



# Ang Iyong Gabay sa Abanseng Pagpaplano sa Pangangalaga (Advance Care Planning) sa Western Australia

Isang workbook upang matulungan kang magplano para sa iyong pangangalaga sa hinaharap



Ang mga mambabasa ay binabalaan na ang dokumento ay maaaring naglalaman ng mga larawan ng mga taong namatay na mula nang inilathala.

© Department of Health, State of Western Australia (2022)

Lahat ng impormasyon at materyal sa dokumentong ito ay protektado ng karapatang-sipi (copyright). Ang copyright ay nasa pagtatabi ng Estado ng Western Australia. Bukod sa anumang paggamit na pinahihintulutan ng *Copyright Act 1968* (Cth), ang impormasyon sa dokumentong ito ay hindi maaaring ilathala, o kopyahin sa kahit ano pa mang materyal, nang walang malinaw na pahintulot mula sa End-of-Life Care Program, Western Australian Department of Health.

### **Iminungkahing sanggunian**

Department of Health, Western Australia. *Your Guide to Advance Care Planning in Western Australia: A workbook to help you plan for your future care*. Perth: End-of-Life Care Program, Department of Health, Western Australia; 2022.

### **Mahalagang pagtatatwa (disclaimer)**

Ang gabay na ito ay nilayon upang magbigay ng pangkalahatang-ideya sa paggawa ng abanseng pagpapalano ng pangangalaga. Mayroon itong mga link para sa karagdagang impormasyon at mga mapagkukunan. Hindi dapat sumalalay sa gabay na ito bilang panghalili sa payo sa batas o iba pang propesyonal na payo. Dapat humingi ng independiyenteng payo para sa mga partikular na kaso na nangangailangan ng payo sa batas o iba pang propesyonal na payo.



**Interpreter**

### **Serbisyo ng interpreter**

Mangyaring humiling ng serbisyo ng interpreter kung kailangan mo ng tulong sa pakikipag-usap sa serbisyong pangkalusugan sa iyong wika.

# Mga nilalaman

<b>Ang aking pangangalaga sa hinaharap</b>	<b>2</b>
Ano ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	2
Bakit mahalaga ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	3
Paano makakatulong ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	4
Gawain 1: Magsimula na tayo – ang iyong sitwasyon	5
Ano ang kasama sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	6
<b>1. Pag-isipan</b>	<b>7</b>
Ano ang pinakamahalaga sa akin ngayon? Ano ang pinakamahalaga sa akin kung ako ay magkasakit sa hinaharap?	7
Gawain 2: Mga pinahahalagahan, paniniwala at kagustuhan	7–10
<b>2. Pag-usapan</b>	<b>11</b>
Sino ang maaari mong kausapin tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	11
Ano ang ilang bagay na maaaring pag-usapan?	12
Gawain 3: Mga taong kakausapin	14–15
<b>3. Sumulat</b>	<b>16</b>
Sino ang gagawa ng mga desisyon sa paggamot para sa akin kung hindi ako makagawa o makapagpahayag ng aking mga desisyon?	17
Mga dokumentong nauugnay sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga	19
Gawain 4: Pagpili ng dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga	25–26
<b>4. Ibahagi</b>	<b>27</b>
Saan ko dapat itabi ang aking mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	27
Kanino ko dapat ibahagi ang aking (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?	27
Gawain 5: Pagbabahagi ng mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga	28–29
<b>Saan makakahingi ng tulong</b>	<b>30–31</b>
<b>Mga Pasasalamat</b>	<b>32</b>

Matutulungan ka ng workbook na ito na matutunan ang tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga. Kabilang dito ang mga aktibidad upang matulungan kang mag-isip nang mabuti, magsimula at magabayan ka sa proseso.\*

## Ang aking pangangalaga sa hinaharap

### Ano ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

Maaaring gusto mong magbigay ng iyong palagay sa uri ng pangangalaga na natatanggap mo sa iyong buhay. Ito ay maaaring maging mahirap sa mga oras na ikaw ay may sakit at maaaring hindi mo magawa o maipahayag ang iyong mga kahilingan.

Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay kinabibilangan ng pakikipag-usap sa iyong mga mahal sa buhay at sa mga kasangkot sa iyong pangangalaga tungkol sa iyong mga pinahahalagahan, paniniwala at kagustuhan para pangangalaga sa iyong kalusugan at sarili.

Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay maaaring magsimula sa anumang edad. Pinakamainam na magsimula habang hindi masama ang iyong pakiramdam at nakakagawa ka pa ng mga desisyon. Ang proseso ay pinakamahusay na gagana kapag ikaw ay tapat at bukas sa pagsasabi kung ano ang mahalaga sa iyo - kahit na mahirap ito para sa ilang mga tao.

Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay isang boluntaryong proseso ng pagpapalano para sa hinaharap na kalusugan at pangangalaga sa sarili kung saan ang mga pinahahalagahan, paniniwala at mga kagustuhan ng tao ay ipinapaalam upang gabayan ang paggawa ng desisyon sa hinaharap kung ang taong iyon ay hindi na makagawa o makapagpahayag ng kanyang mga desisyon.

*Source: National Framework for Advance Care Planning Documents*

#### Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga:



ay boluntaryo



ay personal – nakatutok ito sa kung ano ang pinakamahalaga sa iyo



ay gumagalang sa iyong mga paniniwala, pinahahalagahan at kultura



ay maaaring magsangkot ng marami, o kaunting mga tao na iyong pinili



ay isang naaakmang patuloy na proseso na nagbibigay-daan sa iyong gumawa ng pagbabago

ay mga desisyon habang nagbabago ang iyong sitwasyon, kalusugan o pamumuhay.

\* Ang workbook na ito ay isang mapagkukunan ng impormasyon. Kung handa ka nang gumawa ng mga partikular na desisyon sa pangangalaga at paggamot, mangyaring sumangguni sa [Seksyon 3: Sumulat](#) para sa listahan ng mga makukuhang mga dokumento sa abansang pagpapalano ng pangangalaga sa WA.



## Bakit mahalaga ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

Makakatulong sa atin ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga na:

- pag-isipan kung ano ang mahalaga sa atin kaugnay ng ating kalusugan at personal na pangangalaga sa hinaharap
- ilarawan ang ating mga paniniwala at pinahahalagahan at kung paano ito maaaring makaapekto sa ating mga desisyon tungkol sa pangangalaga sa kalusugan at sarili sa hinaharap
- gumawa ng plano para sa ating pangangalaga sa kalusugan at sarili sa hinaharap batay sa kung ano ang pinakamahalaga sa atin, at ibahagi ang planong ito sa iba
- maging panatag ang loob sa kaalaman na batid ng ibang tao ang ating mga kahilingan sakaling dumating ang panahon na hindi na tayo makagawa o makapagpahayag ng ating mga desisyon at kung ano ang mahalaga sa atin.

Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay maaari ring makatulong sa mga pamilya, kaibigan at mga propesyonal sa kalusugan na kasangkot sa pangangalaga ng isang tao.

- Ang mga tao na kalahok sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga bilang bahagi ng pagsasaalang-alang sa kanilang pangangalaga sa kalusugan at sarili sa hinaharap ay nagsasabi na hindi na sila gaanong nababalisa, nalulumbay, nakukunsumi at mas nasisiyahan sa pangangalagang natanggap.
- Maaaring mabawasan ng abanseng pagpapalano ng pangangalaga ang pangangailangang manatili sa ospital.
- Maaaring mabawasan ng abanseng pagpapalano ng pangangalaga ang posibilidad na mabigyan ng mga hindi ginugustong paggamot.



# Paano makakatulong ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

Ang desisyon na simulan ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay pansariling desisyon. Maaaring makatulong ang magsimula sa pag-iisip tungkol sa mga karanasan ng ibang tao at kung ano ang nakita nilang kapaki-pakinabang tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga. Ang Larawan 1 ay nagbibigay ng ilang mga halimbawa.

**Larawan 1. Mga halimbawa kung paano makakatulong ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga sa iba't ibang karanasan sa buhay**

**Naaakma ba sa iyo ang alinman sa mga sitwasyong ito?**

**Ako ay malusog, nasa mga 20 ang edad at may pamilyang nagsisimula pa lang.**

Napagpasyahan kong ibahagi kung ano ang mahalaga sa akin upang makapagdesisyon ang aking mga propesyonal sa kalusugan (health professionals) at pamilya tungkol sa aking pangangalaga sakaling may mangyaring hindi inaasahan sa hinaharap.



