

Looking Ahead to the Future

برنامه ریزی کردن برای آینده

All people experience sickness, and one day you will have to make important decisions about your health care. It is your right and your responsibility to make decisions to accept or to refuse medical or surgical treatments. Thus, it is important to look ahead and to consider the possible health-related decisions you may face in the future.

همه اشخاص بیمار می شوند و یک روز بایستی در مورد مراقبت بهداشتی تان تصمیمات مهمی را اتخاذ کنید. تصمیم گیری در مورد قبول یا امتناع مداوای پزشکی یا جراحی حق و مسئولیت شماست. بنابراین مهم است که برای آینده برنامه ریزی کنید و تصمیمات احتمالی در رابطه با بهداشت که ممکن است در آینده با آنها روبرو شوید را در نظر بگیرید.

It is advisable to discuss your views about such decisions with your family, loved ones and physician(s) so that others can make those wishes known on your behalf should you become unable to communicate. You can also help reassure your wishes are carried out by appointing a Durable Power of Attorney for health care matters or through a Living Will.

توصیه می شود که نظرات خود را در مورد این تصمیمات با خانواده، خویشاوندان نزدیک و پزشک (های) خود در میان بگذارید تا آنها بتوانند در صورتیکه قادر به برقراری ارتباط نباشید، چنین خواسته هایی را از طرف شما ابراز کنند. همچنین می توانید توسط برگزیدن یک وکالت نامه بادوام برای موضوعات مربوط به مراقبت بهداشتی یا از طریق وصایای بیمار (Living Will) اطمینان حاصل کنید که خواسته های شما اجرا شوند.

What Kinds of Decisions Might You Face?

با چه نوع تصمیماتی ممکن است روبرو شوید؟

Following are some questions that should be considered in planning your future health care needs.

چند سوال در مورد برنامه ریزی برای نیازهای مراقبت بهداشتی تان در آینده در زیر ذکر می شود.

- In the event of irreversible and incurable illness, would I want my life prolonged by artificial means, such as a ventilator or feeding tube?
- At what point would I want such measures stopped?
- If I were suffering from a terminal illness and my heart and/or breathing stopped, would I want resuscitation efforts undertaken?
- How aggressive would I want my doctor to be trying to keep me alive?
- Whom do I wish to make decisions for me if I am unable to do so?
- در صورت بروز بیماری غیرقابل بازگشت و درمان ناپذیر، آیا مایلم که زندگی ام توسط رندهای مصنوعی از قبیل دستگاه تنفس مصنوعی یا لوله تغذیه طولانی تر شود؟
- در چه مرحله ای مایلم که چنین رندهایی متوقف شوند؟
- اگر مبتلا به یک بیماری مهلک شدم و قلب و/یا تنفسم متوقف شد، آیا مایلم که اقدامات احیای علائم حیات انجام شود؟
- به چه حد مایلم که پزشکم در تلاش برای زنده نگه داشتن من تلاش و پافشاری کند؟
- اگر قادر به تصمیم گیری نباشم، مایلم که چه کسی برایم تصمیم گیری کند؟

Help In Making Decisions

کمک در اتخاذ تصمیمات

In thinking about these and other difficult health care questions, it is helpful to obtain input from your physician(s), a nurse and/or other health care professionals. They can help you better understand available treatments/therapies and the effects of your decision(s) about the use or non-use of such treatments and therapies.

هنگامیکه در مورد این سوالات و سایر سوالات دشوار در مورد مراقبت بهداشتی فکر می کنید، دریافت نظرات پزشک (های) تان، یک پرستار و/یا سایر متخصصین مراقبت بهداشتی مفید است. این اشخاص می توانند به شما کمک کنند مداوا/درمان های موجود و تأثیرات تصمیم (های) شما در مورد استفاده یا عدم استفاده از چنین مداواها و درمان هایی را بهتر درک کنید.

Additional help in dealing with these questions can be gained by talking with your priest, minister, rabbi or spiritual provider. They can also help you understand your role in evaluating the possible benefits and burdens of life-prolonging treatments and therapies in light of your own values and goals in life.

کمک اضافی در رابطه با این سوالات را می توانید توسط مشورت با کشیش، خاخام یا ارائه کننده خدمات روحانی تان دریافت کنید. این اشخاص می توانند درک نقش تان در ارزیابی مزایا و مسئولیت های مداواها و درمان های احتمالی برای طولانی تر کردن زندگی تان در رابطه با ارزش ها و اهداف خودتان در زندگی به شما کمک کنند.

