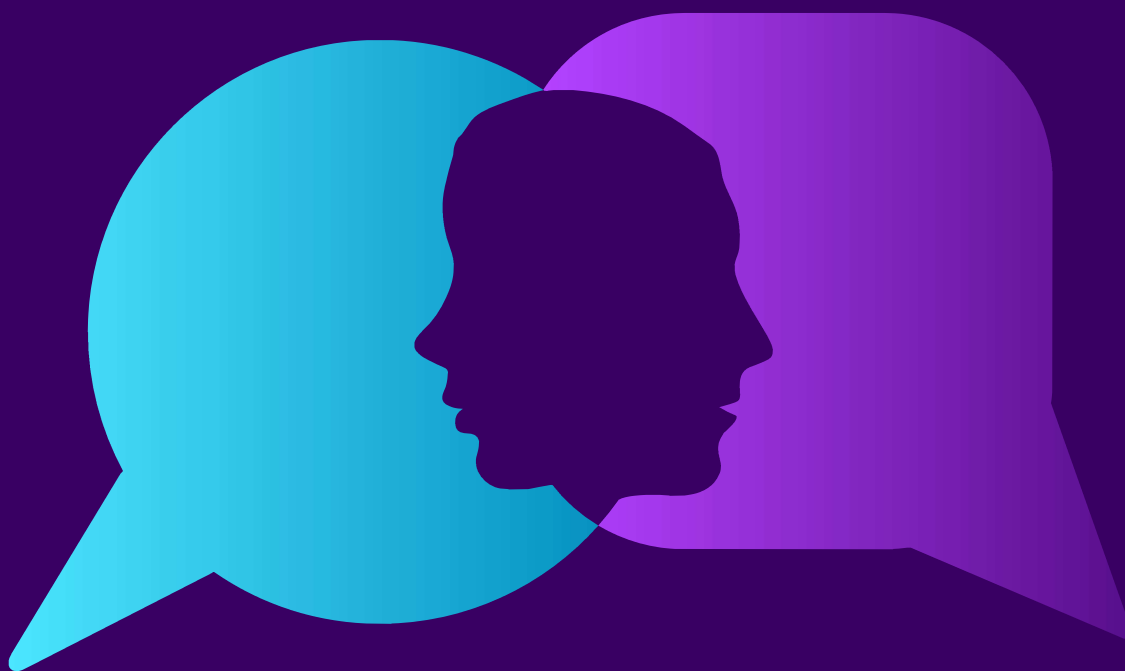




護理與患者照護服務部
(Department of Nursing and Patient Care Services)
預先照護規劃計畫
(Advance Care Planning Program)

預先照護規劃 (ACP) 綜合指南



2024 版

本指南旨在幫助您開始著手自己的預先照護規劃。指南中包括見解、逐步指示、幫助您制定計畫的提示，與您的價值觀、目標和信仰一致。我們鼓勵您在空白處寫下您的想法，並與您的代理人、親人和提供者分享。

規劃未來永遠不嫌早！

在 NYU Langone Health，我們致力於提供以人為本的高品質照護。

這包括為患者與家人提供機會，就患者健康進行有意義的對話。他們可以透過這種方式讓我們知道，如果意外事件或疾病導致患者無法溝通，他們想要哪種類型的健康照護。參與這些對話並記錄其結果是一整套流程。此流程稱為預先照護規劃 (Advance Care Planning, ACP)。

生活是不可預測的，因此 ACP 對每個人都很重要。這與年齡或目前的健康狀況無關。這就是為什麼我們設計本指南來幫助您開始著手自己的 ACP。指南中包括見解與逐步指示，還提供相關提示，以幫助您制定與您的價值觀、目標和信仰相符的計畫。

該從哪裡開始？

一步一步來

預先照護規劃是一整套流程。不必馬上全部完成。您需要花點時間思考、交談，並找出最適合您的計畫。

步驟 1

考慮您的未來照護願望..... 3

步驟 2

選擇健康照護代理人..... 5

步驟 3

記錄您的未來照護願望..... 6

步驟 4

分享您的未來照護願望..... 8

步驟 1

考慮您的未來照護願望

這需要思考：

- 可接受的生活品質對您意味著什麼
- 瞭解您的健康狀況
- 您可能會出現哪些潛在的併發症

考慮您的願望時，請思考以下問題與陳述：

- 是什麼賦予了我人生的目的和意義？
- 身體與心理健康的哪些方面對我來說最重要？
- 宗教、精神、文化或傳統信仰是否會影響我所接受的健康照護類型？
- 當我思考未來時，我想避免_____。
- 對我來說，不可接受的生活品質是什麼樣的？
- 只要我能夠_____，我就希望能夠活下去。
- 在什麼情況下，我會決定將治療目標從延長生命改為關注舒適度？

