

## ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ: ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ Talking About the Future: Advance Care Planning

**ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਮੇਂ At your next appointment,**  
ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਪਲੈਨਿੰਗ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਅਸੀਂ ਜਿੰਨਿਆਂ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹਾਂਗੇ ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਠੀਕ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ ਪਰ ਸਥਿਰ ਹੈ, ਸੇ ਹੁਣ ਠੀਕ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਪਲੈਨਿੰਗ ਕਰੀਏ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੀ ਇੱਛਾਵਾਂ ਹਨ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਘੱਟ ਚਿੰਤਾਤੁਰ, ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ Before your next appointment

ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਾਂਤ ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛਾਂਗੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੋਗੇ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?
- ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ?
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋਗੇ? ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣਾ ਚਾਹੋਗੇ?
- ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਗੱਲ ਦਾ ਡਰ ਹੈ?
- ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੋਗੇ? ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸਾ ਕਿਉਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ?
- ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ?
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜਗ੍ਹਾ ਕੌਣ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੱਸੋ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕੌਣ ਨਿਭਾਏਗਾ?

### ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਮੇਂ ਇਹ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ Bring to your next appointment

ਜੇ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ:

- ਦਿਲ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਚਲਾਉਣਾ (ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ.) ਫਾਰਮ
- ਮੈਡੀਕਲ ਆਰਡਰ ਸਕੋਪ ਆਫ ਟਰੀਟਮੈਂਟ (ਮੋਸਟ) ਫਾਰਮ
- ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪਲੈਨ
- ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਅਗਾਊਂ ਨਿਰਦੇਸ਼
- ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ

ਜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਸਮੇਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਫੀ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ, ਅਸੀਂ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

### ਇਹ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ? Why is this important?

ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਮਿਲ ਰਹੀ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਟਰੋਲ ਮਿਲੇਗਾ।

ਇਹ ਜਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਭਾਰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਆਪਣੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ।

### ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮਿਲ ਰਹੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ Talking about the future won't change your ongoing care

ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲ ਰਹੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਵਧੀਆ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਾਂਗੇ।

### ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

#### We understand that your wishes may change over time

ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਰਹਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕਈ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਫਿਕਰ ਹੋਣਗੇ। ਅਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੋਚਿਆ ਸਮਝਿਆ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕੋ।

[www.fraserhealth.ca](http://www.fraserhealth.ca)

ਏਰੀਏਡਨ ਲੈਬਜ਼ © 2016 ਤੋਂ ਅਨਕੂਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ: ਜੋ ਹੈਲਥ ਸਿਸਟਮ ਇਨੋਵੇਸ਼ਨ ([ariadnelabs.org](http://ariadnelabs.org)) ਅਤੇ ਡਾਨਾ- ਫਾਰਬਰ ਕੈਂਸਰ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਲਈ ਸਾਂਝਾ ਸੈਂਟਰ ਹੈ, ਅਤੇ [CC BY-NC-SA 4.0 International License](http://CC BY-NC-SA 4.0 International License) ਹੇਠਾਂ ਲਾਇਸੈਂਸਿੰਗ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ।