



预立医疗指示工具包

什么对您而言是最重要的

预立医疗指示会让人心安。



为什么每个成年人都应该有预立医疗指示

我们年满 18 岁后，就可以投票、参军并就医疗做出我们想要的选择。但我们所有人在任何年龄都可能面临重病或受伤的情况。

当家庭成员和至亲面临关于您的护理的重要决定时，预立医疗指示可以减轻他们的压力。

恭喜您就完成预立医疗指示迈出了第一步。此文件让您您可以任命某人在您无法自己发言的时候为您表达意见。此人可以确保您的愿望得到满足。

Providence St. Joseph Health 认为年满 18 岁的每个人都应该设立预立医疗指示。它为您的医生和家人提供了关键信息：

- 您希望得到哪种类型的医疗
- 如果您无法自己做出决定，谁可以为您做决定

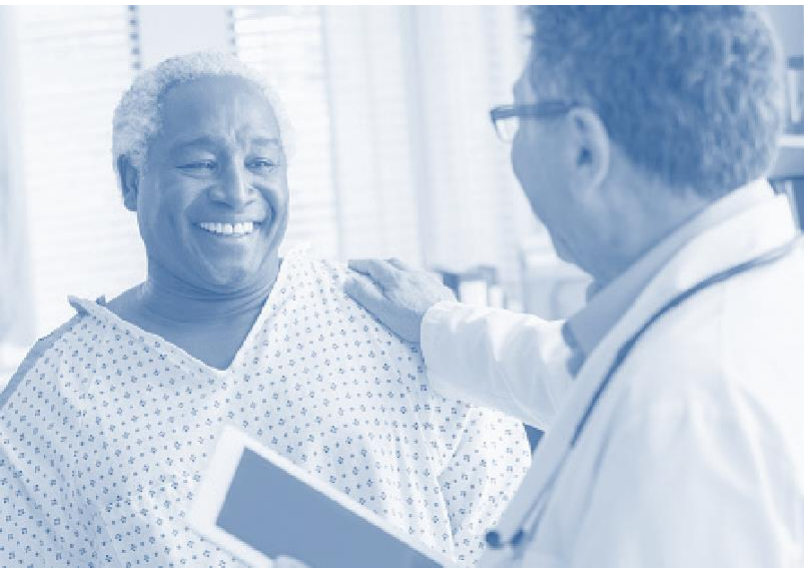
心安

预立医疗指示可以简单也可以详细。这一文件包让您您可以做出决定。

您可以简单指定某人代表您做出决定。或者您可以在文件包中放入关于治疗的说明，例如心肺复苏 (CPR)、机械通气 (呼吸机) 或插入饲管。

如果您之后对于预立医疗指示中的决定改变了想法，您可以随时修订文件。

如果您想要确保您的价值观、偏好和优先事项得到尊重，则预立医疗指令可以有所帮助。



最大程度地发挥您的预立医疗指示的作用

与您的至亲讨论

您必须与您的家庭成员和亲密朋友讨论。他们可以在决策流程中提供帮助，但请记住，**您才最了解对您而言什么最重要**。告诉他们。现在与他们分享您的想法和选择 — 在未预见的情况发生之前。

与您的医生讨论

与您的医生讨论，确保他或她理解您对未来任何护理的偏好和目标。通常情况下从基本情况开始讨论是最简单的。在您的后续看诊中，讨论就您的健康和医疗而言重要的内容。

必须讨论您可接受的任何医疗和护理的目标。尤其重要的是，您的健康状况是否发生了变化或者您是否正在接受某种病症的治疗。您的医生和其他医疗提供商可以确保您的意愿得到知悉和满足，但他们只能在您提供了这类信息之后才能做到这一点。

