

预定护理计划工具书 安大略省版



什么对您的健康和福祉很重要？
当您不能为自己的健康护理做决定时，
谁会为您讲话？
现在就开始这个对话。



安大略省“讲出您的心愿”组织
安大略省临终关怀机构，安大略省
多伦多市 Carlton 街2号, 808室,
M5B 1J3

和他人分享您所重视的事情。这很重要!

生活可以瞬间改变。请帮助您的替代决策人 (SDM) 做好准备。设想以下的情况:

您丧偶的母亲中风了, 无法为自己说话。您是否知道什么对她重要 (她重视什么)? 她希望您如何为她做出决定? 谁将代表她做出健康和个人护理决定? 谁将是您母亲的替代决策人 (SDM)? 您? 您的兄弟姐妹?

您发生了严重的车祸。您已经失去了为自己说话或做出决定的能力。您是否曾与SDM讨论过当他们必须为您做出决定时什么对您而言很重要?

您患有早期痴呆症, 并且您希望可以帮助您的家人为将来成为您的SDM做好准备。您是否考虑过他们应该了解哪些情况才能在需要的时候为您做出最佳决定?

我们无法知道将来可能会面对的医疗决策, 但我们确实知道生活质量对我们意味着什么, 以及哪些价值和意愿会影响我们的医疗决策。您的SDM也需要知道

本工具书中的信息旨在作为公共服务, 仅供一般参考。我们尽一切努力确保信息的准确性。但是, 此信息不被视为法律, 医学或财务建议, 并且不能代替您可能会得到的特定的医学, 法律或财务建议或对此类建议的需求。如果您对自己或他人的合法权利有任何疑问, 请咨询律师或联系社区法律事务所。

这本工具书中的信息包括:

什么是预定护理计划 (ACP)?

为什么ACP很重要?

谁是您的SDM?

您的SDM会做什么?

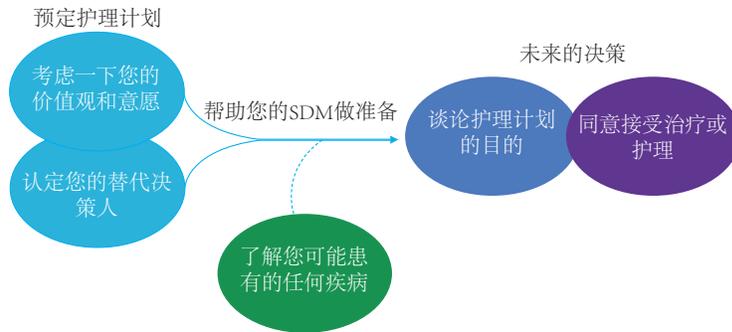
您应该与SDM讨论什么?



有关预定护理计划的信息

什么是预定护理计划?

- 预定护理计划 (ACP) 是了解根据安大略省法律, 谁将成为您的替代决策人 (SDM), 并确定您是否想让这个人担任该角色。(第6和7页对此有更多介绍)
- ACP帮助您考量并分享您的价值观, 信念和意愿, 以备将来之需。
- ACP是与您的SDM分享您的价值观和信念。您可以通过这个过程, 帮助您的SDM做好准备, 以便将来当您无法为自己说话时, 您的SDM可以为您做出有关医疗护理的决定。
- ACP不是为将来的治疗做决定。



为什么 ACP很重要?

ACP很重要, 因为它会帮助您的SDM做好准备, 在您没有心智能力的情况下为您做出是否同意治疗的决定。

具有心智能力意味着您必须具备以下两种能力:

1. 在您要做出决定时, 您明白与其相关的信息: 为什么推荐这种治疗方法? 同意或拒绝接受这个治疗的好处是什么? 还有其他选择吗?
并且
2. 明白同意或者拒绝这个治疗的后果是什么: 这个治疗会如何帮助或伤害您? 如果您接受 (或者决定不接受) 这个治疗, 可能会发生那些情况?

