



التخطيط المسبق للرعاية / أوامر تحديد أهداف الرعاية

المحادثات مهمة حقاً

(Conversations Matter)



التخطيط لرعايتك الصحية في المستقبل



دعم سكان ألبرتا في التخطيط المسبق للرعاية.

*(Supporting Albertans
in advance care planning.)*

في ألبرتا، يتضمن التخطيط المسبق للرعاية:

- وجود توجيه شخصي
- وجود أمر "تحديد أهداف الرعاية" (Goals of Care Designation)، عندما يكون ذلك مناسباً من الناحية الطبية
- استخدام حافظة خضراء (Green Sleeve) لحفظ وثائق التخطيط المسبق للرعاية ونقلها

حقوق النشر © (عام 2019) لصالح Alberta Health Services. هذه المواد محمية بالقوانين الكندية وغيرها من قوانين حقوق النشر الدولية. جميع الحقوق محفوظة. لا يجوز نسخ هذه المواد أو نشرها أو توزيعها أو إعادة إنتاجها بأي شكل من الأشكال كلياً أو جزئياً دون إذن كتابي صريح من Alberta Health Services. هذه المواد مخصصة لتكون معلومات عامة فقط، ويتم تقديمها على أساس "كما هي"، "في أي مكان". رغم الجهود المعقولة التي بُذلت لضمان دقة المعلومات، فإن Alberta Health Services لا تقدم أي إفادة أو ضمان، صريحاً كان أم ضمنيّاً، بالنسبة للدقة أو الاعتماد أو الكمال أو التطبيق أو الملاءمة لغرض معين من هذه المعلومات. هذه المواد لا تُعد بديلاً عن مشورة مقدمي الخدمات الصحية المؤهلين المحترفين. تُخلى شركة Alberta Health Services أي مسؤولية لها صراحة عن استخدام هذه المواد، وأي مطالبات أو دعاوى أو مطالب أو قضايا تنشأ عن هذا الاستخدام.

ما التخطيط المسبق للرعاية؟

(What is Advance Care Planning?)

يُعد التخطيط المسبق للرعاية أحد الطرق التي تساعدك في تخطيط رغباتك لنوع الرعاية الصحية التي ترغب في تلقيها الآن وفي المستقبل، وتوثيق ذلك. ويكون لكل بالغ، خاصة الأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية. ومن الأفضل القيام بذلك عندما تكون بصحة جيدة، قبل أن تكون هناك حاجة عاجلة لوضع خطة.

يُعد التخطيط المسبق للرعاية

(Advance care planning) مهمًا بشكل خاص للأشخاص الذين يعانون من مرض مزمن، أو أكثر من مرض، أو كبار السن أو قد يعانون من قصور إدراكي.

التخطيط للمستقبل يضمن لك راحة البال وكذلك للأشخاص المهمين لك.

إن التخطيط المسبق للرعاية عملية تساعدك على

- التفكير في القيم والرغبات للعلاجات الطبية التي قد تريدها أو لا تريدها
- التحدث عن أهداف الرعاية الصحية الخاصة بك
- وضع خطة تعكس قيمك ورغباتك
- توثيق خطتك

إذا لم تستطع التحدث عن نفسك، فهل ستعرف عائلتك رغباتك تجاه الرعاية الصحية؟

تخيل أن والدتك المسنة انزلت على الجليد، فاصطدم رأسها ودخلت في غيبوبة؟ يسأل فريق الرعاية الصحية الخاص بها الآن أسئلة حول قيمها ورغباتها.

هل تعرف رغباتها الخاصة بالرعاية؟

إذا كانت تستطيع التواصل، فماذا كانت ستقول عن أهدافها؟

تخيل هذا كأنك أنت. من سيتكلم نيابة عنك؟ هل سيعرفون ماذا تريد؟



الخطوة 1

فكر في قيمك
وأهدافك.

(Think about
your values
and goals.)

ضع في اعتبارك القيم والتفضيلات الخاصة بك عندما تفكر في الأسئلة أدناه.
لا توجد إجابات خاطئة لهذه الأسئلة.

التجارب السابقة للرعاية الصحية

- هل كانت لديك تجارب سابقة مع الرعاية الصحية والتي تؤثر في ما ستريده من رعايتك في المستقبل؟ قد تكون هذه التجارب إيجابية أو سلبية حدثت لك أو لآخرين تعرفهم.

