



一個跟醫療決策有關的計劃，可以幫助您為自己和其他人做出醫療決定。



第一步 選擇一位醫療代理人

第二步 決定生活中最重要的是什麼

第三步 選擇要給您的醫療代理人保留多少的選擇空間

第四步 告訴他人您的醫療意願

第五步 向醫療護理團隊提出問題

第一步 選擇一位醫療代理人

假如您日後病重無法自己做決定時，選擇一位您可信任的人來替您做出醫療決定。

一位稱職的醫療代理人會：

- 對醫生提問
- 尊重您的意願

如果現在您不知道要選誰，請先做第二、四和五步。

如何提出您的要求：

「當我日後病重無法自己做決定時，你是否願意和我的醫生合作，幫我做醫療決定嗎？」

或者

「因為我不想為自己做醫療決定，所以不管現在或將來，你是否願意和我的醫生討論來幫我做醫療決定嗎？」



第二步

決定生活中最重要的 是什麼

這可以幫助您決定最適合您的醫療照護。



醫療照護，什麼對您是重要的？這五個問題可以幫助您決定：

- 一、生活中最重要的是什麼？朋友？家人？宗教？
- 二、您有得過什麼嚴重疾病或是瀕死的經驗？
- 三、什麼能讓您生活得舒適有品質？每個人對生活品質的看法都不相同。有些人願意承受很多折磨，只希望有機會活得更久。其他人知道某些事情會嚴重影響她/他的生活品質。
- 四、如果您病重，什麼對您是最重要的：
 - 盡可能活得更久，即使您認為您的生活品質很差？
 - 或者，先嘗試治療一段時間，但是若您很痛苦便停止治療？
 - 或者，要注重生活的品質和舒適，即使會縮短您生命？
- 五、關於生活中最重要的是什麼，您有沒有改變了您的想法呢？

第三步

選擇要給您的醫療代理人保留多少的選擇空間

如果到時候醫生認為有更適合您的選項，讓您的代理人有改變您先前決定的彈性。

如何表達：

有完全的彈性：

「我信任你能和我的醫生合作。如果到時候你和醫生認為有其它更好更適合我的選擇，你可以改變我之前的決定。」



有一些彈性：

「如果有必要的話，你可以改變我之前的決定。可是有些決定我絕對不要你改變。這些決定是……」



毫無彈性：

「無論什麼情況，我都要你能完全遵從我的醫療意願。」



第四步

告訴他人您的醫療意願

這可以幫助您得到您想要的醫療照護。

如何表達：

向您的醫療代理人和醫療護理團隊說：

「人生中最重要的事是我的醫療照護心願是…」

向您的醫療護理團隊、家人和朋友說：

「我選擇了這位（某人）做我的醫療代理人，並且，在替我做決定時，我要給他 / 她（全面的、一些的還是沒有任何的）選擇空間。」

您的醫療護理團隊可以幫助您將醫療心願填寫在醫療照護事前指示書上。



第五步

向醫療護理團隊提出問

- 在就診前記下問題。
- 讓某人陪您一起就診。
- 在就診一開始的時候就告訴醫護人您有問題。



如何表達：

向醫療護理團隊詢問：

- 得益 – 治療可能會帶來的好處
- 風險 – 治療可能會造成的副面影響
- 其他治療選項
- 最重要的是：「我的生活在治療後會是什麼樣的？治療是否會幫助提升我的生活品質？」

為確保您瞭解：

詢問對方：「聽你所說的，你的意思是……。是這樣嗎？」

前往 PREPAREforyourcare.org 獲得簡單易讀的醫療照護事前指示書。這些指示書使您能夠以書面形式記錄您的心願。