**Ako ay 61, walang anak at nabubuhay nang mag-isa.**

Inayos ko na ang aking pananalapi ngunit nag-aalala ako kung sino ang mag-aalaga sa akin sakaling ako ay magkasakit? Nakita kong nakakatulong ang makipag-usap sa aking mga kaibigan, mga propesyonal sa kalusugan at abogado tungkol sa lugar na gustong manirahan at kung ano ang mahalaga sa akin kung lumala ang lagay ng aking kalusugan.



**Kamakailan lang ay nadiagnos ako na may kondisyong naglilimita sa buhay.**

Ang pakikipag-usap sa aking mga mahal sa buhay at mga propesyonal sa kalusugan tungkol sa maaaring mangyari habang lumalala ang aking kondisyon ay nakatulong sa kanila na maunawaan ang pangangalaga na gusto ko o hindi ko gusto sa hinaharap. Ito rin ay nagpanatag sa aking isipan dahil alam kong nauunawaan nila kung ano ang mahalaga sa akin.



**Malapit na akong lumipat sa isang pasilidad ng pangangalaga.**

Gusto kong gumawa ng mga desisyon tungkol sa kung saan ako titira, at kung sino ang gusto ko na nasa paligid ko kapag lumipat na ako. Nakipag-usap ako sa aking GP tungkol sa aking pangangalaga sa hinaharap, mga paggamot na malamang na kailanganin ko, at kung anong suporta ang makukuha ko.





# Ano ang kasama sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

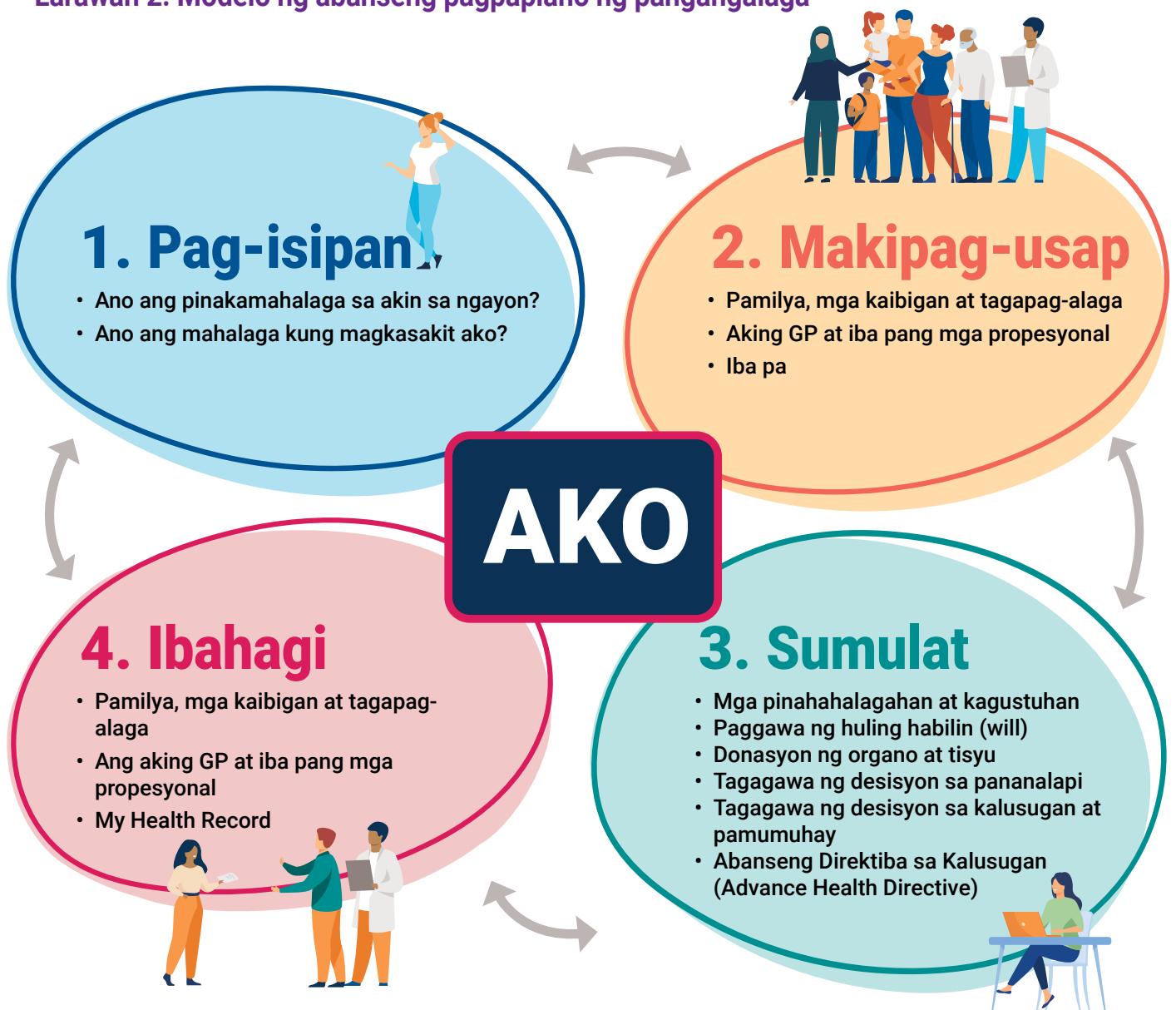
Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay kinabibilangan ng 4 na pangunahing elemento:

- pag-isipan
- makipag-usap
- sumulat
- ibahagi.

Ang mga elementong ito ay inilarawan sa Larawan 2.

Ang iyong proseso ng abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay gagabayan mo. Kasama sa workbook na ito ang mga aktibidad upang matulungan kang maunawaan at tuklasin ang bawat elemento.

**Larawan 2. Modelo ng abanseng pagpapalano ng pangangalaga**



© 2022 Palliative Care WA



# 1. Pag-isipan

## Ano ang pinakamahalaga sa akin ngayon? Ano ang pinakamahalaga sa akin kung magkasakit ako sa hinaharap?

Isang magandang simulain ay ang pag-isipan ang iyong mga pinahahalagahan, paniniwala at kagustuhan. Ito ay makakatulong sa iyo na malaman kung ano ang pinakamahalaga sa iyo kaugnay ng iyong pangangalaga sa kalusugan at sarili.

### Mga makakatulong na mapagkukunan

- Bisitahin ang MyValues website ([myvalues.org.au](http://myvalues.org.au)) na nagbibigay ng hanay ng mga pahayag na dinisenyo upang tulungan kang matukoy, maisaalang-alang at maipaalam ang iyong mga kahilingan sa hinaharap na medikal na paggamot.
- Tawagan ang Palliative Care Helpline **1800 573 299** (9:00am hanggang 5:00pm bawat araw ng taon)
  - Impormasyon at suporta sa anumang mga isyu na may kinalaman sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, palyatibong pangangalaga (palliative care), dalamhati at kawalan
- Tumawag sa Palliative Care WA **1300 551 704** (Lunes hanggang Huwebes)
  - Pangkalahatang mga katanungan, mapagkukunan at impormasyon tungkol sa mga libreng palihang pangkomunidad (community workshop) sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga ([palliativecarewa.asn.au/advance-care-planning](http://palliativecarewa.asn.au/advance-care-planning))
  - Makatanggap ng isang set ng card na What Matters Most (Ano ang Pinakamahalaga)
- Impormasyon tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga sa iba't ibang mga wika at mga mapagkukunan para sa mga taong Aborihinal [healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning](http://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning)



## Gawain 2: Mga pinahahalagahan, paniniwala at kagustuhan

Ang sumusunod na mga tanong ay maaaring makatulong sa iyong pag-isipan ang tungkol sa iyong mga pinahahalagahan, paniniwala at kagustuhan. Walang maling sagot sa mga tanong na ito.

### Ang Iyong buhay

Ano ang ibig sabihin ng 'mabuhay nang maayos' para sa iyo?

- Gumugugol ng oras sa pamilya at mga kaibigan.
- Nabubuhay nang nakapagsasarili.
- Nagagawang bisitahin ang aking bayan, bansang pinagmulan, o gumugugol ng panahon sa bansa.
- Nagagawang alagaan ang aking sarili (hal. pagligo, pagpunta sa banyo, pagkain nang mag-isa).
- Nanatiling aktibo (hal. paglalaro ng isport, paglalakad, paglangoy, paghahardin).