صحتك في المستقبل

- ماذا تعني نوعية الحياة بالنسبة لك؟ أن تكون قادرًا على التحدث مع عائلتك؟ الاعتناء بنفسك؟
- من الأشخاص المهمون في حياتك؟
- هل تؤثر المعتقدات الدينية أو الروحية في تفضيلاتك للعلاج الطبي؟



وثق

وصل

اختر

تعلم

فكر



- هل تشعر أن لديك فهمًا جيدًا لصحتك الحالية؟
- إذا كنت تعاني من حالة طبية حالية، فتحدث إلى طبيبك أو مقدمي الرعاية الصحية الآخرين حول:
- تشخيصك، أي ما قد تتوقع أن تعاني منه في المستقبل نتيجة لحالتك الطبية.
- العلاجات الطبية الممكنة لحالتك.
- ما يمكن توقعه من هذه العلاجات. من المفيد فهم أنواع قرارات الرعاية الصحية التي قد تحتاج إلى اتخاذها.

الخطوة 2

تعلم عن صحتك
الخاصة.

(Learn about
your own
health.)

الخطوة 3

اختر شخصًا لاتخاذ قرارات الرعاية الصحية نيابة عنك إذا لم تستطع ذلك.

(Choose someone to make healthcare decisions for you if you couldn't.)

من سيتكلم نيابة عنك؟

يمكن أن تجعلك الأحداث الطبية غير المتوقعة أو المفاجئة غير قادر على توصيل رغباتك. يمكن للحالات الطبية الأخرى أن تسلب ببطء قدرتك على التواصل أو اتخاذ قرارات بشأن الرعاية.

من المهم أن تختار وتعيّن شخصًا بشكل قانوني يمكنه التحدث نيابة عنك في حالة عدم قدرتك على اتخاذ القرارات الطبية بنفسك. يُشار إلى هذا الشخص في ألبرتا بأنه ممثلك.

اسأل نفسك:

- هل أثق في هذا الشخص لاتخاذ قرارات الرعاية الصحية مع فريق الرعاية الصحية الخاص بي بناءً على قيمي ورغباتي؟
- هل هو قادر على توصيل رغباتي بوضوح؟
- هل سيكون بمقدوره اتخاذ قرارات صعبة في المواقف العصبية؟
- هل هذا الشخص مستعد ومتاح للتحدث نيابة عني إذا كنت غير قادر على اتخاذ قرارات الرعاية الصحية بنفسني؟