您還應該考慮與提供者討論以下內容：

- 您目前的健康狀況
- 您的病情可能導致的任何潛在併發症
- 您或您的家人將來可能必須做出哪些決定

反思您的價值觀與信仰：

當您的健康照護代理人（請參閱第 3 頁以瞭解定義）與親人知道什麼對您最重要時，他們可以安心地為您做出健康照護決定。這些決定可以反映您是誰以及您關心什麼。回答以下問題可以幫助您與您的親人更好地瞭解對您來說什麼是重要的：

您有過哪些重病的經驗？您能想到一位罹患重病或受傷（例如，在車禍中受傷）的家人或朋友嗎？您從那次經驗中學到了什麼？

美好生活對您來說意味著什麼？如果您過了愉快的一天，那這一天會發生什麼事？您會和誰交談？您會做些什麼？

您有哪些文化、宗教、精神或個人信仰（如果有）可以幫助您選擇想要的照護？或者不想要的照護？

設想一下這樣的情況：

突發事件（例如車禍、疾病或現有醫療狀況引起的併發症）使您無法溝通。您正在接受維持生命所需的所有照護。醫生認為，您幾乎不可能恢復知道自己是誰或與誰在一起的能力。

您願意繼續接受醫學治療以維持生命嗎？或者，您願意停止接受維持生命的醫學治療嗎？

無論哪種情況，您都會感到舒適。

請寫下給您的健康照護代理人與照護團隊的任何其他指示：

步驟 2

選擇健康照護代理人

健康照護代理人是您指定的成年人，在您無法自己做決定時為您做出決定。合適的健康照護代理人應是這樣的：

- 您信任且非常瞭解您
- 能夠在危急時刻安心做出決定
- 即使有人不同意，也會代表您做出決定
- 可透過電話輕鬆聯絡到
- 同意擔任此角色

考慮您的願望時，請思考以下問題與陳述：

- 我認識的人中有人可以擔任此角色嗎？
- 我準備好讓他們擔任此角色了嗎？

您還應該考慮以下內容：

- 許多人選擇 2 名代理人：主要代理人 and 替補代理人
- 此人不需要住在您的附近

重要須知：

如果您失去了自己做出醫療決定的能力，並且沒有預立醫療指示，我們將根據《家庭健康照護決定法案》(Family Health Care Decisions Act) 中列出的代理人清單（如果有）為您選擇一位代理決策者。如果沒有法院指定的監護人在場，代理人清單如下：

- 配偶（若並未合法分居）或同居伴侶
- 成年子女
- 父母
- 成年兄弟姊妹
- 密友

步驟 3

記錄您的未來照護願望

預先照護規劃文件分為 2 類：

- 預立醫療指示 - 如果您無法自行表達，這些指示將表達您的醫療意願
- 醫囑 - 這些醫囑由您的提供者簽署，涉及為數不多的關鍵醫療決定

請查看下面的描述，以瞭解哪些文件適合您。

預立醫療指示

健康照護委託書

紐約州健康照護委託書可讓您指定 1 名或 2 名健康照護代理人。如果您無法做出醫療決定，代理人將為您做出醫療決定。您的健康照護代理人應年滿 18 歲。除了指定的健康照護代理人以外，任何成年人都可以見證該委託書。

医疗护理委托书

(1) 我，
在此指定
(姓名、家庭住址及联系电话)

作为我的医疗护理代理人。除我另作声明外，其将为我做出任何及一切医疗护理决定。该委托书在我无法自行做出医疗护理决定时生效。

(2) 可选：候补代理人
如果我指定的上述个人不能、不愿意或无法到场作为我的医疗护理代理人做出决定，我在此指定
(姓名、家庭住址及联系电话)

作为我的医疗护理代理人。除我另作声明外，其将为我做出任何及一切医疗护理决定。

(3) 除我撤销委托书或声明委托书失效日期或失效条件外，此委托书将无限期地保持有效。(可选：如果您希望设置此委托书的失效时间，请在注册时注明失效条件。)该委托书将在以下日期或出现以下情况时失效(注明日期或条件)：

(4) 可选：我指定我的医疗护理代理人根据其所知的或如下所述的我的意愿及限制条件做出医疗护理决定。(如果您希望限制您的代理人为您做出医疗护理决定的权限或给出具体指示，您可在以下注明您的意愿或限制。)我指定我的医疗护理代理人根据以下限制和/或说明做出医疗护理决定(可删除需要删除外理加页码)：