- Nasisiyahan sa mga panlibangang aktibidad, mga pinagkakaabalahan at mga interes (hal. musika, paglalakbay, pagboboluntaryo).
- Naisasagawa ang mga aktibidad sa relihiyon, kultura, espirituwal at/o komunidad (hal. pananalangin, pagdalo sa mga serbisyong pangrelihiyon).
- Namumuhay ayon sa aking mga paniniwala o kultural at relihiyosong mga pinahahalagahan (hal. pagkain ng halal, pagmumuni-muni o nabubuhay bilang isang ateista).
- Nagtatrabaho sa isang bayad o hindi bayad na trabaho.
- Iba pa (gamitin ang puwang sa ibaba upang isulat ang iba pang mga bagay na mahalaga sa iyo o upang magbigay ng higit pang mga detalye tungkol sa mga item na iyong namarkahan).

---

---

---

---

---

Habang iniisip kung ano ang kahulugan ng maayos na pamumuhay para sa iyo, ano ang mga pinakamahalagang mga bagay sa iyong buhay? (hal. pamilya, seguridad sa pananalapi, kalusugan, kakayahang maglakbay)

---

---

---

---

---

Mayroon ka bang anumang mga alalahanin tungkol sa iyong hinaharap? Kung gayon, ano ang mga ito?

---

---

---

---

---





## 2. Makipag-usap

Ang pakikipag-usap tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga ay isang paraan upang maipaalam sa iyong mga mahal sa buhay at sa mga kasangkot sa iyong pangangalaga kung ano ang gusto at hindi mo gustong mangyari sa iyong kalusugan at pangangalaga sa hinaharap. Ang isang malapit o mapagmahal na relasyon ay hindi palaging nangangahulugan na alam ng isang tao kung ano ang mahalaga sa iyo. Ang pag-uusap ay napakahalaga.

### Sino ang maaari mong kausapin tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

Maaaring gusto mong talakayin sa mga taong pinagkakatiwalaan mo ang iyong mga pangangailangan at kung ano ang mahalaga sa iyo. Maaaring kabilang dito ang:



pamilya



mga kaibigan



(mga) tagapag-alaga



(mga) pangmatagalang guardian  
o enduring guardian(s) (kung itinalaga)



GP o ibang miyembro ng iyong pangkat ng pangangalagang pangkalusugan (healthcare team)



propesyonal sa batas



kultural o espirituwal na tao.

Ang seksyon na [Saan makakahingi ng tulong](#) ay may listahan ng mga serbisyo na maaari mong kausapin tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga.





## Ano ang ilang bagay na maaaring pag-uusapan?

Maaari kang makipag-usap tungkol sa iba't ibang bagay sa iba't ibang tao. Halimbawa, kapag nakikipag-usap sa mga mahal sa buhay, maaari mong ibahagi ang:

- iyong mga pinahahalagahan at paniniwala
- mga kagustuhan kapag ikaw ay may sakit.

Sa iyong mga propesyonal sa kalusugan, maaari mong:

- talakayin ang mga alalahanin tungkol sa iyong kalusugan
- pag-usapan ang iyong mga opsyon para sa pangangalaga sa hinaharap
- humingi ng payo tungkol sa mga positibo at negatibo sa mga opsyong iyon hal. praktikal ba, abot-kaya ba ang halaga o kinakailangan.

Narito ang ilang halimbawa kung paano sisimulan ang pag-uusap na makakatulong sa iyo kapag nakikipag-usap ka sa iba.

<b>Tungkol sa akin</b>	Ang pagiging kaya din... ang pinakamahalaga sa akin.	Para sa akin, ang buhay na may halaga pang ipagpatuloy ay kung saan ako ay...	... ay mahalaga upang makapamuhay ako nang maayos.
<b>Tungkol sa buhay</b>	Ano ang magandang araw para sa iyo?	Ano ang nasa bucket list mo?	Ano ang pinaka-pinahahalagahan mo sa buhay?
<b>Tungkol sa mga pagpipilian</b>	Iniisip ko ang nangyari kay... at napagtanto ko na...	Kung... mangyari sa akin, gusto ko na...	Gusto ko na... ang gumawa ng mga medikal na desisyon sa ngalan ko kung hindi ko na magawa.

Pinagkunan: Advance Care Planning Australia ([advancecareplanning.org.au](http://advancecareplanning.org.au))

Maaaring nakakailang ang makipag-usap sa mga taong malapit sa iyo tungkol sa maaaring mangyari kung magkasakit ka sa hinaharap.

Ang pamilya at mga kaibigan ay madalas na may sariling mga opinyon tungkol sa dapat mong isaalang-alang sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga. Bagama't makakatulong ang marinig ang iniisip ng iba, tandaan na ikaw ang magpapasya kung ano ang pinakamainam para sa iyo. Makakatulong na pag-isipan ang tamang oras sa pakikipag-usap at humanap ng lugar na komportable.

Huwag magmadali  
– tandaan na ang  
abanseng pagpapalano ng  
pangangalaga ay isang  
nagpapatuloy na pag-uusap  
at hindi mo kailangang  
talakayain ang lahat-lahat  
nang minsanan.

### Iba pang mga bagay na maaaring gusto mong pag-usapan

Ang pagtulong sa boluntaryong pagpapakamatay (voluntary assisted dying) ([health.wa.gov.au/voluntaryassisteddying](http://health.wa.gov.au/voluntaryassisteddying)) ay isang ligal na opsyon para sa mga taga-Western Australia na tumutugon sa kinakailangang pamantayan sa pagiging kwalipikado. Hindi posibleng isama ang voluntary assisted dying sa Advance Health Directive ngunit kung ito ay isang bagay na nais mong isaalang-alang bilang isang opsyon, maaari kang makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan (healthcare provider) o makipag-ugnayan sa WA VAD Statewide Care Navigator Service (email [VADcarenavigator@health.wa.gov.au](mailto:VADcarenavigator@health.wa.gov.au) o tumawag sa 9431 2755). Ang mga tumutulong humanap ng pangangalaga na nagtatrabaho sa serbisyo ay mga kwalipikadong propesyonal sa kalusugan na may malawak na kaalaman tungkol sa voluntary assisted dying bilang isang pagpipilian sa pagtatapos ng buhay (end-of-life choice). Mayroon silang malawak na karanasan sa pagsuporta sa mga pasyente at pamilya.

### Iba pang mga kapaki-pakinabang na mapagkukunan

- Payo kung paano sisimulan ang pag-uusap mula sa Advance Care Planning Australia ([advancecareplanning.org.au/understand-advance-care-planning/starting-the-conversation](http://advancecareplanning.org.au/understand-advance-care-planning/starting-the-conversation))
- Dementia Australia Start2talk ([dementia.org.au/information/about-dementia/planning-ahead-start2talk](http://dementia.org.au/information/about-dementia/planning-ahead-start2talk))





## Gawain 3: Mga taong kakausapin

Sino ang mga taong gusto mong makausap tungkol pangangalaga sa iyong kalusugan at sarili sa hinaharap? Gumawa ng listahan sa ibaba.

---

---

---

---

---

Kailan ang magandang panahon para makipag-usap, sa mga taong nakalista sa itaas, tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga? (hal. ngayong taon, bago ang iyong susunod na tipanan sa espesyalista, bago ang iyong susunod na kaarawan). Saan mo gustong makipag-usap sa kanila? (hal. sa telepono, habang kumakain ng hapunan, habang naglalakad).

---

---

---

---

---

Narito ang ilang mga mungkahi na maaari mong gamitin upang simulan ang pag-uusap. Lagyan ng tsek kung aling mga mungkahi ang maaaring makatulong sa iyo. Maaari ka ring magdagdag ng ilang mga tala para sa iyong sariling mga mungkahi sa ibaba.

Pagkakataon	Halimbawa
<input type="checkbox"/> Pagpapalano ng pananalapi sa pagreretiro	'Habang papalapit na ang ating pagreretiro, marahil ay dapat na nating simulan ang pag-iisip kung paano natin gagastusin ang ating pera at kung saan natin gustong manirahan. Magandang ideya na gumawa tayo ng plano kung sakaling ang isa o tayong dalawa ay hindi na makagawa ng mahahalagang desisyon sa hinaharap.'
<input type="checkbox"/> Mga medikal na pagsusuri	'Makikipagkita ako sa aking GP sa susunod na linggo para sa aking taunang pagsusuri. Mayroong ilang mga bagay na nais kong talakayin sa doktor. Alam ko na sa hinaharap ay maaaring kailanganin kong gumawa ng ilang mga desisyon tungkol sa aking pangangalagang pangkalusugan. Mabuting makipag-usap sa iyo tungkol dito, at pati na rin sa GP.'