您的医疗护理提供者将确定您是否有心智能力为自己做出的医疗护理决定。(如果您不同意, 在安大略省, 您有权要求“同意和能力委员会” [Consent and Capacity Board] 审查该认定。)

如果您不具备心智能力为自己做出医疗决定, 那么您的SDM将要为您做决定。如果您的SDM了解对您来说什么很重要, 这会对他们有很大帮助。您现在进行ACP的对话会让您的SDM在将来更容易地做决定, 因为他们不必在困难的情况下猜测您的意愿。



这位是安女士。她现在72岁。除了偶尔的感冒和左膝盖的关节炎, 她还是挺健康的。

安女士没有结婚。她的母亲现在96岁。她有两个姐妹。



这位是老张。他现在76岁。

老张得知他呼吸困难是因为他有心力衰竭

老张的妻子六年前去世了。他有三个孩子。

小王现在48岁。她最近在胸部发现了一个肿块。



她得知这个是早期的乳癌。她现在正在准备手术。

小王结婚了并且有一个儿子和一个女儿。

有关预定护理计划的信息

SDM会做出哪些类型的决定?

如果您不能为自己说话，您的SDM将为您做出医疗护理的决定。这些决定将基于您已经表达的意愿，价值观和信念。

这些决定应该包括例如以下的内容:

- 是否接受测试，手术，或其他医疗护理
- 是否停止或开始一种治疗
- 是否搬入一个长期护理院

我的SDM会如何基于我的意愿为我在未来做决定?

当您的SDM需要为您做出决定时，他(她)会被要求为您设身处地考虑。也就是说，他们必须要尽量做出您应该会做出的决定。和您的SDM分享交流您的价值观和意愿会帮助他们在将来能胜任这项任务。第14页有更详细的信息。

如果您身体健康，那么谈论预定护理计划就像是为不可预知的事件上“保险”。

当您有慢性或者严重的健康状况，ACP讨论应该包括了解相关的健康状况，以及随着时间的推移，它们会如何影响您的生活。

请您注意，您和您的SDM只能同意或拒绝一项治疗，您不能要求某种治疗。提供何种治疗是由医疗保健提供者根据您的健康状况而决定的。

我在谈论我的意愿时，应该包括哪些内容?

考虑一下什么对您的健康和福祉很重要?如果您的SDM需要代替您做出决定，他们需要知道什么?

例如，对于有些人，能够和他人交流和互动是最重要的。在第10页和第11页上您能够找到一些和您的SDM应该交流什么内容的建议。

我们不太可能确定我们以后会有什么样的健康问题。为您的SDM提供信息可以帮助他们做出很多不同的决定。

只是单纯讨论例如生命维持措施或喂食管之类的治疗方法并没有帮助。您一定还要告诉您的SDM哪些情况可以接受，哪些情况不可以接受。例如，如果您的病情可以被治愈，并且仍然可以与人沟通，那么使用喂食管也许是可以接受的。

帮助您的SDM了解什么对您最重要和您做决定的方法，这些都会对他们很有用处。

一个健康的人和一个患有疾病或有严重健康状况的人在进行ACP讨论时是不一样的。严重的疾病包括心脏病、肺病、中风或者痴呆。

有关预定护理计划的信息

什么是进行ACP讨论的“恰当”时机？

恰当的时机是由您决定的。关键是当您进行这些讨论时，您感觉良好，并且有时间考虑什么对您是最重要的。

如果您觉得您还没有准备好谈论您的价值观和意愿，这没有关系。这本工具书为您提供如何认定您的SDM的信息。这是ACP重要的第一步。

安女士、老张和小王可能会帮助您使用这本工具书。他们处于不同的生活和健康状况。



安女士之前并不知道ACP，直到在一次常规检查时，一个护师告诉了她这个计划她会看一下这本工具书并且会在下次检查前考虑一下她的SDM



老张的兄弟在不久前进了重症监护室。老张每天都去探望他的兄弟。老张自己在不久前也住进了医院。他担心他的心脏病，并且想讨论一下以后会发生什么事情。



小王对于她的癌症治疗很乐观。但是她担心她的丈夫在将来需要为她做决定的时候可能会有困难。她想今天就谈一下ACP以便帮助她的丈夫做好准备

我应该如何开始和我的SDM进行讨论？

您可以参考这些建议：

直截了当

“目前我的身体很好，但是我想和你谈谈如果我生病并需要你为我做决定时，我可能会有的一些想法。我有一本工具书可以帮助我们了解如何入手。

我能不能给你看一下这本书？”

从您的家人和朋友那里找到一个例子

“你还记得我的朋友弗兰克，就是昏迷了一段时间的那个人？我不知道他是不是愿意这样，或者他家里人知不知道他想要什么。我想趁我现在身体还好的时候，和你谈谈这些事。”

引用他人或者从新闻中找例子

“我的医生希望我考虑一下，如果我不能为自己做出医疗护理的决定，谁将成为我的替代决策人，他还建议我进行‘预定护理计划’。你会帮我吗？”