为了使您的代理人能够为年轻人下营养和水分补充(通过静脉和静脉注射供应营养剂)做出医疗护理决定，您的代理人必须以合理方式知晓您的意愿。您也可告知代理人您的意愿为何或在本书中注明您的意愿。如果您选择在此表上注明自己的意愿(包括人工营养和水分补充相关意愿)，请参见您所使用的示例语言说明。

(5) 您的身份 (请用正楷填写)
您的姓名 _____
您的签名 _____ 日期 _____
您的地址 _____

(6) 可选：器官和/或组织捐赠
我据此做出捐赠决定，在我去世后立即生效，并选择将以下部分捐赠：
(勾选任何适用项)
 任何为他人所捐的器官和/或组织
 以下器官和/或组织 _____
 限制
即使您未在此表格上表达自己有关器官和/或组织捐赠的意愿或指示，也并不意味着您不希望进行捐赠或禁止有人在法律允许的前提下代表您同意捐赠。
您的签名 _____ 日期 _____

(7) 见证人声明 (见证人必须年满 18 周岁或以上，并且不能同时作为医疗护理代理人或候补代理人。)
我声明，我本人熟悉签署此文件者，其心智健全且出于自愿做出相应行为。其在我在场的情况下签署(或经其请求他人代为签署)此文件。
见证人 1
日期 _____
姓名(正楷填写) _____
签名 _____
地址 _____
见证人 2
日期 _____
姓名(正楷填写) _____
签名 _____
地址 _____



1401 (Chinese Simplified)

8/22

生前遺囑

生前遺囑是您醫療意願的書面聲明。如果您在未來失去自己做決定的能力，則應遵循生前遺囑。紐約州沒有標準的生前遺囑表格。但是，紐約州承認任何能夠提供明確且令人信服的證據來證明意願的生前遺囑。

醫囑

MOLST 表格

在紐約州，首選醫囑是維持生命治療醫囑 (Medical Orders for Life-Sustaining Treatment, MOLST) 表格。此醫囑表格必須由醫生或執業護理師 (Nurse Practitioner, NP) 簽署。在任何情況下，紐約州所有健康照護專業人員，包括緊急醫療服務技術人員 (Emergency Medical Service Technician, EMT)，都會遵守這些表格。

MOLST 表格涉及維持生命治療的意願。該表格並不適合所有人。它專為居住在長期照護機構或在家中接受長期照護服務的人而設計。那些可能在明年去世的人也可以使用。

如果您認為 MOLST 表格可能適合您，請諮詢您的醫生或執業護理師。

步驟 4

分享您的未來照護願望

與親人討論未來的照護願望可能很困難。然而，與最親近的人分享您的願望非常重要。

以下一些提示可以幫助您做到這一點：

- 與您指定的健康照護代理人討論，如果您無法做出決定，您希望他們如何為您做出決定。
- 與您認為應該瞭解您意願的任何其他朋友或家人交談。
- 與您的提供者分享您的決定。
- 將您的預立醫療指示與醫囑表格副本提供給您的健康照護代理人和提供者。您還應該將副本交給您認為應該持有這些文件的任何其他朋友或家人。

後續步驟

- 與您的健康照護代理人交談。
- 與預先照護規劃協調員會面。
- 填寫健康照護委託書。
- 將您的健康照護委託書的副本提供給您的健康照護代理人與健康照護專業人員。
- 與您的其他家人和親人交談。告訴他們您的健康照護代理人是誰，以及您的意願是什麼。
- 如果您患有嚴重疾病，請與您的醫生討論填寫 MOLST 事宜。
- 將您的預立醫療指示與 MOLST（如果有）放在其他人可輕鬆找到的地方。
- 如果您前往醫院或療養院，請隨身攜帶您的預立醫療指示與/或 MOLST 的副本。同時要求將這些文件放入您的病歷中。
- 時不時查看您的健康照護委託書與 MOLST（如果有）。

有問題嗎？請聯絡 NYU Langone Health 的預先照護規劃計畫：
advancecareplanning@nyulangone.org 或者 212-263-0416。

預先照護規劃、預立醫療指示與醫囑 常見問題

參與預先照護規劃可能會帶來許多問題。
請參閱下文以瞭解常見問題的答案。

我的健康照護代理人需要住在我附近嗎？

不需要。但是，他們應該很容易透過電話聯絡到。

我的健康照護代理人有哪些責任？

如果您無法說話，您的代理人將代表您發聲。他們的任務是做出醫療決定，如果您可以，您也會做出這樣的決定。

誰可以見證健康照護委託書？

除了您指定的代理人之外，任何年滿 18 歲的人都可以。

我很健康。我需要預立醫療指示嗎？

當然。預立醫療指示對所有成年人都很重要。此文件記錄了我們的健康照護偏好，適用於意外疾病或突發事件導致我們無法自行做出決定的情況。

我需要律師與公證人來完成我的預立醫療指示嗎？

不需要。在紐約州，預立醫療指示必須由患者簽署且有兩名 18 歲以上的見證人，見證人不能是指定的代理人。不需要公證人。

我可以記錄我的器官捐贈意願嗎？

可以。在紐約，任何年滿 18 歲且有能力做出決定的人都可以在去世後捐贈其身體的任何或全部部位。人們可以向任何醫院、外科醫生、醫生、經認證的醫學院、儲存設施、協助器官和組織捐贈的特定個人或機構捐贈。