## Pagkakataon

## Halimbawa

Ang pagkamatay ng isang kaibigan o kamag-anak

'Pagkatapos kong makita ang karanasan ng aking kaibigan sa pagtatapos ng kanyang buhay, naisip ko ang uri ng pangangalaga na gusto ko sa hinaharap. Maaari ba tayong gumugol ng ilang oras upang pag-usapan ito? Marahil ay maaari nating isulat ang ilang mga iniisip natin tungkol sa kung ano ang mahalaga sa atin at pagkatapos ay pag-usapan natin ito.'

'Talagang naging panatag ang aking kalooban na ang mga kahilingan ni Nanay kung paano niya gustong mamatay ay sinunod ng aming pamilya at ng kanyang mga doktor. Napaisip ako kung ano ang mahalaga sa akin at gusto kong malaman kung ano ang mahalaga para sa iyo. Maaari ba tayong mag-chat tungkol dito? Siguro maaari nating isulat ang ilang mga bagay upang malaman natin kung ano ang magiging mahalaga sa atin kapag narating na natin ang puntong iyon sa hinaharap.'

Mga pelikula o mga balita sa media

'Nakakalungkot na makita ang pinagdaanan ng taong iyon sa pagtatapos ng kanyang buhay dahil walang nakakaalam kung ano ang gusto niya. Ayokong mangyari ito sa atin. Maaari ba nating pag-usapan kung ano ang mahalaga sa atin?'

Ang iyong mga ideya kung paano sisimulan ang pag-uusap

---

---

---

Ano ang nangungunang 3 bagay na gusto mong isama sa inyong mga pag-uusap?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

**Tandaan na maaari mong rebyuhin at baguhin ang alinman sa iyong mga pinili at mga dokumento upang umangkop sa mga pagbabago sa iyong personal na sitwasyon, kalusugan o pamumuhay.**

## 3. Sumulat

Kapag naisip mo na kung ano ang mahalaga sa iyo at nakipag-usap ka na sa iba, magandang ideya na isulat ang iyong desisyon.

Sa WA mayroong iba't ibang mga dokumento na maaari mong gamitin upang maipaalam ang iyong mga pinahahalagahan at kagustuhan para sa iyong pangangalaga sa hinaharap.

Ilan sa mga ito ay mga dokumentong statutory (statutory documents) na kinikilala sa batas. Ang iba ay mga dokumentong non-statutory (non-statutory documents) na hindi kinikilala ng partikular na batas at walang kaparehong puwersa sa batas. Kasama sa seksyon ng workbook na [Saan makakahingi ng tulong](#) ang impormasyon kung saan malalaman ang higit pa tungkol sa ligalidad ng mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga.

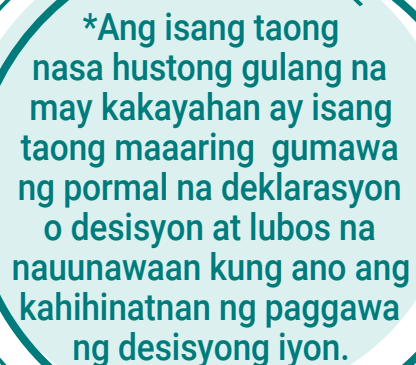
### Mga dokumentong statutory

Ang pinakamatibay at pinakapormal na paraan ng pagtatala ng iyong mga kahilingan para pangangalaga sa kalusugan at sarili sa hinaharap ay ang isang dokumentong statutory. Kasama sa mga halimbawa ang Abanseng Kautusan sa Kalusugan (Advance Health Directive) at Pangmatagalang Kapangyarihan ng Guardian (Enduring Power of Guardianship).

Ang mga dokumentong ito ay kinikilala sa ilalim ng batas sa WA at, sa karamihan ng mga sitwasyon, ay dapat sundin.

Ang mga dokumentong statutory ay dapat:

- gawin ng isang taong nasa hustong gulang at may kakayahan\*
- gawin ng mismong tao (hindi ng ibang tao para sa kanya)
- nilagdaan ng tao at sinaksihan ayon sa pormal na mga kahingian.



\*Ang isang taong nasa hustong gulang na may kakayahan ay isang taong maaaring gumawa ng pormal na deklarasyon o desisyon at lubos na nauunawaan kung ano ang kahihinatnan ng paggawa ng desisyong iyon.

### Mga dokumentong non-statutory

Ang iba pang hindi gaanong pormal na mga dokumento ay maaari ring gamitin para sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga. Ang mga ito ay tinatawag na dokumentong non-statutory. Kasama sa mga halimbawa sa WA ang:

- Form ng mga Pinahahalagahan at Kagustuhan (Values and Preferences Form): Pagpapalano para sa aking pangangalaga sa hinaharap (Inaalang sa form na ito ang mga pinahahalagahan at kagustuhan ngunit tumtutugon sa mas pormal na mga kahingian ng isang dokumentong statutory)
- Abanseng Plano ng Pangangalaga (Advance Care Plan) para sa isang taong walang sapat na kakayahang gumawa ng desisyon (ito ay isang dokumentong isinulat sa ngalan ng isang tao dahil wala na siyang kakayahan)
- Mga Layunin ng Pangangalaga sa Pasyente (Goals of Patient Care) (ito ay kung saan ang isang propesyonal sa kalusugan ay gumagawa ng mga tala tungkol sa mga layuning nauugnay sa kasalukuyang yugto ng pangangalaga sa isang pasyente at kanyang pamilya).



Maaaring gamitin ang mga dokumentong non-statutory para itala ang iyong mga pinahahalagahan at kahilingan. Gayunpaman, hindi nagtataglay ang mga ito kaparehong puwersa ng batas at maaaring hindi gaanong masusunod.

Bawat isa sa iba't ibang mga dokumentong nakalista sa itaas ay inilalarawan sa bandang huli ng seksyong ito.

### **Mga Direktiba ng Karaniwang Batas (Common Law Directives)**

Ang ilang mga dokumentong non-statutory ay maaaring kilalanin bilang Common Law Directive. Ang mga ito ay nakasulat o pasalitang komunikasyon na naglalarawan ng mga kahilingan ng isang tao tungkol sa paggamot na ibibigay o hindi ibibigay sa partikular na mga sitwasyon sa hinaharap. Walang mga pormal na kahingian kaugnay ng mga Common Law Directive. Maaaring maging mahirap patunayan sa batas kung ang isang Common Law Directive ay may saysay at kung ito ay dapat o hindi dapat sundin. Sa dahilang ito, ang mga Common Law Directive ay hindi inirerekomenda para sa paggawa ng mga desisyon sa paggamot.

### **Sino ang gagawa ng mga desisyon sa paggamot para sa akin kung hindi ko na magawa o maipahayag ang aking mga desisyon?**

Dapat sundin ng mga propesyonal sa kalusugan ang partikular na pagkakasunod-sunod kapag naghahanap ng desisyon tungkol sa paggamot para sa iyo kung hindi ka makapagpasya o hindi mo masabi sa ibang mga tao kung ano ang gusto mo.

Ito ay tinatawag na [Hierarchy ng mga tagagawa ng desisyon sa paggamot](#).

Mahalagang maunawaan kung sino ang maaaring gumawa ng mga desisyon para sa iyo. Makakatulong ito sa iyong magpasya kung sino ang kailangan mong sabihan kung ano ang mahalaga sa iyo at kung aling (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga ang maaaring makatulong.



## Hierarchy ng mga tagagawa ng desisyon sa paggamot

Kung walang AHD o hindi nito saklaw ang desisyon sa paggamot na kinakailangan, ang propesyonal sa kalusugan ay dapat kumuha ng desisyon para sa hindi agarang paggamot mula sa unang tao na nakalista sa hierarchy na may 18 taong gulang o mas matanda, may ganap na ligal na kakayahan at handa at may panahong gumawa ng desisyon.



Kung sakaling hindi ka na makagawa o makapagpahayag ng iyong mga desisyon:

- kung **mayroon** kang Advance Health Directive, ito ay gagamitin upang gabayan ang mga desisyon sa paggamot para sa iyo
- kung **wala kang** Advance Health Directive ngunit nagtalaga ka ng Enduring Guardian, hihilingin sa iyong Enduring Guardian na gumawa ng mga desisyon sa paggamot sa ngalan mo
- kung **wala kang** Advance Health Directive o Enduring Guardian, gagamitin ng mga propesyonal sa kalusugan ang listahan sa itaas para maghanap ng taong gagawa ng mga desisyon sa paggamot sa ngalan mo, ayon sa nakalistang pagkakasunud-sunod hanggang sa matagpuan ang isang angkop at may panahong tagagawa ng desisyon.