记录您的愿望

一旦您选择了某人担任您的医疗代表，并决定了未来护理的偏好或护理目标，使用此文件包中的表格记录您的决定。

交还您完成的预立医疗指示

您和您的证人签署了所述内容后，制作数份副本。有些州允许公证代替证人。请确保您的愿望在我们的医疗记录系统中得到记录。

- 使用写明地址且贴有邮票的信封（如可用）邮寄您填妥的表格之副本。
- 向您的主治医生和您的医疗代表提供副本。
- 如果您曾住院，确保您或您的医疗代表向您的医疗团队提供副本。

仅向其他人寄送您的预立医疗指示的复印件或扫描版本。将原件保留在安全且可易于接触的位置。

继续对话

您和您的医生可就您的医疗护理进行数次对话。随着时间流逝，您的愿望和目标可能发生改变。继续对话可确保每个人都理解您当前的偏好。

在任何时候，您都可以改变关于谁担任您的医疗代表以及您的医疗偏好的想法。如需更新您的信息，请填写新的预立医疗指示。告诉您的医疗代表、您的家人和您的医生您已对表格进行了修订。像您之前做的一样，制作您的更新后表格副本，分发给您的医疗代表、您的医生和医院医疗记录存档。

任何时候都是对您的目标和愿望进行反思的最好时机。

常见问题

如果我不选择医疗代表会怎么样？

如果您病得太重而无法自己做出决定，您的医生将求助家庭成员、朋友或法官为您做出决定。如果您没有医疗代表，这些人可能为您做出您并不想要的决定。

我的医疗代表将为我的医疗账单负责吗？

不。

我需要律师吗？

不。法律并不要求律师完成预立医疗指示。两个证人和/或公证即足够。

发生下列情况时更新您的预立医疗指示.....

当您的人生发生改变时，就应该回顾您的医疗选择。您可能发现自己想要根据新情况调整自己的选择。当人生中的某些里程碑时刻到来时，您需要回顾您的医疗愿望。我们将这些里程碑时刻称为五个 D：

1. **十年**：每当您开始人生中的新一个十年或您经历了重大的人生改变例如您的孩子满 18 岁时
2. **死亡**：您经历了至亲的死亡时
3. **离婚**：您经历了离婚或其他重大家庭变故时
4. **诊断**：您被诊断患有重病时
5. **恶化**：您面临健康状况的严重恶化尤其在您无法自己生活时