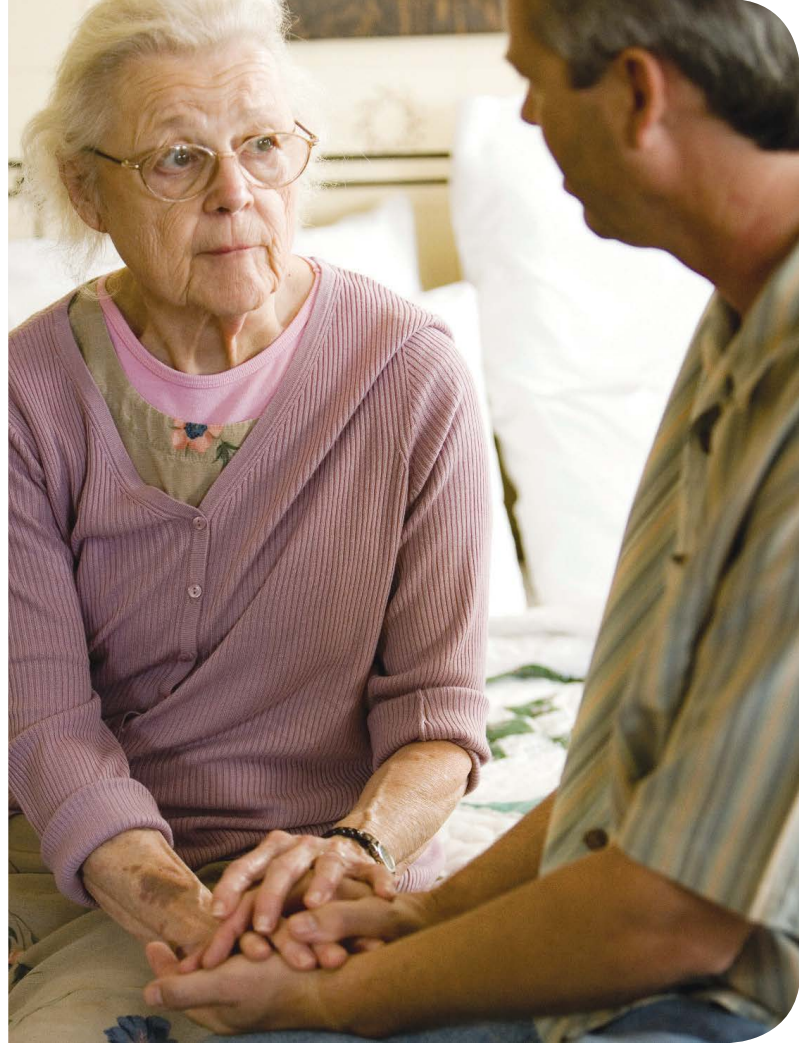


الخطوة 4

وصّل رغباتك وقيمك حول
الرعاية الصحية لعائلتك وفريق
الرعاية الصحية.

(Communicate your
wishes and values
about your healthcare
to your family and
healthcare team.)

ضع قائمة بأهم الأشياء التي تريد التحدث
عنها في أثناء المحادثة.



بدايات المحادثة (Conversation starters):

- صحتي جيدة الآن، لكنني أريد التحدث إليك عن رغباتي في حال تعرضت لمرض أو إصابة في المستقبل.
- لقد كنت أفكر في رغباتي للتبرع بالأعضاء والأنسجة. هل يمكننا التحدث عن ذلك؟
- طلب مني طبيبي أن أفكر في رغباتي بشأن الرعاية الصحية في المستقبل إذا مرضت وأكتبها. أنت مهم بالنسبة لي، هل يمكننا التحدث؟

الخطوة 5

وثق في توجيه
شخصي(Document
in a personal
directive)

في ألبرتا، يُعد التوجيه الشخصي (ويُسمى أحياناً "PD") المستند القانوني الذي يسمح لك باختيار من سيكون متخذ القرارات الخاص بك، والذي قد يقدم توجيهات حول رغباتك.

- لا يصبح التوجيه الشخصي الخاص بك ساري المفعول فقط إلا إذا أو عندما يحين الوقت الذي تكون فيه غير قادر على اتخاذ قرارات بشأن الرعاية الصحية الخاصة بك.
- شارك توجيهك الشخصي مع متخذ القرارات (الممثل) والعائلة ومقدمي الرعاية الصحية.
- يمكن مراجعة التوجيه الشخصي الخاص بك في أي وقت يحدث فيه تغيير في ظروفك الصحية أو رغباتك وقيمك، وينبغي إجراء هذه المراجعة.
- لإنشاء نموذج التوجيه الشخصي الخاص بك، لدى مكتب الوصي العام (Office of the Public Guardian) نموذج مجاني (مع التعليمات)، أو يمكنك أن تطلب من محاميك إنشاء نموذج.

إذا لم يكن لديك توجيه شخصي وتقرر أنك غير قادر على تقديم موافقة مستنيرة:

- فلا يمكنك أن تختار من سيتخذ القرارات نيابة عنك
- قد يطلب مقدم الرعاية الصحية من أقرب أقربائك اتخاذ القرارات نيابة عنك
- قد يتعين على أحد أفراد العائلة أو أحد الأصدقاء الذهاب إلى المحكمة ليصبح الوصي الخاص بك، وهو ما يستهلك وقتاً ومالاً.



للحصول على معلومات حول
التوجيهات الشخصية، اتصل
بمكتب Office of the Public
Guardian على الرقم
310-0000 (رقم مجاني في ألبرتا)
www.alberta.ca
ابحث عن Personal Directive

ما أمر تحديد أهداف الرعاية (GCD)؟

(What is a Goals of Care Designation Order (GCD)?)

يُمثل تحديد أنسب أمر GCD لك عملية. العوامل التي تمت مراعاتها:

مشاكلك الصحية

قيمك ورغباتك



توصيات طبيبك

- هو أمر طبي يصف التركيز العام لرعايتك.
- يساعد فريق الرعاية الصحية على التنسيق بين قيمك وتفضيلاتك الفريدة للرعاية الأكثر ملاءمة لك ولحالتك الصحية.
- يكتبه طبيب أو ممرض ممارس.
- تم إنشاؤه بشكل مثالي بعد المحادثة بينك وبين أعضاء فريق الرعاية الصحية.
- معترف به في جميع مراكز الرعاية في ألبرتا.
- يتغير حسبما تتغير صحتك، حيث يمكن لأي طبيب تحديث أمر GCD.



أسئلة ينبغي مراعاتها (Questions to consider):

- هل أفهم تمامًا ظروف الرعاية الصحية والتشخيص؟
- ما المخاطر التي ينطوي عليها العلاج؟ وما فوائده؟
- هل من المرجح أن تفيديني تدابير إنقاذ الحياة، مثل الإنعاش القلبي الرئوي (Cardio-Pulmonary Resuscitation، CPR)؟
- ما الذي سأكون مستعدًا لخوضه بمرور الوقت؟ هل نوعية الحياة أكثر أهمية من العيش لفترة أطول؟
- ما العلاجات المتاحة حيثما أعيش بحيث لا يتعين عليّ الذهاب إلى المستشفى؟

ثلاثة نهج عامة لرعاية



من يحتاج إلى أمر GCD؟ (Who needs a GCD Order?)

من المهم أن يكون لدى الأفراد أمر GCD عندما تكون رعاية الإنعاش الكامل ليست ما يريدونه أو غير مناسبة من الناحية الطبية. من دون أمر GCD ينص على خلاف ذلك، يتم تقديم رعاية إنعاش كامل عندما يتوقف قلب شخص ما عن النبض أو يتوقف الشخص عن التنفس.

لمعرفة ما إذا كنت بحاجة إلى إنشاء أمر GCD، اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك، حيث يمكن لمقدم الرعاية المساعدة في تحديد ما إذا كنت بحاجة إلى إنشاء أمر GCD.

إذا كان لديك أمر GCD، يمكن وينبغي أن يتغير حسبما تتغير صحتك. تحدث مع فريق الرعاية الصحية إذا:

- تغيرت حالتك الصحية الحالية وكذلك قيمك وورغباتك
- كنت غير متأكد مما يتضمنه أمر GCD الخاص بك
- كنت لا تشعر بالراحة حيال أمر GCD الحالي الخاص بك

ما العلاجات التي ستساعدني
على العيش بالطريقة التي أريدها
وحيثما أريد؟

إذا ازداد المرض، فهل هناك
علاجات طبية أشعر بقوة تجاه
تناولها أو عدم تناولها؟

بإصابتي بهذا المرض، ماذا
يمكنني أن أتوقع أن تبدو حياتي
عليه في شهر واحد؟ و6 أشهر؟
وعام واحد؟



الرعاية الطبية (Medical Care)



في نهج الرعاية هذا، من المتوقع أن يستفيد الشخص من أي اختبارات وعلاجات طبية مناسبة يمكن تقديمها وقيمتها، باستثناء العناية المركزة (ICU) والرعاية الإنعاشية. يتم النظر في مواقع الرعاية (على سبيل المثال، في المنزل والمستشفى ومراكز الرعاية) وفقاً لما هو مناسب من الناحية الطبية وتماشياً مع رغبات المريض وقيمه.

M2 يعني أنه ستتم معالجتك في المنزل أو في أحد مراكز الرعاية وستجنب دخول المستشفى. سيتم استخدام العلاجات الطبية المتوفرة في المنزل أو في أحد مراكز الرعاية لمحاولة "علاج ما يمكن علاجه". إذا لم تستجب للعلاجات المنزلية، فسيحدث فريق الرعاية الصحية معك بشأن إعادة تقييم رغباتك وأهدافك، والتي قد تشمل تغيير تركيز رعايتك إلى رعاية الراحة.

متى يكون M2 مناسباً؟

يُعد M2 مخصصاً للأشخاص الضعفاء أو المصابين بمرض مزمن، ومن المرجح أن تتدهور صحتهم بدلاً من التحسن عند الذهاب إلى المستشفى. كما أنه مناسب عندما لا يعود الشخص يرغب في تلقي نوع العلاجات المتاحة في المستشفى، أو عندما يكون من غير المرجح أن يخرج الشخص في حالة معيشية يقدّر لها بعد العلاج بالمستشفى.

M1 تعني استخدام أي علاجات طبية وجراحية مناسبة، بما في ذلك الذهاب إلى المستشفى، لمحاولة "إصلاح ما يمكن إصلاحه"، مع التركيز على العيش لأطول فترة ممكنة والحفاظ على نوعية حياتك التي ترغب فيها. لن يستخدم الفريق الضغط على الصدر ("CPR") أو جهاز التنفس (جهاز التنفس الصناعي)، أو وحدة العناية المركزة ("ICU"). يعبر M1 عن أن هناك حدوداً لما يمكن أن يحققه لك الإنعاش ونظام دعم الحياة.

متى يكون M1 مناسباً؟

يكون M1 مناسباً في الحالات التي من غير المرجح أن ينجو فيها الشخص من محاولة الإنعاش، أو عندما يكون من غير المرجح أن يخرج الشخص في حالة معيشية يقدّر لها بعد الإنعاش.



رعاية الراحة (Comfort Care)

في نهج الرعاية هذا، يتمثل الهدف من الاختبارات والعلاجات الطبية في إدارة أعراض المرض والحفاظ على أداء الوظائف عندما لا يعود العلاج أو التحكم في الحالة الصحية الكامنة ممكنًا أو مرغوبًا فيه. قد يتم النقل إلى المستشفى من أجل فهم الأعراض أو التحكم فيها بشكل أفضل.

C2 يعني أنك في الساعات أو الأيام الأخيرة من الحياة، وأن جميع العلاجات تركز على راحتك ودعم الأشخاص المقربين إليك.

متى يكون C2 مناسبًا؟

لا يكون C2 مناسبًا إلا عندما يكون موت الشخص وشيكًا فقط (أي الساعات أو الأيام الأخيرة)، ولا يعود يمكن للعلاجات أن تطيل عمره.

C1 يعني أن تركيز الرعاية هو توفير الراحة، مع التحكم في الأعراض واستخدام العلاجات الطبية التي تزيد من نوعية حياتك بدلاً من التركيز على طول حياتك.

متى يكون C1 مناسبًا؟

يُعد C1 مناسبًا في الحالات التي يكون فيها الشخص ضعيفًا جدًا أو يعاني من مرض خطير ومن غير المرجح أن يستجيب للعلاجات الطبية التي تهدف إلى إطالة العمر. ويكون مناسبًا عندما يرغب الشخص في التركيز على نوعية حياته أكثر من طول حياته.





الرعاية الإنعاشية (Resuscitative Care)

في نهج الرعاية هذا، من المتوقع أن يستفيد الشخص من أي اختبارات وعلاجات طبية مناسبة يمكن تقديمها، وقد تتضمن العناية المركزة والإنعاش.

R1 يعني أنه سيتم استخدام أي علاجات طبية وجراحية مناسبة، بما في ذلك الضغط على الصدر ("CPR") وجهاز التنفس ودخول (جهاز التنفس الصناعي) وحدة العناية المركزة ("ICU") لمحاولة إطالة عمرك في أثناء إصابتك بمرض خطير.

متى يكون R1 مناسبًا؟

يُعد R1 هو الأنسب في الحالات التي من المرجح أن يتعافى فيها الشخص من مرض ما ويعود إلى حالته السابقة. وعندما يريد الشخص إجراء هذه المحاولة لإطالة عمره، حتى لو كانت ستحدث له تغييرات دائمة فيما يتعلق بصحته وقدراته بعد تلك المحاولة.

متى يكون R2 مناسبًا؟

يكون R2 مناسبًا في الحالات التي من غير المرجح فيها أن يعود قلب الشخص للخفقان إذا توقف، لكنه يعاني من مرض قد يستفيد من جهاز التنفس والعناية المركزة. ويُعد R2 مناسبًا أيضًا عندما يكون من غير المرجح أن يخرج الشخص في حالة معيشية يقدرها بعد الإنعاش القلبي الرئوي.

R3 يعني أنه سيتم استخدام أي علاجات طبية وجراحية مناسبة، بما في ذلك الإقامة في وحدة العناية المركزة لمحاولة إطالة عمرك. لن يستخدم الفريق الضغط على الصدر، ("أي" لن يتم استخدام الإنعاش القلبي الرئوي)؛ وكذلك لن يستخدم جهاز التنفس، ("أي" لن يتم استخدام جهاز التنفس الصناعي).

متى يكون R3 مناسبًا؟

يُعد R3 مناسبًا في الحالات التي من غير المحتمل أن يكون فيها الإنعاش وجهاز التنفس قادرين على إطالة عمر الشخص، ولكن يكون هذا الشخص مصابًا بمرض قد يستجيب للعناية المركزة. ويُعد R3 مناسبًا أيضًا عندما يكون من غير المرجح أن يخرج الشخص في حالة معيشية يقدرها بعد استخدام الإنعاش القلبي الرئوي وجهاز التنفس الصناعي.



R2 يعني أنه سيتم استخدام أي علاجات طبية وجراحية مناسبة، بما في ذلك الإقامة في وحدة العناية المركزة وجهاز التنفس لمحاولة إطالة عمرك في أثناء إصابتك بمرض خطير. لن يستخدم الفريق الضغط على الصدر، والمشار إليه باسم الإنعاش. هذا يعني أنه لن يكون هناك إنعاش قلبي رئوي (CPR).

للمزيد من المعلومات:

www.ahs.ca
advance care planning
وابحث عن

لطلب Green
Sleeve:

myhealth.alberta.ca
وابحث عن
Green Sleeve

Green Sleeve الخاص بك

(Your Green Sleeve)

Green Sleeve هو حافظة بلاستيكية تحمل نماذج التخطيط المسبق للرعاية. يمكن اعتباره كجواز سفر طبي.

• هناك طريقتان للحصول على Green Sleeve: من مقدم الرعاية الصحية، أو يمكنك طلب واحد عبر الإنترنت.

• إنه ملكك. عندما تكون في المنزل، احتفظ به على التلاجة أو بالقرب منها.

• قد يسأل مقدمو الرعاية الصحية في جميع المراكز عما إذا كان لديك Green Sleeve.

• إذا ذهبت إلى المستشفى أو موعد للرعاية الصحية، فخذ معك Green Sleeve الخاص بك. وتأكد من أن تُعيده معك إلى المنزل.

The image shows a stack of three forms. The top form is the 'Goals of Care Designation (GCD) Order' from Alberta Health Services. It includes sections for 'Goals of Care Designation Order', 'Patient's location of care where this GCD Order was ordered', and 'History/Current status of GCD Order'. The middle form is the 'Personal Directive' from Alberta Health Services, which includes sections for 'Revocation of previous personal directive' and 'Designation of agent'. The bottom form is the 'Green Sleeve' form, which is a small card with the Alberta Health Services logo and text in Arabic, including the phone number 103289 and the date 2014/01.

القائمة المرجعية للتخطيط المسبق للرعاية (Advance Care Planning Checklist)

- لقد فكرت في القيم والرغبات وأهداف الرعاية الصحية الخاصة بي.
- لقد فكرت في التبرع بالأعضاء والأنسجة، وقد عبّرت عن رغباتي لعائلتي وسجلت نيتي للتبرع في سجل التبرع بالأعضاء والأنسجة في ألبرتا (Alberta's Organ and Tissue Donation Registry).
- لقد سألت مقدم (مقدمي) الرعاية الصحية الخاص بي عن حالتي الصحية الحالية وعن قرارات الرعاية الصحية المستقبلية التي قد أحتاج إلى اتخاذها.
- لقد أكملت التوجيه الشخصي وحددت اسم متخذ القرارات (الممثل) الخاص بي.
- لقد تحدثت إلى متخذ القرارات الخاص بي (الممثل) حول رغباتي وأعطيته نسخة من التوجيه الشخصي الخاص بي.
- لقد ناقشت رغباتي في علاج الرعاية الصحية مع أولئك المقربين مني.
- وناقشت مع أطبائي تحديد أهداف الرعاية التي تعكس وضعي الحالي بأفضل شكل ممكن.
- لديّ Green Sleeve لأحمل مستنداتي (بما في ذلك التوجيه الشخصي الخاص بي وأمر تحديد أهداف الرعاية)، وقد وضعته على الثلاجة أو بالقرب منها.
- كلما ذهبت إلى المستشفى أو موعد للرعاية الصحية، أحضرت معي حافظة Green Sleeve.



للمزيد من المعلومات، يُرجى الاتصال
بمقدم الرعاية الصحية أو زيارة:
[conversationsmatter.ca](https://www.conversationsmatter.ca)