## Mga dokumentong nauugnay sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga

Ang pag-iisip tungkol sa kung anong uri ng mga desisyon at mga naiisip ang gusto mong ibahagi sa iba ay makakatulong sa iyong magpasya kung aling (mga) dokumento ang maaaring makatulong sa iyo. Hindi mo kailangang gamitin ang alinman sa mga dokumentong ito, ngunit maaaring makatulong ang mga ito sa iba't ibang sitwasyon.

Upang matulungan kang maunawaan kung kailan ka maaaring gumamit ng iba't ibang mga dokumento para sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga at iba pang pagpapalano sa hinaharap, maaari mong isipin ang mga ito ayon sa sumusunod na paraan:

**Tandaan**  
na ang mga dokumentong statutory ang pinakamatibay at pinakapormal na paraan upang maitala ang ating mga kahilingan.



**Mga dokumentong nauugnay sa iyong kalusugan at pangangalaga**

- Form ng mga Pinahahalagahan at Kagustuhan: Pagpapalano para sa aking pangangalaga sa hinaharap
- Abanseng Direktiba sa Kalusugan (Advance Health Directive)
- Pangmatagalang Kapangyarihan ng Guardian (Enduring Power of Guardianship)
- Donasyon ng organo at tisyu



**Mga dokumentong may kaugnayan sa mga usapin sa ari-arian at pananalapi**

- Huling Habilin (Will)
- Pangmatagalang Kapangyarihan ng Abogado (Enduring Power of Attorney)



**Mga dokumentong maaaring kumpletuhin ng iba sa ngalan mo**

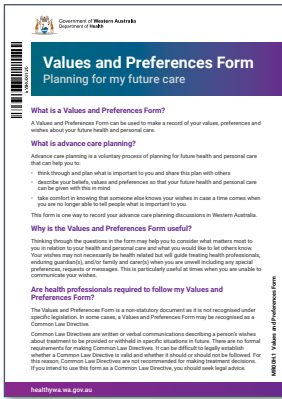
- Abanseng Pagpapalano ng Pangangalaga (Advance Care Plan) para sa isang taong walang sapat na kakayahang gumawa ng desisyon
- Mga Layunin ng Pangangalaga sa Pasyente (Goals of Patient Care)

Bawat isa sa mga dokumentong ito ay maikling inilalarawan sa susunod na mga pahina.



## Form ng mga Pinahahalagahan at Kagustuhan (Values and Preferences Form): Pagpapalano para sa aking pangangalaga sa hinaharap

[healthywa.wa.gov.au/ACPvaluesandpreferencesform](http://healthywa.wa.gov.au/ACPvaluesandpreferencesform)



**Uri ng dokumento:** Non-statutory (ngunit maaaring kilalanin bilang Common Law Directive sa ilang mga kaso)

**Ano ito:** Isang pahayag ng iyong mga pinahahalagahan, kagustuhan at kahilingan na may kaugnayan sa pangangalaga sa iyong kalusugan at sarili.

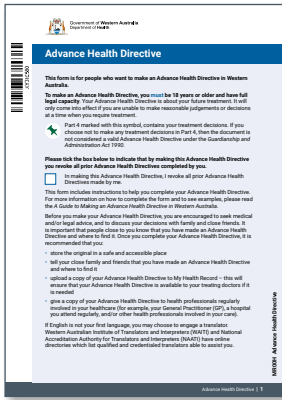
**Bakit ito makakatulong:** Upang maipaalam sa mga tao ang iyong mga pinahahalagahan, kagustuhan at kahilingan. Ang iyong mga kahilingan ay hindi kinakailangang may kaugnayan sa kalusugan ngunit gagabay sa gumagamot na mga propesyonal sa kalusugan, (mga) enduring guardian at/o pamilya kung paano mo gustong

magamot, kabilang ang anumang mga espesyal na kagustuhan, kahilingan o mensahe.

**Ano ang kasama dito:** Ang mga tanong ay pareho sa seksyong 'Ang aking mga Pinahahalagahan at Kagustuhan' ng Advance Health Directive (tingnan sa ibaba). Kung hindi mo pa handang kumpletuhin ang buong Advance Health Directive na may mga kahilingan na dapat pormal na sasaksihan at lalagdaan, baka gusto mong magsimula muna sa pagkumpleto ng form na ito.

## Abanseng Direktiba sa Kalusuhan (Advance Health Directive) (tinatawag ding AHD)

[healthywa.wa.gov.au/AdvanceHealthDirectives](http://healthywa.wa.gov.au/AdvanceHealthDirectives)



**Uri ng dokumento:** Statutory

**Ano ito:** Isang ligal na rekord ng iyong mga desisyon tungkol sa (mga) paggamot na gusto o hindi mo gustong matanggap kung ikaw ay magkasakit o mapinsala sa hinaharap. Maaari lamang itong gawin ng isang taong mas matanda sa 18 taong gulang na may kakayahang gumawa at ipahayag ang kanyang mga desisyon.

**Kailan ito gagamitin:** Ang isang Advance Health Directive ay ginagamit lamang kung hindi ka makagawa ng mga desisyon o maipahayag ang mga ito o makapagsabi sa ibang tao kung ano ang gusto mo. Kung mangyari ito, ang iyong Advance Health Directive ang iyong magiging 'boses'. Magagamit lamang ito kung ang

impormasyon dito ay may kaugnayan sa paggamot at/o pangangalaga na kailangan mo.

Ang Advance Health Directive ay pinakamataas sa [Hierarchy para sa mga tagagawa ng desisyon sa paggamot](#).

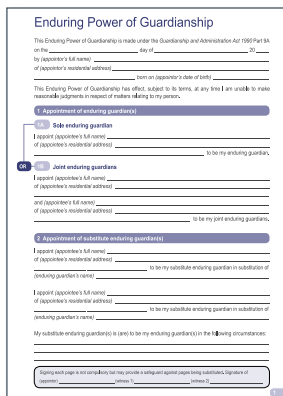
**Ano ang kasama dito:** Ikaw ang magpapasya kung anong mga desisyon at mga paggamot ang gusto mong isama sa Advance Health Directive. Maaari mong isama ang mga paggamot na medikal, siruhikal at pang-ngipin, palyatibong pangangalaga at mga hakbang tulad ng life-support at resuscitation. Makakatulong na magamit tiyak hangga't maaari sa iyong mga desisyon sa paggamot.

*Ang Gabay sa Paggawa ng isang Advance Health Directive sa WA ay nagbibigay ng sunud-sunod na mga tagubilin sa maaaring isama sa isang Advance Health Directive at kung paano ito lalagdaan at sasaksihan nang tama.*

Kasama rin sa form ang seksyong 'Aking mga Pinahahalagahan at Kagustuhan' kung saan maaari mong isulat ang mga bagay na pinakamahalaga sa iyo tungkol sa iyong kalusugan at pangangalaga. Ang mga tanong sa seksyong ito ay pareho sa mga tanong sa Values and Preferences Form.

## Pangmatagalang Kapangyarihan ng Guardian (tinatawag ding Enduring Power of Guardianship - EPG)

[justice.wa.gov.au/epg](http://justice.wa.gov.au/epg)

The image shows a thumbnail of the 'Enduring Power of Guardianship' form. It includes sections for 'Substituted Enduring Guardianship' and 'Joint Enduring Guardianship'. The form has various fields for names, addresses, and dates, along with checkboxes and a signature line.

**Uri ng dokumento:** Statutory

**Ano ito:** Isang ligal na dokumento na nagpapahintulot sa isang tao na gumawa ng mga desisyong personal, sa pamumuhay at sa paggamot sa ngalan mo. Maaari mong piliin ang taong magsasagawa ng tungkuling ito. Ang taong ito ay kilala bilang isang enduring guardian o tagagawa ng desisyon sa kalusugan at pamumuhay. Maisasagawa lamang ang Enduring Power of Guardianship ng isang taong mas matanda sa 18 taong gulang na may kakayahang gumawa at magpahayag ng kanilang sariling mga desisyon.

**Kailan ito ay gagamitin:** Ang Enduring Power of Guardianship ay ginagamit lamang kung hindi ka na makagawa o makapagpahayag ng mga desisyon.

**Ano ang kasama dito:** Maaaring gamitin ang Enduring Power of Guardianship upang pahintulutan ang isang tao na gumawa ng lahat, o ilan, sa mga desisyon sa ngalan mo. Maaaring kabilang dito ang mga desisyon tungkol sa:

- saan ka titira
- mga serbisyo ng suporta na makukuha mo
- (mga) paggamot na tatanggapin mo.