如果我改变了想法会发生什么情况？

您可以随时改变您的选择。改变的最佳做法就是完成新的预立医疗指示，包括签名和证人和/或公证。告知需要了解您的新预立医疗指示的所有人。

如果我不想完成做出我的医疗选择（或生前遗嘱）的这一步骤，会发生什么情况？

这样也可以。您选择您的医疗代表（或代理人）后，与他们讨论您的愿望。

预立医疗指示将确保 您的愿望得到满足。



填写表格

预立医疗指示

预立医疗指示的完成可通过五个简单步骤实现*：

第 1 步：选择您的医疗代表。

第 2 步：做出您的医疗选择。

第 3 步：概述您的医疗代表的权力。

第 4 步：签署表格。

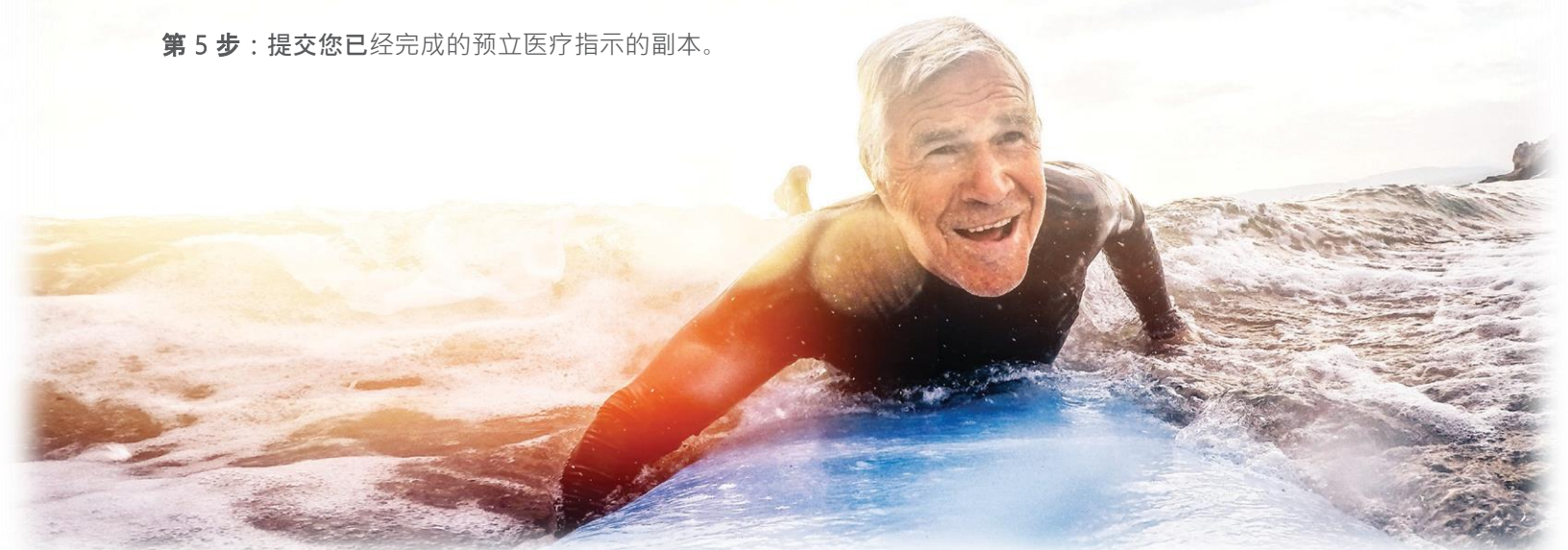
第 5 步：提交您已经完成的预立医疗指示的副本。

如果您在完成表格时遇到任何问题，请与您的医生讨论。他或她可以解释这些选项对您和您的家人而言意味着什么。

您会在这里找到更多有用信息和可下载/可填写的 PDF 格式文件：

Provhealth.org/AD

*俄勒冈州表格略有不同。



非歧视和可访问性权利通知

我们遵守适用的联邦民权法，不会因种族、肤色、国籍、年龄、残疾或性别而加以歧视。我们不会因为种族、肤色、国籍、年龄、残疾或性别而排挤某些群体或予以区别对待。我们：

1. 向残疾人提供免费援助和服务从而令其可以与我们就进行有效沟通，例如：(a) 合格手语翻译；以及 (b) 其他格式的书面信息（大字体、音频、可访问的电子格式、其他格式）。
2. 向主要语言不是英语的人提供免费语言服务，例如：(a) 合格翻译；以及 (b) 用其他语言书写的信息。

