọn một người mà quý vị tin tưởng để giúp quý vị đưa ra quyết định trong trường hợp quý vị bị bệnh quá nặng và không thể tự mình đưa ra quyết định.

**Một người quyết định đáng tin cậy sẽ:**

- đặt câu hỏi cho bác sĩ
- tôn trọng ước muốn của quý

**Nếu hiện tại không có ai để chọn, hãy thực hiện các Bước 2, 4 và 5.**

**Cách diễn đạt:**

“Nếu trong tương lai tôi bị bệnh và không thể tự mình quyết định, quý vị có thể làm việc với bác sĩ và giúp tôi đưa ra quyết định về các vấn đề y tế không?”

**HOẶC**

“Tôi không muốn tự đưa ra quyết định về vấn đề y tế. Quý vị có thể trao đổi với bác sĩ và giúp tôi đưa ra quyết định về vấn đề y tế ngay bây giờ và trong tương lai không?”



**Bước 2** Quyết Định Những Vấn Đề Quan Trọng Nhất trong Cuộc Sống

Điều này có thể giúp quý vị quyết định lựa chọn dịch vụ chăm sóc y tế phù hợp với mình.

**Năm câu hỏi** có thể giúp quý vị quyết định những vấn đề quan trọng về chăm sóc y tế:

- 1. Đây là điều quan trọng nhất trong cuộc sống?** Bạn bè? Gia đình? Tôn giáo?
- 2. Quý vị đã có những trải nghiệm như thế nào với bệnh nặng hoặc cái chết?**
- 3. Điều gì mang lại cho quý vị chất lượng cuộc sống?** Chất lượng cuộc sống của mỗi người đều khác nhau. Có những người sẵn sàng trải qua rất nhiều khó khăn để có cơ hội sống lâu hơn. Còn những người khác biết rằng một số vấn đề sẽ ảnh hưởng xấu đến chất lượng cuộc sống của họ.
- 4. Nếu quý vị bị bệnh rất nặng, thì đâu là vấn đề quan trọng nhất đối với quý vị:**  
  
Sống lâu nhất có thể ngay cả khi quý vị nghĩ rằng chất lượng cuộc sống của mình kém?  
  
**Hay** thử phương pháp điều trị trong một thời gian nhưng dừng lại nếu quý vị thấy đau đớn?  
  
**Hay** tập trung vào chất lượng cuộc sống và cảm giác thoải mái, ngay cả khi phải rút ngắn tuổi thọ?
- 5. Quý vị có thay đổi suy nghĩ** đâu là những vấn đề quan trọng nhất trong cuộc sống của mình theo thời gian không?

### Bước 3 Chọn Mức Độ Linh Hoạt cho Người Quyết Định của Quý Vị

**Mức độ linh hoạt** cho phép người quyết định thay đổi của quý vị các quyết định trước đó nếu bác sĩ cho rằng có phương pháp khác tốt hơn cho quý vị tại thời điểm đó.

#### Cách diễn đạt:

##### Hoàn toàn linh hoạt:

“Tôi tin tưởng quý vị sẽ làm việc với bác sĩ của tôi. Quý vị có thể thay đổi những quyết định trước đây của tôi nếu có lựa chọn khác tốt hơn cho tôi vào thời điểm đó”.



##### Linh hoạt một phần:

“Quý vị có thể thay đổi những quyết định trước đây của tôi. Nhưng có một số quyết định tuyệt đối không được thay đổi. Những quyết định đó là...”



##### Không linh hoạt:

“Hãy thực hiện chính xác những ước muốn của tôi, bất kể có chuyện gì xảy ra”.



### Bước 4 Cho Người Khác Biết Ước Muốn của Quý Vị về Vấn Đề Y Tế

Điều này sẽ giúp quý vị nhận được sự chăm sóc y tế mà quý vị muốn.



#### Cách diễn đạt:

**Nói với người quyết định và đội ngũ chăm sóc y tế của quý vị:**

“Đây là vấn đề quan trọng nhất trong cuộc sống và về vấn đề chăm sóc y tế của tôi...”

**Nói với đội ngũ chăm sóc y tế, gia đình và bạn bè của quý vị:**

“Tôi chọn người này làm người quyết định và tôi muốn trao cho họ quyền (HOÀN TOÀN, MỘT PHẦN hoặc KHÔNG) linh hoạt để thay tôi đưa ra quyết định”.

**Đội ngũ chăm sóc y tế có thể giúp quý vị ghi lại ước muốn y tế của quý vị vào giấy chỉ thị trước.**

Copyright © The Regents of the University of California, since 2013. All rights reserved.

PREPARE materials can be used freely by individuals for personal use who agree to the Terms of Use. It is OK to print materials directly from the PREPARE website for individual use. Please ONLY download and use materials directly from the PREPARE website as we update materials often based on state law and other changes. It is OK to provide the “PREPAREforYourCare.org” URL in written or web-based materials. However, a license is required to use the URL or any materials in mass distribution (e.g., to send the URL via electronic health record, email, or SMS text message).

All other uses of PREPARE materials require a license, including to (i) post or distribute PREPARE PDFs or any other PREPARE materials on other parties' websites or other platforms; (ii) include PREPARE materials within other parties' print or electronic materials; (iii) modify (e.g., cobrand, white label, or change any text of) any PREPARE materials; (iv) use PREPARE materials in research, quality improvement initiatives, or for data reporting purposes; or (v) use or reproduce PREPARE materials for commercial purposes.

To learn more about the Terms of Use, go to [PREPAREforYourCare.org](https://PREPAREforYourCare.org)

### Bước 5 Đặt Câu Hỏi cho Đội Ngũ Chăm Sóc Y Tế

- Viết ra những câu hỏi từ trước.
- Đưa người nào đó đi cùng quý vị.
- Cho các nhà cung cấp dịch vụ y tế biết **ngay từ đầu buổi thăm khám** nếu quý vị có thắc mắc.



#### Cách diễn đạt:

**Hỏi đội ngũ chăm sóc y tế về:**

- Lợi ích** – những điều tốt đẹp có thể xảy ra
- Rủi ro** – những điều tồi tệ có thể xảy ra
- Các tùy chọn** cho các loại điều trị khác nhau
- Quan trọng nhất:** “Cuộc sống của tôi sẽ như thế nào sau khi điều trị? Phương pháp điều trị có giúp cải thiện chất lượng cuộc sống của tôi không?”

**Hãy chắc chắn rằng quý vị hiểu rõ:**

“Những gì tôi nghe quý vị nói là...”

“Có đúng không?”

Truy cập **PREPAREforYourCare.org** để xem các chỉ thị trước để đọc. Giấy này cho phép quý vị viết ra ước muốn của mình.