Maaari kang magkaroon ng mahigit sa isang pangmatagalang guardian (enduring guardian). Gayunpaman, dapat silang magkasundo sa anumang mga desisyong gagawin nila sa ngalan mo. Ang enduring guardian ay hindi maaaring gumawa ng mga desisyon tungkol sa ari-arian o pananalapi sa ngalan mo.

**Mungkahi: Maaari kang magkaroon ng Advance Health Directive at isang Enduring Power of Guardianship.**

## Pag-donate ng organo at tisyu

**Ano ito:** Isang paraan ng pagrerehistro kung gusto mong mag-donate ng mga organo at tisyu sa iyong pagkamatay. Ang impormasyong ito ay hindi maisasaad sa dokumento ng abanseng pagpapalano ng pangangalaga.

**Kailan ito gagamitin:** Ang donasyon ng organo at tisyu ay mahalaga lamang pagkamatay ng isang tao. Mahalagang ipaalam sa pamilya ang tungkol sa iyong mga kagustuhang mag-donate ng organo at tisyu, dahil hihilingin sa mga kamag-anak na sumang-ayon dito.

Ang pag-donate ng organo at tisyu ay maaari lamang pormal na irehistro sa [Donate Life donatelife.gov.au](http://DonateLife.gov.au)





## Mga dokumentong may kaugnayan sa mga usapin sa ari-arian at pananalapi

### Huling habilin (Will)

[publictrustee.wa.gov.au](http://publictrustee.wa.gov.au)

**Uri ng dokumento:** Statutory

**Ano ito:** Ang Will ay isang nakasulat at ligal na dokumento na nagsasabi kung ano ang gustong gawin ng isang tao sa kanyang pera, personal na ari-arian at ari-arian (kabilang ang lupain) sa kanyang pagkamatay.

**Kailan ito gagamitin:** Ang Will ay magkakabisa pagkatapos mong pumanaw.

### Enduring Power of Attorney (tinatawag ding EPA o tagagawa ng desisyon sa Pananalapi)

[justice.wa.gov.au/epa](http://justice.wa.gov.au/epa)

**Uri ng dokumento:** Statutory

**Ano ito:** Isang dokumentong ginagamit sa pagtatalaga ng isang pinagkakatiwalaang tao o mga tao na gumawa ng mga desisyon sa pananalapi at ari-arian sa ngalan mo.

**Kailan ito gagamitin:** Maaari mong piliin na magsimula kaagad ang awtoridad o sa sandaling mawalan ka lamang ng kapasidad. Ang Enduring Power of Attorney ay maaari lamang isagawa ng isang taong mas matanda sa 18 taong gulang na may kakayahang gumawa at magpahayag ng kanyang mga desisyon.

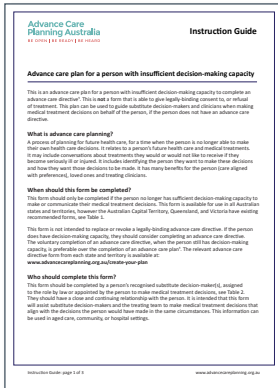




# Mga dokumentong maaaring kumpletuhin ng iba sa ngalan mo

## Advance Care Plan para sa isang taong walang sapat na kakayahang gumawa ng desisyon

[advance-care-plan\\_full-name.pdf \(advancecareplanning.org.au\)](https://www.advancecareplanning.org.au/advance-care-plan_full-name.pdf)



### Uri ng dokumento: Non-statutory

**Ano ito:** Isang Advance Care Plan na isinulat sa ngalan mo ng isang kinikilalang (mga) tagagawa ng desisyon na may malapit at patuloy na kaugnayan sa iyo (ibig sabihin, ang taong pinakamataas sa Hierarchy ng mga tagagawa ng desisyon sa paggamot na may panahon at handang gumawa mga desisyon). Ang ganitong uri ng Advance Care Plan ay gagawin lamang kung wala ka nang kakayahang gumawa o magpahayag ng mga desisyon at hindi ka na nakagawa ng Advance Health Directive o Values and Preferences Form.

**Kailan ito gagamitin:** Ang ganitong uri ng Advance Care Plan ay ginagamit kung gumagawa ng mga pagpapasya sa medikal

na paggamot sa ngalan ng isang taong walang Advance Health Directive at hindi na makagawa o makapagpahayag ng kanyang mga desisyon. Maaari lamang itong gamitin upang gabayan at ipaalam ang mga desisyon sa pangangalaga at paggamot. Hindi ito maaaring gamitin upang magbigay ng ligal na pahintulot sa paggamot, o sa pagtangga nito.

**Ano ang nakasaad dito:** Ginagamit ang form na ito upang kumuha ng impormasyon tungkol sa mga pinahahalagahan at kagustuhan ng isang tao para sa medikal na paggamot sa hinaharap batay sa mga napag-alamang kagustuhan at mga dating pinipili at desisyon ng isang tao.

## Mga Layunin ng Pangangalaga sa Pasyente (Goals of Patient Care - GoPC)

[healthywa.wa.gov.au/Articles/F\\_I/Goals-of-patient-care](https://healthywa.wa.gov.au/Articles/F_I/Goals-of-patient-care)

### Uri ng dokumento: Non-statutory, klinikal

**Ano ito:** Ang Goals of Patient Care ay isang proseso ng pagpapalano na pinangungunahan ng isang propesyonal sa kalusugan sa pagpasok sa ospital o sa iba pang pasilidad ng pangangalaga. Mahalaga sa proseso ang pakikipag-usap sa iyo at, kung kailangan, sa iyong pamilya o (mga) tagapag-alaga, upang makapagpasya kung aling mga paggamot ang makakatulong sa iyo kung lumala na ang iyong kondisyon. Isusulat ng iyong propesyonal sa kalusugan sa form ng Goals of Patient Care ang mga desisyon na gagawin ninyo nang magkakasama.

**Kailan ito gagamitin:** Ang Goals of Patient Care ay ginagamit upang ipaalam ang pangangalaga na tatanggapin mo kung lumala na ang iyong kondisyon sa panahon ng pananatili sa ospital o sa iba pang yugto ng pangangalaga. Maaari rin itong gamitin bilang isang paraan ng komunikasyon sa pagitan ng mga clinician sa iba't ibang setting ng pangangalaga. Maaaring ulitin ang proseso para sa mga pananatili sa ospital sa hinaharap.

**Ano ang nakasaad dito:** Ikaw at ang mga miyembro ng iyong pangkat ng pangangalagang pangkalusugan ay magpapasya kung ano ang isusulat sa iyong form ng Goals of Patient Care. Itatala sa form kung aling mga paggamot ang gagamitin kung ikaw ay lubhang magkasakit at hindi na makagawa o makapagpahayag ng mga desisyon. Iba't ibang bersyon ng form ang ginagamit sa iba't ibang setting (hal. para sa mga bata, para sa mga matatanda at para sa mga taong nasa pasilidad ng pangangalaga).

Ang abanseng pagpapalano ng pangangalaga at ang mga pag-uusap tungkol sa mga layunin ng pangangalaga ay magkahiwalay ngunit magkaugnay na mga proseso. Kung mayroon kang dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga gaya ng Advance Health Directive o Values and Preferences Form, dapat kang magbahagi ng kopya sa iyong pangkat ng pangangalagang pangkalusugan. Makakatulong ito sa pag-uusap tungkol sa mga layunin ng iyong pangangalaga.

### Mga mungkahi

- Ang iyong mga sagot sa mga gawain sa workbook na ito ay makakatulong sa iyo na punan ang kinakailangang impormasyon sa ilang mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga.
- Kung ikaw ay may kapansanan sa paningin o hindi makabasa at/o makasulat, maaari mo pa ring kumpletuhin ang mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga:
  - maaari mong hilingin sa ibang tao na basahin ang mga dokumento para sa iyo at isulat kung ano ang iyong gustong sabihin
  - maaari mong hilingin sa ibang tao na lagdaan ang dokumento sa ngalan mo
  - maaari mong lagdaan ang dokumento sa pamamagitan ng paggawa ng marka ngunit kailangan mong kumpletuhin ang isang 'marksman clause' para maliwanag na ito nga ang iyong marka. Inirerekomenda na humingi ka ng ligal na payo kung pipiliin mo ang opsyong ito.
- Ang seksyong Saan makakahingi ng tulong ay naglilista ng mga serbisyo na susuporta sa iyo upang makumpleto ang mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, kabilang ang ligal na payo, at tulong upang maunawaan, mabasa o masagot ang mga form (hal. tulong para sa mga taong bingi o may kapansanan sa pandinig o pagsasalita).
- Kung lilipat ka sa ibang estado sa Australya, dapat kang humingi ng ligal na payo kung aling mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga ang tinatanggap doon. Ang bawat estado ay may sarili nitong batas. Tingnan ang [advancecareplanning.org.au/law-and-ethics](http://advancecareplanning.org.au/law-and-ethics) upang malaman ang higit pa tungkol sa mga batas sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga na partikular sa estado at teritoryo.