如果您需要上述任何服务，请联系下方合适的民权协调员。如果您需要电信中继服务，请拨打 1-800-833-6384 或 7-1-1。

如果您认为我们未能提供这些服务或基于种族、肤色、国籍、年龄、残疾或性别而以另一种方式予以歧视，您可以联系下方列出的您所在州的民权协调员对我们提出申诉：

州/服务	民权协调员
阿拉斯加	民权协调员，3200 Providence Dr., Anchorage, AK 99508, 电话：1-844-469-1775； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Nondiscrimination.AK@providence.org
加利福尼亚	民权协调员，501 S. Buena Vista Street, Burbank, CA 91505；电话：1-844-469-1775； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Nondiscrimination.CA@providence.org Hoag 民权协调员，One Hoag Drive, Newport Beach, CA 92663；电话：1-949-764-4427； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Kimberlee.Rosa@hoag.org
蒙大拿	民权协调员，1801 Lind Ave.SW, Renton, WA 98057；电话：1-844-469-1775； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Nondiscrimination.MT@providence.org
华盛顿	民权协调员，101 W. 8th Ave., Spokane, WA 99204；电话：1-844-469-1775； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Nondiscrimination.WA@providence.org
俄勒冈	民权协调员，5933 Win Sivers Dr., Suite 109, Portland, OR 97220；电话：1-844-469-1775； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Nondiscrimination.OR@providence.org
德克萨斯/新墨西哥	民权协调员，3506 21st Street, Suite 301, Lubbock, TX, 79410；电话：1-806-725-0085； 翻译热线：1-800-264-1552；电子邮箱：Natalie.Ramello@covhs.org
高级服务 (所有州)	民权协调员，2811 S. 102nd Street, Suite 220, Tukwila, WA 98168, 电话：1-844-469-1775； 翻译热线：1-888-311-9127；电子邮箱：Nondiscrimination.pscs@providence.org

您可以亲自或通过邮件、传真或电子邮件提出申诉。如果您在提出申诉时需要帮助，上述注明的民权协调员之一可以为您提供帮助。

您也可以通过 <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> 可用的民权投诉办事处门户以电子形式向美国健康和公众服务部的民权办事处提出民权投诉，或通过邮件或电话向下列地址提出民权投诉：

美国健康和公众服务部，
200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

可获取投诉表的地址为：<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>。

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 888-311-9127 (TTY: 711).

注意：如果您講中文，我們可以給您提供免費中文翻譯服務，請致電888-311-9127 (TTY: 711)

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí có sẵn dành cho bạn. Gọi số 888-311-9127 (TTY: 711).

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 888-311-9127 (TTY: 711).

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 888-311-9127 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 888-311-9127 (телетайп: 711).

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ. Եթե խոսում եք հայերեն, սպա՛հե՛ք կարող ե՛ն տրամադրվել լեզվական աջակցության անվճար ծառայություններ: Զանգահարե՛ք 888-311-9127 (հեռատիպ (TTY) 711)։

يُرْجَى الانتباه: إذا كنتم تتكلمون اللغة العربية، فأعلموا أن خدمات المساعدة اللغوية متوفرة مجاناً لكم. اتصلوا برقم الهاتف 888-311-9127 (أو بخط المبرقة الكاتبة TTY لضعاف السمع والنطق على الرقم 711).

توجه: اگر بہ زبان فارسی صحبت می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. با شماره 888-311-9127 (TTY:711) تماس بگیرید.

注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。888-311-9127 (TTY:711)まで、お電話にてご連絡ください。

ਧਿਆਨ ਧਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਿ ਚੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਯਦਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। 888-311-9127 (TTY: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

សូមចាំអារម្មណ៍៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ នោះសេវាជំនួយផ្នែកភាសានឹងមានផ្តល់ជូនលោកអ្នក ដោយឥតគិតថ្លៃ។ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 888-311-9127 (TTY: 711)។

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 888-311-9127 (TTY:711) पर कॉल करें।

LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, koj tuaj yeem siv cov kev pab txhais lus pub dawb. Hu rau 888-311-9127 (TTY: 711).

โปรดทราบ: หากคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการความช่วยเหลือทางภาษาได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย โทร 888-311-9127 (TTY: 711)

钱包卡

请填写空白处，完成打卡，将它放入您的钱包。

如果发生紧急情况，它会提醒您的医疗团队，即您已经任命某人担任您的医疗代表，而且您已经填写了预立医疗指示。这将有助于在您无法表达自己意见的情况下确保您的愿望得到满足。

如果发生紧急情况：

如果我无法自己进行沟通，我有医疗代表可以为我发言。

全名 (FULL NAME)

电话 备用 (PHONE)

电话 (ALT. PHONE)

与我的关系 (RELATIONSHIP TO ME)

如需更多信息，请访问

Providence.org/InstituteForHumanCaring

请于下列地址下载所附的工具包

Provhealth.org/AD



Providence Institute for Human Caring
Providence.org/InstituteForHumanCaring