



PERANCANGAN PENJAGAAN AWAL

Rancanglah penjagaan kesihatan dan peribadi anda



Apakah Perancangan Penjagaan Awal?

Perancangan Penjagaan Awal (ACP) adalah proses merancang keperluan penjagaan kesihatan dan peribadi anda untuk masa hadapan.

Sekiranya anda sakit tenat dan tidak mampu berkomunikasi atau membuat keputusan mengenai rawatan anda, Perancangan Penjagaan Awal anda boleh membantu pasukan perubatan dan jurucakap dilantik anda untuk membuat keputusan demi kepentingan terbaik anda.



Mengapa ACP penting?

Kadang kala, kita mungkin menghadapi krisis perubahan yang menjejaskan keupayaan kita untuk membuat keputusan sendiri. Dalam keadaan begini, kita mungkin perlukan orang yang kita sayangi untuk membantu membuat keputusan yang berkaitan dengan kesihatan dan penjagaan peribadi kita.

Sekiranya ini berlaku, ACP dapat membantu anda menyampaikan nilai dan pilihan penjagaan kesihatan anda kepada orang yang anda sayangi, dan pasukan penjagaan anda.

ACP membantu mengelakkan rasa bersalah, tekanan dan konflik antara orang-orang tersayang kerana pilihan anda membantu mereka membuat keputusan penjagaan penting untuk anda.



Apa yang disertakan dalam ACP anda?

1



Hal-hal kehidupan

Dengan mengetahui apa yang penting dalam hidup anda, orang yang anda sayangi akan dapat memahami pengertian "mutu kehidupan" bagi anda.

Ini mungkin merangkumi nilai-nilai kehidupan yang penting, perhubungan, kegiatan atau hobi.

2



Hal-hal perubatan

Anda boleh tentukan jenis rawatan yang anda inginkan atau yang anda tidak suka.

Topik-topik yang boleh dibincangkan:

- Pilihan kawalan kesakitan
- Apa yang perlu dilakukan sekiranya jantung anda tiba-tiba terhenti



Sekiranya anda sakit tenat, anda mungkin akan diminta untuk menimbangkan:

- Menggunakan rawatan sokongan hidup
- Bagaimana anda ingin dijaga
- Di mana anda ingin tinggal pada hari-hari terakhir anda

3



Jurucakap Penjagaan Kesihatan Yang Dilantik

Anda boleh melantik sehingga dua orang untuk menjadi Jurucakap Penjagaan Kesihatan Yang Dilantik anda. Mereka boleh saling menyokong dan bekerjasama demi kepentingan terbaik anda.

Sekiranya anda membuat Surat Kuasa Berkekalan, pertimbangkan untuk melantik orang yang sama sebagai Jurucakap Penjagaan Kesihatan Yang Dilantik dan penerima kuasa.

Cara-cara untuk membuat ACP anda



LANGKAH 1

Fikirkan apa yang anda mahukan

Apakah mutu kehidupan yang anda mahukan, dan jenis rawatan perubatan apakah yang anda mahu?



LANGKAH 2

Pilih Jurucakap Penjagaan Kesihatan Yang Dilantik

Jurucakap Penjagaan Kesihatan Yang Dilantik anda adalah seseorang yang anda percayai untuk menyampaikan pilihan penjagaan anda, sekiranya anda tidak lagi dapat melakukannya. Beliau biasanya merupakan ahli keluarga atau rakan karib anda.



LANGKAH 3

Rekodkan pilihan anda

Buat temu janji dengan pemudah cara ACP untuk merekodkan keutamaan-keutamaan anda dalam Perancangan Penjagaan Awal anda.

Imbas kod QR ini untuk mencari pemudah cara ACP



LANGKAH 4

Semak ACP anda

Perancangan Penjagaan Awal anda adalah cerminan diri anda. Jika hidup anda berubah, anda mungkin mahu membuat keputusan baru. Apabila anda melakukannya, kemas-kini ACP dan orang tersayang anda

Perhatian: ACP anda tidak menetapkan keputusan perubahan masa hadapan. Sekiranya anda hilang keupayaan untuk membuat keputusan perubahan pada masa hadapan, pasukan perubahan anda akan mempertimbangkan ACP anda, dan berunding dengan orang yang anda sayangi untuk membuat keputusan demi kepentingan terbaik anda.

Untuk mendapatkan butiran lanjut mengenai kami:



Klik **www.aic.sg**



Hubungi **1800 650 6060**



Kunjungi **AIC Link**

Agensi Penjagaan Bersepadu (AIC) bertujuan untuk mewujudkan masyarakat penjagaan yang bersemangat dan bertenaga supaya orang ramai dapat hidup dengan baik hingga ke usia senja. AIC menyelaras dan menyokong usaha dalam menyepadukan penjagaan supaya dapat mencapai hasil penjagaan terbaik untuk pelanggan kami. Kami mendekati para penjaga dan warga emas dengan maklumat untuk kekal aktif supaya mereka dapat hidup dengan baik, dan menghubungkan mereka kepada perkhidmatan yang mereka perlukan. Kami menyokong pihak berkepentingan dalam usaha mereka untuk meningkatkan kualiti penjagaan, dan juga bekerja dengan rakan kesihatan dan penjagaan sosial untuk menyediakan perkhidmatan bagi penduduk yang semakin tua. Usaha kami dalam masyarakat ialah untuk membawa perkhidmatan dan maklumat penjagaan lebih dekat kepada mereka yang memerlukan.

Maklumat ini tepat pada Sep 2021.