### Karagdagang impormasyon

- Ang Tanggapan ng Pamublikong Tagapagtanggol ([wa.gov.au/government/publications/who-will-make-decisions-you](http://wa.gov.au/government/publications/who-will-make-decisions-you)) ay may karagdagang impormasyon tungkol sa kung sino ang maaaring gumawa ng mga desisyon para sa iyo sakaling hindi mo na ito magawa.



## Gawain 4: Pagpili ng dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga

Ang iyong desisyon kung aling (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, kung mayroon man, ang tama para sa iyo ay magsisimula sa isang tanong: Gusto mo bang magtala ng mga bagay na mahalaga sa iyo upang gabayan nito ang paggamot at pangangalaga sa hinaharap?

Kung oo ang sagot mo sa tanong na ito, ang susunod na desisyon ay kung aling (mga) dokumento ang gagamitin. Gamitin ang listahan sa ibaba upang pag-isipan kung aling (mga) dokumento ang maaaring makatulong sa iyo.

### Mahalaga ba para sa iyo ang alinman sa sumusunod na mga pahayag?



**Matibay ang aking mga pananaw tungkol sa (mga) paggamot na gusto o hindi ko gustong matanggap sa hinaharap.**

Kaya ko na:

- gumawa ng Advance Health Directive para itala ang aking mga desisyon sa paggamot

at/o

- magtalaga ng isang enduring guardian gamit ang Enduring Power of Guardianship at sabihin sa kanya ang tungkol sa aking mga kagustuhan.



**Mayroon akong matibay na mga pinahahalagahan at paniniwala na makakaapekto sa pangangalaga na gusto o hindi ko gusto sa hinaharap. Gayunpaman, hindi ako handang gumawa ng mga desisyon tungkol sa mga partikular na paggamot na gusto o hindi ko gustong matanggap.**

Kaya ko na:

- kumpletuhin ang Form ng Values and Preferences

at/o

- magtalaga ng enduring guardian gamit ang Enduring Power of Guardianship dahil naniniwala ako na kilalang-kilala nila ako at gagawa sila ng mga desisyon tungkol sa aking pangangalaga na pareho sa paraan na gagawin ko.



**Gusto kong matiyak na maayos ang aking pananalapi at mga ari-arian.**

Kaya ko na:

- gumawa ng Will

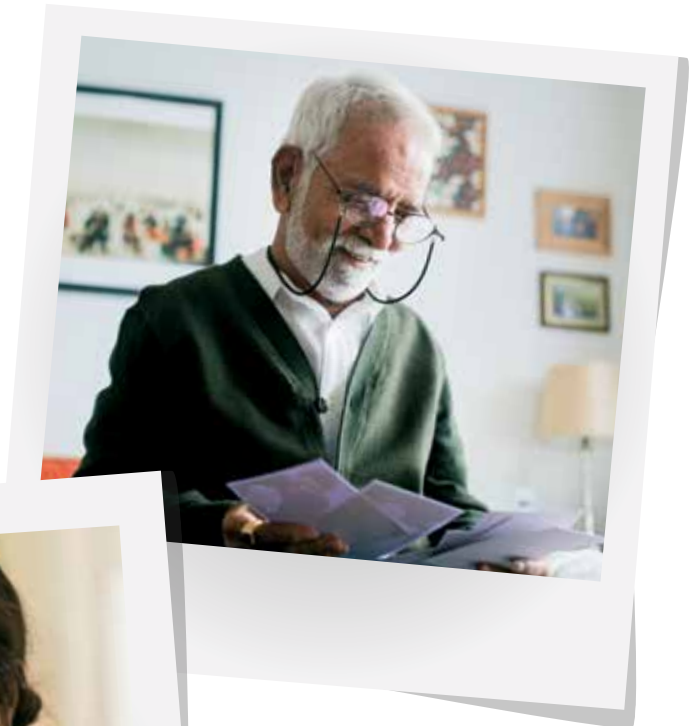
at/o

- magtalaga ng Enduring Power of Attorney.



Kung hindi ka pa rin sigurado kung ang alinman sa mga dokumentong ito ay tama para sa iyo, maaari mong:

- kausapin ang mga kaibigan o mahal sa buhay, o mga propesyonal sa kalusugan na kasangkot sa iyong pangangalaga
- tawagan ang Palliative Care Helpline sa 1800 573 299 (9:00am hanggang 5:00pm araw-araw)
  - impormasyon at suporta sa anumang mga isyu na may kinalaman abanseng pagpapalano ng pangangalaga, palyatibong pangangalaga, dalamhati at kawalan
- tawagan ang Palliative Care WA 1300 551 704 (Lunes hanggang Huwebes)
  - pangkalahatang mga pagtatanong, mga mapagkukunan at mga impormasyon tungkol sa libreng mga palihan (workshop) sa komunidad tungkol sa abanseng pagpapalano sa pangangalaga
- humingi ng partikular na payo mula sa isang nauugnay na organisasyon (tingnan ang seksyong [Saan makakahingi ng tulong](#)).



Tandaan na maaari mong suriin at baguhin ang alinman sa iyong mga pagpipilian at dokumento upang umangkop sa mga pagbabago sa iyong personal na sitwasyon, kalusugan o pamumuhay.

## 4. Ibahagi

Kapag naisulat mo na ang iyong mga kagustuhan at kahilingan, mahalagang malaman ng mga taong malapit sa iyo kung saan mahahanap ang impormasyong ito.

### Saan ko dapat itabi ang aking mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

Kung nagsulat ka ng (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, itabi ang orihinal sa isang ligtas na lugar.

Maaari kang magtabi ng kopya ng iyong (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga sa online gamit ang My Health Record ([myhealthrecord.gov.au](http://myhealthrecord.gov.au)). Makakatulong ito sa mga propesyonal sa kalusugan na kasangkot sa iyong pangangalaga na ma-access ang iyong mga dokumento. Ang mga propesyonal sa kalusugan ay maaari ring mag-upload ng mga dokumento para sa iyo kung hihilingin mo ito sa kanila.

### Kanino ko dapat ibahagi ang aking (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga?

Maaari mong piliing magbigay ng kopya ng iyong (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga sa mga taong pinagkakatiwalaan mo. Maaaring kabilang dito ang iyong:

- pamilya, kaibigan at tagapag-alaga
- (mga) enduring guardian
- (mga) enduring power of attorney
- GP o lokal na doktor
- ibang (mga) espesyalista at/o mga propesyonal sa kalusugan
- pasilidad ng pangangalaga sa matatanda
- lokal na ospital
- propesyonal sa batas.

Gumawa ng listahan ng mga taong may kopya ng iyong (mga) dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga. Magandang paalala ito kung sino ang dapat kontakin kung babaguhin o babawiin mo (kakanselahin) ang iyong (mga) dokumento sa hinaharap. Gamitin ang checklist sa susunod na pahina para itala kung sino ang mayroong kopya.

Kung nagpasya kang gumawa ng Advance Health Directive, maaari ka ring maglagay ng:

- alert card ng Abanseng Direktiba sa Kalusugan (Advance Health Directive - AHD) ([healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning](http://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning)) sa iyong pitaka o portamoneda
- MedicAlert bracelet ([medicalert.org.au](http://medicalert.org.au)) – ang nakaukit dito ay nagsasaad na mayroon kang Advance Health Directive at may kasamang ID na magagamit ng mga propesyonal sa kalusugan upang mahanap ang iyong Advance Health Directive.

Mag-order ng AHD alert card sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan sa Department of Health Advance Care Planning Line sa 9222 2300 o pag-email sa [acp@health.wa.gov.au](mailto:acp@health.wa.gov.au).





## Gawain 5: Pagbabahagi ng mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga

Kung mayroon kang isa o mas marami pang mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, gamitin ang listahan sa ibaba upang itala kung sino ang may kopya ng bawat dokumento.

