

क्या आप अपनी एडवांस केयर प्लानिंग शुरू करने के लिए तैयार हैं? प्रत्येक चरण में आपकी सहायता करने के लिए संसाधनों की जांच-सूची दी गई है।



सोचें

आपके लिए सबसे अधिक **क्या** मायने रखता है?

यदि आप अपने स्वास्थ्य और निजी देखभाल संबंधी फैसले नहीं ले सकते/सकती हैं तो आपके लिए यह कौन ले सकता/सकती है?

बात करें

निम्न के साथ **विचार विमर्श करें**:

- जिन लोगों पर आप भरोसा करते/करती हैं, तथा
- आपके/आपकी हेल्थ-केयर प्रोवाइडर्स



पुनर्विचार करें

योजना बनाएं

अपनी इच्छाओं को **दर्ज करें**।

निम्न के साथ अपनी योजना को **बाटें**:

- जिन लोगों पर आप भरोसा करते/करती हैं, तथा
- आपके/आपकी हेल्थ-केयर प्रोवाइडर्स



इस बारे में सोचें कि आपके लिए सबसे अधिक क्या मायने रखता है

मेरी इच्छाएं, मेरी देखभाल: इस बारे में सोचना

आपके भविष्य की स्वास्थ्य देखभाल और निजी देखभाल के लिए सबसे अधिक क्या मायने रखता है - जैसे भविष्य की देखभाल के लिए आपके मूल्य, धारणाएं और इच्छाएं - इस पर विचार और इसे दर्ज करने में आपकी सहायता करने के लिए **चरण-दर-चरण मार्गदर्शिका**।



इस बारे में सोचें कि यदि आप फैसला नहीं ले सकते/सकती तो आपके लिए ये कौन ले सकता/सकती है

आपको वैकल्पिक निर्णयकर्ता बनने के लिए कहा गया है, अब क्या?

अस्थाई वैकल्पिक निर्णयकर्ताओं और प्रतिनिधियों की भूमिका और उत्तरदायित्वों को समझने में आपकी सहायता करने के लिए **मार्गदर्शिका**। आप इस मार्गदर्शिका को अपने परिवार और दोस्तों को दे सकते/सकती हैं ताकि उन्हें अपनी भूमिका के लिए तैयार होने में सहायता मिले।

उन लोगों से बात करें, जिन पर आप भरोसा करते/करती हैं

कुछ इस तरह की बातचीत से आप अपने परिवार और दोस्तों के साथ बात शुरू कर सकते/सकती हैं:

- मेरी इच्छाएं, मेरी देखभाल: बातचीत शुरू करना
- बातचीत शुरू करने के कुछ और विषय



अपने/अपनी हेल्थ-केयर प्रोवाइडर्स से बात करें

सलाह और बातचीत शुरू करने के लिए इस एडवांस केयर प्लानिंग जानकारी पुस्तिका का **पृष्ठ 11** देखें।

योजना बनाएं:
अपनी एडवांस केयर प्लानिंग
तैयार करें

आवश्यक जानकारी:

आपकी इच्छाओं का उल्लेख

आपके/आपकी अस्थाई
वैकल्पिक निर्णयकर्ताओं
की सूची

मेरी इच्छाएं, मेरी देखभाल: इस बारे में सोचना

आप **मार्गदर्शिका** को एक लिखित प्रमाण के रूप में पूरा कर सकते/सकती हैं, या अपनी इच्छाओं की वीडियो या ऑडियो रिकॉर्डिंग करने के लिए इस मार्गदर्शिका की विषय वस्तु का उपयोग कर सकते/सकती हैं।



आपके/आपकी अस्थाई वैकल्पिक निर्णयकर्ताओं की सूची

टेम्पलेट जो आपको उन लोगों की संपर्क जानकारी दर्ज करने में सहायता करती है, जिन्हें आपके स्वास्थ्य देखभाल संबंधी फैसलों को लेने के लिए कहा जा सकता है, जब आप स्वयं यह नहीं कर सकते/सकती। आपको टिप्पणियां शामिल करनी चाहिए कि कौन योग्य नहीं है और क्यों।

वैकल्पिक कानूनी फॉर्म एवं चिकित्सा
आदेश:

- प्रतिनिधित्व समझौता
(कानूनी फॉर्म)

एडवांस डायरेक्टिव
(कानूनी फॉर्म)

चिकित्सा आदेश
- एमओएसटी फॉर्म
- सीपीआर को मना करने
का फॉर्म

प्रतिनिधित्व समझौते के बारे में जानें

दो अलग-अलग प्रकार के प्रतिनिधित्व समझौतों और उन्हें बनाने के तरीकों को समझने में आपकी सहायता करने के लिए मार्गदर्शिका:

- **स्टैंडर्ड प्रतिनिधित्व समझौते के बारे में (सेक्शन 7)**
- **एन्हेन्सड प्रतिनिधित्व समझौते के बारे में (सेक्शन 9)**

एडवांस डायरेक्टिव

एडवांस डायरेक्टिव बनाने से पहले अपने डॉक्टर से बात करें। ब्रिटिश कोलंबिया की सरकार एडवांस केयर प्लानिंग मार्गदर्शिका में एक टेम्पलेट प्रदान करती है - **माई वॉयस: एक्सप्रेसिंग माई विश फॉर फ्यूचर हेल्थ केयर ट्रीटमेंट (पृष्ठ 50)**।

चिकित्सा आदेश के बारे में जानें

ब्रिटिश कोलंबिया में स्वास्थ्य देखभाल संबंधी निर्देशों को दर्ज करने के लिए दो चिकित्सा आदेश उपलब्ध हैं। इन्हें डॉक्टर या नर्स प्रैक्टिशनर के साथ भरा जाना चाहिए।

- **मेडिकल ऑर्डर्स फॉर स्कोप ऑफ ट्रीटमेंट (एमओएसटी) फॉर्म** के बारे में जानकारी
- **नो कार्डियो-पल्मोनरी रिससिटेशन (सीपीआर) फॉर्म** के बारे में जानकारी

अपने प्लान को किसी सुरक्षित स्थान पर रखें जहां आवश्यकता पड़ने पर इसे आसानी से ढूंढा जा सके (जैसे फ्रिज पर)। अपने साथ अपनी जानकारी को ले जाने के लिए यहां एडवांस केयर प्लानिंग **वॉलेट कार्ड** है।

अपनी योजना अपने/अपनी हेल्थ-केयर प्रोवाइडर और उन लोगों को बताएं जिन पर आप भरोसा करते/करती हैं।

नियमित अंतराल पर और किसी परिवर्तन की स्थिति में अपनी योजना पर पुनर्विचार करें।



एडवांस केयर प्लानिंग के बारे में अधिक संसाधनों के लिए, देखें: bc-cpc.ca/acpresources

इस पहल की प्रस्तुति कैंनेडा की पब्लिक हेल्थ एजेंसी से प्राप्त आर्थिक सहायता से संभव हुई है।

यह आवश्यक नहीं कि यहां व्यक्त किए गए विचार कैंनेडा की पब्लिक हेल्थ एजेंसी के विचारों का प्रतिनिधित्व करते हों।