您可以透過以下方式表達您成為器官捐贈者的願望：

- 在健康照護委託書上註明這一點
- 在生前遺囑上註明這一點
- 在紐約州器官與組織捐贈者登記處 (New York State Organ and Tissue Donor Registry) 註冊
- 在紐約州車輛管理局 (New York State Department of Motor Vehicles) 註冊
- 在選舉委員會註冊
- 如果您勾選駕照上的器官捐贈方塊，將自動為您註冊。如果您在非駕駛員身分證申請表或續期表上勾選器官捐贈方塊，也將自動為您註冊。

如果我不是紐約州居民，該怎麼辦？

對於有效預立醫療指示的要求，每個州都有自己的法律。各州可能會尊重彼此的文件，但並不能保證一定是這樣。建議您在家鄉州與工作所在的州完成醫療指示。您可能還想在您度過大部分時間的任何州完成醫療指示。

如果我的健康照護代理人知道我的意願，我還需要填寫 MOLST 表格嗎？

如果您希望限制維持生命的治療，那麼答案是需要。任何治療限制（例如 DNR）皆應記錄在 MOLST 表格上。這是為了確保您的意願在醫院外得到尊重。

完成預立醫療指示後，我該如何處理？

在緊急情況下，提供您的預立醫療指示至關重要。因此，應將副本提供給以下人員並放置在以下地點：

- 您指定的每位健康照護代理人
- 您的提供者
- 最有可能為您提供治療的醫院
- 家中安全且方便的地方，您最親近的人都可以找到它

預立醫療指示會過期嗎？

雖然預立醫療指示不會過期（除非您特別指定了過期日期），但建議您在出現以下 5 種情況之一時查看預立醫療指示：

- 親人過世
- 離婚或分居
- 十年或其他具有里程碑意義的生日
- 診斷出重大疾病或受傷
- 您的健康狀況惡化

我可以取消健康照護委託書嗎？

您可以隨時變更或取消您的預立醫療指示。

我可以指定專人負責處理我的遺體嗎？

可以。您可以填寫以下表格來制定代理人：

[指定代理人管理遺體處置表格。](#)

什麼是 CPR？

CPR 是心肺復甦術 (Cardiopulmonary Resuscitation)。可以使用此技術處理心臟或呼吸停止的情況。CPR 可能包括以下一項或所有操作：

- 胸外按壓
- 插管
- 除顫
- 重啟心臟的藥物

什麼是 DNR？

DNR 代表不要復甦 (**Do Not Resuscitate**)。人們可以決定，如果自己心臟或呼吸停止，不希望他人嘗試為自己復甦，就會發出 DNR 指示。

為什麼有人會選擇 DNR？

這些都是個人決定。有些人認為，接受 CPR 後恢復到可接受的生活品質的可能性太低，對他們來說不值得。這個話題很重要，您需要與您的提供者進行討論。

什麼是插管？

插管是一種可用於呼吸窘迫患者的手術，也是 CPR 的一部分。將一根柔性塑膠管從您的嘴放入您的氣道。該塑膠管使氣道保持暢通，以便空氣可以進入肺部。此管連接到呼吸機。

如何取消 DNR？

您可以隨時以任何方式取消 DNR 指示，以表達您的意願。建議與您的提供者討論取消事宜。

什麼是緩和療護？

緩和照護是適用於罹患嚴重疾病之患者的專門照護。這種方法涉及不同學科，共同關注疼痛與症狀管理。目標是最大限度提高生活品質。

什麼是安寧照護？

安寧照護可能適合預計壽命還有 6 個月或更短時間的患者。照護重點是讓患者感到舒適以及管理任何類型的痛苦。這包括緩解疼痛和其他身體症狀，以及情緒或存在的痛苦。安寧照護可以在不同的環境中提供：

- 家裡
- 療養院
- 輔助生活設施
- 安寧照護中心



內容改編自《對話入門指南》(Your Conversation Starter Guide)

對話專案 (The Conversation Project) (theconversationproject.org)：健康照護改善研究所的倡議 (IHI；ihi.org)

由 Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License 授權，

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>