



Merencanakan Perawatan Masa Depan

Merencanakan perawatan kesehatan dan perawatan pribadi Anda di masa depan

Apa yang dimaksud dengan merencanakan perawatan masa depan?

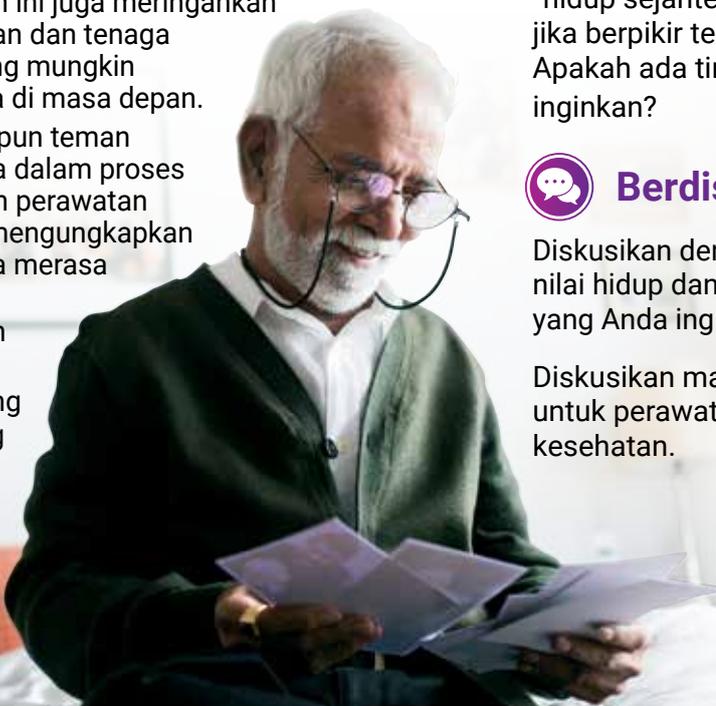
Merencanakan perawatan masa depan bisa membantu Anda untuk menentukan perawatan seperti apa yang Anda inginkan ke depannya. Ini juga membantu pihak lain untuk memahami nilai-nilai, kepercayaan dan preferensi Anda sewaktu Anda sudah tidak mampu untuk membuat atau memberitahukan keputusan tentang perawatan kesehatan dan perawatan pribadi Anda. Merencanakan perawatan masa depan bisa dimulai pada usia berapapun. Paling tepat untuk memulai proses ini selagi Anda masih sehat dan bisa membuat keputusan.

Mengapa merencanakan perawatan masa depan itu penting?

Merencanakan perawatan masa depan bisa menenangkan pikiran Anda bahwa Anda sudah tahu pihak yang bersangkutan akan memahami keinginan Anda, jika tiba saatnya Anda sudah tidak mampu memberitahukan mereka apa yang penting bagi Anda.

Merencanakan ini juga meringankan keluarga, teman dan tenaga kesehatan yang mungkin merawat Anda di masa depan.

Keluarga maupun teman yang ikut serta dalam proses merencanakan perawatan masa depan mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak terlalu stres dan lebih puas dengan perawatan yang diterima orang yang dicintai.



Merencanakan perawatan masa depan adalah proses terus menerus dan melibatkan 4 poin penting:

- **Pemikiran yang matang**
- **Berdiskusi**
- **Mencatat**
- **Membagikan.**

Anda bisa menjajaki poin poin tersebut dengan fleksibel, dan bisa merubah pilihan sesuai terjadinya perubahan dalam situasi pribadi, kesehatan atau gaya hidup Anda.

Pemikiran yang matang

Pedoman dalam proses merencanakan perawatan masa depan ini disusun oleh Anda sendiri, berdasarkan kepercayaan, nilai hidup dan preferensi Anda.

Luangkan waktu untuk merenungkan dan berpikir matang tentang apa yang Anda inginkan untuk "hidup sejahtera". Apa yang Anda khawatirkan jika berpikir tentang kesehatan di masa depan? Apakah ada tindakan medis yang tidak Anda inginkan?

Berdiskusi

Diskusikan dengan orang yang Anda cintai tentang nilai hidup dan kepercayaan Anda, serta perawatan yang Anda inginkan jika sakit.

Diskusikan masalah kesehatan Anda dan pilihan untuk perawatan di masa depan dengan tenaga kesehatan.

Mencatat

Setelah mempertimbangkan apa yang penting bagi Anda dan berdiskusi dengan yang lain, ada baiknya Anda mencatat ini semua.

Mempertimbangkan jenis keputusan dan hal lain yang ingin Anda beritahukan akan membantu dalam memilih dokumen apa yang berguna. Sebagian dokumen untuk merencanakan perawatan masa depan yang bisa digunakan adalah sebagai berikut:

- **Formulir Tentang Nilai Hidup dan Preferensi: Merencanakan perawatan saya di masa depan** adalah pernyataan tentang nilai-nilai hidup, preferensi dan keinginan Anda berkaitan dengan kesehatan dan perawatan Anda di masa depan.
- **Instruksi Perawatan Masa Depan (juga disebut AHD)** adalah sebuah dokumen berkekuatan hukum yang digunakan untuk mencatat keputusan Anda tentang perawatan yang Anda mau terima atau tidak mau terima jika Anda sakit serius atau cedera.
- **Surat Kuasa Berkelanjutan (EPG)** adalah dokumen berkekuatan hukum yang digunakan untuk menunjuk seseorang membuat keputusan penting bagi Anda berkaitan dengan urusan pribadi, gaya hidup dan pengobatan jika Anda sudah tidak bisa membuat keputusan tersebut sendiri.

Kunjungi healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning untuk informasi tentang dokumen lain.

Dokumen ini bisa disediakan dalam format alternatif lain sesuai permohonan untuk orang yang memiliki disabilitas.

Diproduksi oleh by Program Perawatan Akhir Kehidupan

© Departemen Kesehatan 2022

Hak paten dari bahan ini dimiliki oleh State of Western Australia kecuali dinyatakan sebaliknya. Selain untuk urusan adil yang ditujukan untuk studi privat, riset, kritik atau peninjauan-ulangan, sesuai yang diizinkan dibawah provisi *Undang Undang Hak Paten tahun 1968*, tidak ada bagian apapun yang bisa direproduksi atau digunakan kembali untuk tujuan apapun tanpa izin tertulis dari State of Western Australia.

Membagikan

Penting untuk Anda memberitahukan orang terdekat dimana bisa menemukan dokumen rencana perawatan masa depan Anda.

Simpan dokumen asli di tempat aman. Anda bisa upload salinannya ke **My Health Record** supaya tenaga kesehatan bisa mengakses informasi tersebut. Anda juga bisa bagikan salinan dokumen ke:

- keluarga, teman dan pendamping
- penerima kuasa (urusan pribadi, gaya hidup dan kesehatan Anda)
- penerima kuasa (urusan keuangan dan properti Anda)
- tenaga kesehatan dan dokter spesialis (contohnya Dokter Umum)
- panti jompo
- rumah sakit setempat
- ahli hukum.

Untuk Informasi Lebih Lanjut

Departemen Kesehatan WA Layanan Telepon Merencanakan Perawatan Masa Depan

Untuk pertanyaan umum dan memesan bahan informasi gratis tentang merencanakan perawatan masa depan

Telpon: **9222 2300**

Email: **acp@health.wa.gov.au**

Situs: **[healthywa.wa.gov.au/
AdvanceCarePlanning](https://healthywa.wa.gov.au/AdvanceCarePlanning)**