“那个关于家人为母亲的照顾而争论的故事使我意识到我们应该谈论这些事情，这样我们的家庭就不会发生同样的事情。

请记住：

您的SDM只会在您自己没有能力为自己做出决定的时候，才会为您做决定。您可以随时改变您的意愿。请随时告知您的SDM。

第6页有如何认定您的SDM的信息。

认定您的替代决策人

在安大略省法律中，“替代决策人”（SDM）是指当您无法做出有关健康和个人护理决定时，代替您做出决定的人。

您是否知道安大略省的每个人都有一个可以做出健康护理决定的SDM，即使他们从未具体指定过一个SDM。

《医疗护理同意法》（Health Care Consent Act）提供了可能自动成为您的SDM的等级体系（排名列表）。这个SDM的等级体系包括：

- 通过法律程序任命的人
- 有权利自动成为SDM的家庭成员 (您不需要采取任何行动去任命他们)
- 最终的SDM

在此列表中排名最高，并且满足安大略省SDM要求的那个人是自动成为您的SDM的人。该SDM有权根据安大略省法律代表您。Speakupontario.ca 网站上有关于等级体系的详细信息。



安女士的自动SDM是她的母亲。



老张有三个孩子。他们会分享成为他SDM的权利。



小王的自动SDM是她的丈夫。

法院任命的监护人	合法指定的SDM
处理有关个人护理事务的委托人	
“同意和能力委员会”任命的代表	
配偶或伴侣	自动成为SDM的家庭成员
父母或子女	
只有探访权的父母	
兄弟姐妹	
其他亲戚	最终的SDM
公众监护人和受托人	

《安大略省健康护理同意法》，1996

谁可以自动成为您SDM?

在安大略省，作为一个决策人，您必须：

- i) 具备心智能力能够理解推荐的治疗方案，并能够领会同意或拒绝治疗决定的后果
- ii) 至少年满16岁（除非您是那个需要您做决定的人的父母）
- iii) 法院命令或分居协议未禁止您充当SDM
- iv) 可以被联系到（例如：会面、电话或电子邮件）
- v) 愿意担任SDM

如果有多个人有权担任我的SDM怎么办？

在等级体系的同一层次上可能有多个人。如果他们在等级体系中排名最高，那么他们会自动为您做决定。他们必须一起（共同）做出决策，或者在彼此之间确定哪个人将充当您的SDM。

例如，如果您有三个孩子（列表中的#5），则所有这三个孩子都有权充当您的SDM。他们必须共同决策，并就您的医疗护理决定达成一致，或者他们可以同意只有其中一个人为您做决定。健康从业人员不能从三者中选择一个应该为您做决定的人。这三个孩子必须在彼此之间决定是否共同决策，或者决定其中一个做出决定。

如果同样有权担任您的SDM的人无法就您的治疗决定达成共识，则必须由公共监护人和受托人担任您的SDM。公共监护人和受托人不会在意见不同的决策人之间做出选择，而是做出独立的决定。

关于您的SDM，还有什么需要考虑的重要事项？

您的SDM应该是您认为能够理解并兑现您的意愿的人。

- 即使他们不同意我的意愿，我是否会信任这个人能做出反映我意愿的决定？
- 他们能否在压力下做出决定？
- 我可以和这个人讨论我的意愿，价值观和信念吗？
- 在压力很大的情况下，他们可以与我的医疗团队清楚地沟通吗？





安女士选择任命她的两个姐妹作为联合个人护理委托人，而不是可以自动成为SDM的母亲。



老张的孩子之间关系不好。在看了SDM的职责之后，他决定任命他第二个孩子成为他个人护理的委托人。



小王觉得她的丈夫作为她的SDM没有问题。

请注意：

个人护理授权书不赋予个人做出有关您的财产或财务状况的决定的能力。对于财产和财务，您必须准备财产授权书。

如果我想选择某人作为我的SDM怎么办？

如果您不愿意让在等级体系（第七页）中自动成为SDM的人为您做决定，那么您可以选择一个人，或多个人成为您的SDM。您需要通过准备一份称为“个人护理委托书”（POAPC）的文件来进行任命。POAPC是一种SDM，在自动等级体系中排名第二。