Mayroon silang kopya ng aking:					
Mga Detalye	Form ng mga Pinahahalagahan at Kagustuhan (Values and Preferences Form)	Abanseng Direktiba sa Kalusugan (Advance Health Directive)	Pangmata-galang kapang-yarihan ng Guardian (Enduring Power of Guardianship - EPG)	Pangmata-galang kapang-yarihan ng Abogado (Enduring Power of Attorney - EPA)	Huling Habilin (Will)
<b>Sino pa ang may kopya?</b>					
Ang aking pamilya, mga kaibigan at tagapag-alaga	Tao 1	Pangalan			
		Mga detalye ng contact			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Tao 2	Pangalan			
Contact details					
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>					
Aking (mga) enduring guardian	Enduring guardian 1	Pangalan			
		Mga detalye ng contact			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Enduring guardian 2	Pangalan			
Mga detalye ng contact					
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>					
Aking mga propesyonal sa kalusugan	GP	Pangalan			
		Mga detalye ng contact			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Espesyalista/propesyonal sa kalusugan 1	Pangalan			
		Mga detalye ng contact			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Espesyalista/propesyonal sa kalusugan 2	Pangalan			
		Mga detalye ng contact			
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
	Pasilidad ng pangangalaga sa matatanda	Pangalan ng pasilidad			
Mga detalye ng contact					
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>					
Lokal na ospital	Pangalan ng ospital				
	Mga detalye ng contact				
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>					
<b>Mga online na bersyon</b>					
My Health Record	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Iba pang mga tao na may kopya</b>					
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Pagtatabi ng aking orihinal na mga dokumento

Mahalagang tiyaking alam mo kung nasaan ang iyong orihinal na (mga) dokumento sa abanseng pagpaplano ng pangangalaga upang madali mo (at ng iyong pamilya) na ma-access ang mga ito kung kinakailangan. Maaaring maging kapaki-pakinabang na itabi ang lahat ng mga ito sa iisang lugar.

Dokumento	Saan ko itatago ang orihinal ng aking kasalukuyang (mga) dokumento sa abanseng pagpaplano ng pangangalaga?
Form ng mga Pinahahalagahan at Kagustuhan (Values and Preferences Form)	
Abanseng Direktiba sa Kalusugan (Advance Health Directive)	
Enduring Power of Guardianship (EPG)	
Enduring Power of Attorney (EPA)	
Huling Habilin (Will)	



# Saan makakahingi ng tulong

## Abanseng pagpapalano ng pangangalaga

### Linya ng Impormasyon sa Abanseng Pagpapalano ng Pangangalaga ng Kagawaran ng Kalusugan WA

Mga pangkalahatang pagtatanong at para mag-order ng mga libreng mapagkukunan sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga (hal. mga Department of Health, Values and Preferences Form)

Telepono: 9222 2300

Email: [acp@health.wa.gov.au](mailto:acp@health.wa.gov.au)

Website: [healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning](http://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning)

### Linya ng Tulong sa Palyatibong Pangangalaga (Palliative Care)

Impormasyon, mga mapagkukunan at suporta sa anumang mga isyu na may kinalaman sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, palyatibong pangangalaga, dalamhati at kawalan

1800 573 299 (9:00am hanggang 5:00pm sa araw-araw ng taon)

Website: [palliativecarewa.asn.au](http://palliativecarewa.asn.au)

### Palliative Care WA

Mga pangkalahatang pagtatanong, mapagkukunan at impormasyon tungkol sa mga libreng palihan sa komunidad tungkol sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga, o mag-order ng isang set ng card na Ano ang Pinakamahalaga sa Lahat (What Matters Most)

1300 551 704 (Lunes hanggang Huwebes)

Website: [palliativecarewa.asn.au](http://palliativecarewa.asn.au)

### Advance Care Planning Australia Free Support Service (Libreng Serbisyo ng Suporta sa Abanseng Pagpapalano sa Pangangalaga sa Australya)

Mga pangkalahatang pagtatanong at suporta sa pagkumpleto ng mga dokumento sa abanseng pagpapalano ng pangangalaga

Telepono: 1300 208 582 (Lunes hanggang Biyernes 9:00am hanggang 5:00pm AEST)

Online na form ng pagsangguni (online referral form): [advancecareplanning.org.au/about-us/contact-us](http://advancecareplanning.org.au/about-us/contact-us)

## Pangmatagalang Kapangyarihan ng Guardian at Pangmatagalang Kapangyarihan ng Abogado (Enduring Powers of Guardianship and Enduring Powers of Attorney)

### Tanggapan ng Pamublikong Tagapagtaguyod (Office of the Public Advocate)

Telepono: 1300 858 455

Email: [opa@justice.wa.gov.au](mailto:opa@justice.wa.gov.au)

Website: [publicadvocate.wa.gov.au](http://publicadvocate.wa.gov.au)

## Medikal na payo

Makipagkita sa iyong GP, espesyalista o lokal na doktor para sa payo.

## Propesyonal na tagapangasiwa at mga serbisyo sa pamamahala ng ari-arian

### Public Trustee (Pampublikong Tagapangasiwa)

May kasamang tulong at payo sa pagsulat ng Will at Enduring Power of Attorney

Telepono: 1300 746 116 (Mga bagong pagtatanong at appointment)

Telepono: 1300 746 212 (Mga tao na gumagamit ng kinatawan)

Website: [publictrustee.wa.gov.au](http://publictrustee.wa.gov.au)

## Pangkalahatang payo sa batas

Makipagkita sa iyong abogado o solicitor (kung mayroon ka) para sa partikular na payo sa batas.

### The Law Society of Western Australia

Telepono: 9324 8652

Seksyon sa paghanap abogado para sa pagtatanong at pagsangguni:

[lawsocietywa.asn.au/find-a-lawyer](http://lawsocietywa.asn.au/find-a-lawyer)

### Kawanihan ng Pagpapayo sa mga Mamamayan (Citizens Advice Bureau)

Telepono: 9221 5711

Website: [cabwa.com.au](http://cabwa.com.au)

### Mga Sentro ng Batas sa Komunidad (Community Legal Centres)

Telepono: 9221 9322

Website: [communitylegalwa.org.au](http://communitylegalwa.org.au)

### Legal Aid WA

Telepono: 1300 650 579

Website: [legalaids.wa.gov.au](http://legalaids.wa.gov.au)

## Kung kailangan mo ng interpreter

Kung nahihirapan kang unawain ang workbook na ito at/o kailangan mo ng tulong sa wika, mangyaring tumawag sa 131 450. Humingi ng serbisyo ng interpreter at hilingin sa kanila na tawagan ang alinman sa mga ahensya na nakalista sa [Saan makakahingi ng tulong](#).



## Kung ikaw ay bingi o may kapansanan sa pandinig o pagsasalita

Gamitin ang National Relay Service para matawagan ang alinman sa mga ahensya na nakalista sa [Saan makakahingi ng tulong](#). Para sa karagdagang impormasyon bisitahin ang: [communications.gov.au/accesshub](http://communications.gov.au/accesshub)



# Mga Pasasalamat

Taos-pusong pinasasalamatan ng Department of Health WA ang lahat ng nag-ambag sa pagbuo ng workbook, kabilang ang mga miyembro ng Advance Care Planning Education Reference Group ng Department of Health at ang Consumer Advance Care Planning Resources Subgroup, na nagbigay ng kadalubhasaan at gabay sa nilalaman ng dokumento.

Nais din naming pasalamatang mga lumahok at nagbigay ng feedback bilang bahagi ng proseso ng konsultasyon.

Ang mga sumusunod na dokumento at mapagkukunan ay nakatulong sa pagbuo ng workbook:

- Advance Care Planning Australia. *Advance care planning explained*. Austin Health, August 2021.
- Nous Group. *National Framework for Advance Care Planning Documents*. Department of Health Australia, May 2021.
- Palliative Care Australia. *Dying to Talk Discussion Starter: Working out what's right for you*. 2018.
- Palliative Care WA. *Advance care planning introductory model*. Perth, WA; PCWA ACP Consortium, 2022.





Ang dokumentong ito ay maaaring makuha sa mga alternatibong format kung hihilingin para sa isang taong may kapansanan (makipag-ugnayan sa 9222 2300 o [acp@health.wa.gov.au](mailto:acp@health.wa.gov.au)). Ang isang madaling basahin na bersyon ng dokumentong ito ay makukuha sa [healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning](https://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning).

© Kagawaran ng Kalusugan (Department of Health) 2022

Ang karapatang-sipi sa materyal na ito ay ipinagkaloob sa Estado ng Western Australia maliban kung iba ang ipinahiwatig. Bukod sa anumang patas na pakikitungo para sa mga layunin ng pribadong pag-aaral, pananaliksik, pagpuna o pag-rebyu, gaya ng pinahihintulutan sa ilalim ng mga probisyon ng *Copyright Act 1968*, walang bahagi ang maaaring kopyahin o muling gamitin para sa anumang layunin kahit na walang nakasulat na pahintulot ng Estado ng Western Australia.