个人护理委托书是书面文件，其中您指定某人为您的委托人。“Attorney”一词并不意味着律师。在这种情况下，这是SDM的一种。

您必须要年满16岁才可以签署POAPC。您还必须要具备心智能力明白文件的内容和您在文件中提出的规则。

为了有效，该文件必须：

- 由您自愿签署
- 由您在两名证人在场的情况下签字
- 由两个证人在您面前签名。

有关安大略省个人护理委托书的更多信息，请访问：

- 安大略省检察总长
<https://www.attorneygeneral.jus.gov.on.ca/english/family/pgt/poa.pdf>
- 老年人权利主张中心
<http://www.advocacycentreelderly.org/>
- 安大略省社区法律教育
www.cleo.on.ca



关于SDM以及讨论意愿的问题

SDM如何做决定？

您的SDM不可以根据他们的意愿和价值观为您做决定。他们必须尊重并运用您在仍然有心智能力时所表达的意愿，价值观和信念而做决定。

如果您的意愿不明，那么您的SDM应该根据您的“最佳利益”行事。“最佳利益”在法律上具有特定含义：您的SDM必须考虑您的价值观和信念。他们还要考虑：

- 您的健康状况；
- 如果不接受治疗，您的状况会有改善，保持不变，还是恶化；
- 治疗方案的风险和益处。

SDM不必遵循不可能兑现的意愿。有很多因素可能让一些意愿不能兑现。决定会基于您的健康状况和护理需求，财务状况以及有多少人可以帮忙照顾您。例如，您可能会告诉您的SDM希望留在家里，但是根据您的需要，医院或者长期护理院是最好的选择。

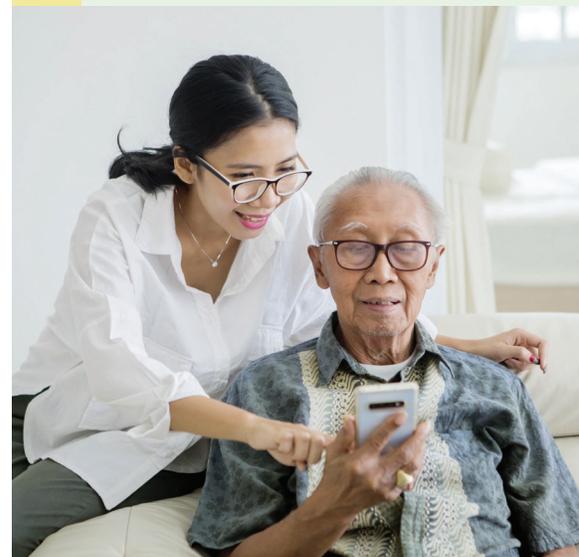
如何传达我的意愿？

在安大略省，您可以使用任何交流方式传达自己对未来健康护理和治疗的意愿。您可以口头告诉您的SDM或者写下来。您可以录像或者用画板。您也可以通过任何一种方式更改这些意愿。

与您的家人和朋友进行这些对话是一个好办法。他们可以帮助您的SDM对您的护理做出艰难的决定。

个人护理委托人和SDM有什么区别？

个人护理委托人(POAPC)是SDM的一种。他们在SDM排名列表里是第二位。



请记住：

同意是有一个人决定的
- 或者是您（当您具备心智能力时），或者是您的替代决策人，但是不能是一纸文书。

考虑您的价值观和意愿

想想什么对您最重要

我们是谁，我们的信念是什么，还有我们的价值观都是根据我们的人生体验而形成的。我们的文化和个人价值、家庭传统、精神信仰、习惯、工作和亲近的人都对我们有很深的影响。无论您是健康还是有健康状况，这一点对我们都很重要。

想想您在过去是如何做出有关健康护理的决定的。

什么让您的生活有意义？
什么可以提高您的生活质量？

在您的过去或者在新闻中发生的事情是否影响了您对医疗护理的感觉？

想想您的家庭成员或者朋友在生病或者临终时所接受的医疗护理。有没有不尽人意的地方？

您对您将来的健康有什么担心或恐惧吗？

考虑如何与您的SDM 分享您的想法

您的SDM 也许在将来需要为您做出有关医疗护理的各种决定。很难知道他们会对哪些护理或治疗方案做出决定。

考虑什么信息会对他们有帮助。和您的SDM一起讨论，可以让他们有机会向您提出问题。

即使您不知道谁会成为您的SDM，您也要考虑这些事情，并且和您的健康护理提供者分享这些想法。



想想您的价值观

您的价值观会帮助您做出生活中的重要决定，这其中包括有关健康护理的决定。价值观因人而异，每个人对价值观的想法都不同。

大多数人都会对什么是“好的生活”有个定义。

花点时间想想那些对您来说很重要的事情，还有那些让您的生活有意义或愉快的事情。

参考下面这些简短的个人价值观，哪个对您最重要？

- 尊严
- 家庭
- 独立
- 努力工作 / 奉献精神
- 健康
- 力量
- 头脑清醒
- 精神信仰
- 其他 _____
- 不成为他人的负担
- _____
- 人际关系

形容一下您的最重要的价值观对您意味着什么。

下面这些问题可能会帮助您考虑什么对您最重要：

拥有尊严对您意味着什么？

当您想到丢失尊严的时候，您的脑子里会出现什么？

独立对您意味着什么？

当您想到依赖别人时，您的脑子里会出现什么？

如果花时间和家人在一起很重要，那么是什么让和家人在一起的时间如此重要？

请记住：

ACP讨论会帮助您的SDM为将来做决定做好准备。如果家庭对您很重要，那么让他们明白这意味着什么。比如说，对于有些人，这意味着能和家人进行（口头和非口头）交流和互动。

向您的SDM解释什么情形是可以接受的，什么是不能接受的。

了解您的健康状况

本节内容是为那些患有慢性或严重疾病的人准备的。如果您身体健康，请看第13页。

考量一下您的疾病。作为ACP过程的一部分，请考虑以下事项：

- 您对您的病已经知道多少了？
- 关于您的疾病，您想了解些什么？例如，病情会好转还是恶化？或者随着年龄的增长或疾病的发展，它会对您的生活产生怎样的影响？
- 哪些信息可以帮助您规划未来？

我可以问我的医疗护理提供者什么样的问题？

随便问他们什么都行。这是您的健康，您有知情权。以下是一些建议供您参考：

- 我的病能治好吗？
- 这些治疗对我的病有什么影响？我能指望病情好转吗？
- 在接下来的6个月，1年，5年里会发生什么？
- 这种病会怎样影响我独立生活的能力？走路的能力？记忆力？
- 我和我的家人应该为哪些可能的重大变化做好准备？

询问我的医疗护理提供者的问题和笔记



当您确认自己的SDM并与他们分享您的意愿，价值观和信念时，您就是在进行预定护理计划。ACP使您周围的人有信心代表您做决定，有助于减轻他们的焦虑，并使他们更好地理解 and 兑现您的意愿。

通过进行ACP，当您不具备心智能力时，您作为患者的权利将得到尊重，因为您的SDM会知道什么对您很重要。您的SDM将准备好以您想要的方式为您做出决策。

以下是一些您可以问自己的问题，以帮助您开始思考如何进行这些对话。

1. 我对自己的健康或疾病有何了解？我得到关于我的疾病的信息是什么？
2. 我想了解哪些信息？
3. 我最看重什么？什么会给我的生活带来质量和意义？
4. 我对未来的健康状况有什么疑虑或担心？
5. 我可以用来换取更多我所珍视的东西或对我来说重要的东西（例如更多的时间与家人在一起）？
6. 其他想法：

考虑权衡

如果您能有更多的时间和家人在一起，或者您可以坚持活到一个重要的生活事件（毕业，婚礼等），那么癌症治疗的副作用也许是可以接受的。

但也许有一天，舒适和生活质量变得更加重要，即使这意味着时间会少一点。

让您的SDM知道什么是您可以接受的，什么是不可接受的。

如果只有SDM可以为您做出决定，为什么还要与家人和朋友分享您的意愿、价值观和信念？

您的SDM可能需要帮助或支持来代表您做出决定。如果您的家人和朋友知道您的意愿、价值观和信念，他们可以帮助您的SDM做出决定。除了将来的SDM之外，您不需要与其他任何人分享您的意愿，但请考虑如果别人知道您的意愿是否会对您的SDM有所帮助。此外，如果您的SDM无法在需要时做出决策，那么与他人分享您的意愿就会对这种情况有所帮助。在这种情形下，决策权将交给等级体系中满足SDM要求的下一个人。如果他们已经知道了您的意愿，那么这对他们做决定会有很大帮助。

如果紧急情况下我无法沟通并且医院不知道我的替代决策人是谁，会怎么样？

在紧急情况下，可能没有时间征得任何人的同意。在这种情况下，如果有必要减轻任何痛苦或折磨或应对任何可能造成严重人身伤害的风险，医疗服务提供者有权未经您的同意对您进行治疗。如果您的健康护理提供者知道您对护理的意愿，那么他们必须兑现这些意愿。

一旦您稳定下来，医疗护理提供者将需要确定您的SDM是谁。他们很可能会联系他们，这样他们就可以持续地为您做出有关健康的决定，直到您有能力为自己做决定。您可以随身携带一个放在钱包里的卡片（查看第19页上的信息）上面有您的SDM的信息和联系方式。

以下这些建议也会有帮助：

- 确认您的SDM并在您身体好的时候与他们交谈。
- 确保您的家人和朋友知道谁将担任您的SDM
- 告诉您身边的人您把重要文件放在哪里。
- 与您的家人和朋友（不仅仅是您未来的SDM）分享您的意愿、价值观和信仰,这样他们就能帮助您的SDM。

我有一个“生前遗嘱”，这样够好吗？

即使您在“生前遗嘱”或“预先指示”中写下您的意愿，在开始任何治疗之前，您的SDM仍然需要给予同意。在安大略省，法律没有使用诸如“生前遗嘱”或“预先指示”之类的术语。在安大略省，您不必把您的意愿写在任何文件上。您可以以任何方式分享您对未来护理的意愿。

例如，您可以在谈话或录音中分享您的意愿。无论您如何分享您的医疗护理意愿，您的SDM都必须遵循这些意愿。如果您在一份文件中表达了您的意愿，这份文件不需要见证或签字。如果您确实写下了您的意愿，记住如果您的意愿改变了，您要更新这个文件。

您不能在“生前遗嘱”或任何其他书面文件中指定某人担任您的SDM。在安大略省，您只能通过一份称为个人护理授权书的文件任命SDM。

关于我的SDM的更多信息：

您的SDM只会在您没有心智能力的情况下为您做决定。最好与您的家人、朋友和医疗护理提供者进行ACP讨论，以便他们在必要时支持您的SDM做出决策。除非在紧急情况下，即使您的健康护理提供者知道您的意愿，他们也必须需要您或者您的SDM（在您没有能力的情况下）对于治疗给予同意，

我也和以下的人讨论了我的意愿：

姓名	与我的关系	联系方法

姓名:

您的出生日期:

您的健康卡号码:

您的地址:

您的电话号码:

您的电子邮件地址:

请记住:

在安大略省，您可以通过与您的SDM交谈以及书面文件来表达对未来医疗护理的意愿。如果您选择记录关于您对意愿的信息和想法，您可以写在本章提供的空白处。

与您的SDM、家人和朋友共享此信息。

日期:

更多的想法:

“讲出您的心愿” 宣传活动

安大略省“讲出您的心愿”组织是由安大略省临终关怀机构（HPCO）与加拿大临终关怀协会（CHPCA）合作创办于2012年2月。安大略省“讲出您的心愿”宣传活动由安大略省临终关怀机构协调举办，并提供符合安大略省法律的宣传教育和基于安大略省具体情况工具和资源。

关于这本工具书

安大略省阿尔茨海默氏病医疗知识交流健及健康护理同意预定护理计划实践组织依据全国“讲出您的心愿”工具书的原始版本编写了安大略省版本，并一直支持该工作，直到2013年春。然后，该责任转移到安大略省临终关怀机构（HPCO），并由这个机构中的医疗护理同意（HCC）预定护理计划（ACP）专家领导HCC ACP实践领域中的专业人士进行编写工作。第二版，2018年版《安大略省版工具书》，适用于准备开始讨论预定护理计划的各个年龄段的人使用。



当需要做有关健康护理决定时:

我的替代决策人:	<input type="text"/>
与我的关系:	<input type="text"/> <input type="checkbox"/> PC用POA
电话:	<input type="text"/>
其它电话:	<input type="text"/>
名字:	<input type="text"/>
现在日期:	<input type="text"/>



致谢

CHPCA和HPCO感谢他们的资助伙伴：

- 葛兰素史克基金会 (CHPCA)
- 安大略省卫生与长期护理部 (HPCO)

有关安大略省医疗护理同意书和预定护理计划的更多信息，请访问：

www.speakupontario.ca

或者请联系：

安大略省临终关怀机构

安大略省多伦多市Carlton 街2号 808室 M5B 1J32

电话: 416.304.1477 或者 1.800.349.3111

www.hpco.ca.



安大略省“讲出您的心愿”组织
安大略省临终关怀机构， 安大略省多伦多市Carlton 街2号 808室 M5B 1J32

当需要做有关健康护理决定时：

我有一个替代决策人，他知道我的意愿。如果我不具备心智能力为自己做决定，他可以为我做医疗护理决定。

www.speakupontario.ca



www.speakupontario.ca