شده اید، نسخه ای از آنرا برای پرونده پزشکی تان به همراه بیاورید.

For additional information, please talk with your health care provider. They will assist you or direct you to more appropriate resources.

برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً با ارائه کننده مراقبت بهداشتی خود صحبت کنید. وی به شما کمک کرده یا شما را به منابع اطلاعاتی مناسب تر معرفی خواهد کرد.

Advanced Directive Information

اطلاعات در مورد دستورات نحوه ادامه حیات

Durable Power of Attorney about your wishes regarding the use of artificially supplied food and liquids.

نوم: بایستی خواسته هایتان را تا جایی که ممکن است به طور واضح و دقیق مستند کنید. با اینکه اینکار را می توان به یکی دو شکل کتبی انجام داد، این نکته اهمیت دارد که به یاد داشته باشید هدف چنین متنی کمک به دیگران است تا در صورتیکه خودتان قادر نباشید اینکار را بکنید، در مورد شما تصمیم گیری کنند. می توانید یک **وکالت نامه بادوام** را برای موضوعات مربوط به مراقبت بهداشتی انتخاب کنید. شخصی که منصوب می کنید این توانایی را دارد که در مورد مراقبت بهداشتی شما تصمیم گیری کند، در صورتیکه خودتان قادر به انجام چنین کاری نباشید. شخصی که انتخاب می کنید بایستی فردی باشد که به وی اعتماد دارید و درک واضحی از ارزش ها و تمایلات شما داشته باشد. لزومی ندارد که یکی از اعضای خانواده شما باشد. شخصی که انتخاب می کنید فردیست که پزشک شما و دیگران در مورد مراقبت بهداشتی شما با وی گفتگو می کنند در صورتی که خود شما قادر به انجام این کار نباشید. در میزوری، این نکته اهمیت دارد که شما در وکالت نامه بادوام کتبی خود در مورد خواسته هایتان در رابطه با استفاده از غذا و مایعاتی که به صورت مصنوعی تأمین می شوند دقیق و صریح باشید.

You may also write your wishes in a **Living Will**. It is legally binding in a narrow set of circumstances surrounding terminal illness. Regardless of its legal limitations, it is an effective guide for loved ones and caregivers in assuring that your wishes are followed during a serious illness.

همچنین می توانید خواسته خود را در **وصایای بیمار (Living Will)** مرقوم کنید. این موضوع در رابطه با شرایط محدودی پیرامون بیماری های مهلک از لحاظ قانونی الزام آور است. این متن علیرغم محدودیت های حقوقی آن، راهنمای موثری برای خویشاوندان نزدیک و ارائه کننده های مراقبت است تا اطمینان حاصل شود خواسته های شما در طول یک بیماری وخیم پیگیری می شوند.

Finally: Your wishes and the document(s) should be given to everyone who is likely to be involved in making decisions about your care. This may include your family, physician(s) and/or spiritual provider. If you are hospitalized, bring along a copy for your medical records.

سرانجام: خواسته ها و سند (های) شما بایستی به هر شخصی داده شود که احتمالاً در تصمیم گیری ها در مورد مراقبت از شما دخیل است. این موضوع ممکن است شامل خانواده، پزشک (ها) و/یا ارائه کننده خدمات روحانی تان شود. اگر در بیمارستان بستری

Three Steps To Follow

سه مرحله ای که بایستی پیگیری شود

First: You must be as clear as possible about the values that influence your decisions in health care matters. From that basis, you can determine which treatments or therapies you would want undertaken in various situations. This is usually accomplished through discussion(s) with your physician(s), family members, close friends and your minister, priest, rabbi or spiritual provider. This step of the process is crucial and helps assure that your decisions are a reflection of your values and beliefs.

اول: بایستی ارزش هایی که بر روی تصمیمات شما در مورد موضوعات مربوط به مراقبت بهداشتی تأثیر می گذارند تا حد ممکن برای شما واضح و روشن باشند. بر این اساس می توانید تشخیص دهید که مایلید چه مداواها یا درمان هایی در موقعیت های گوناگون انجام شود. این موضوع معمولاً از طریق گفتگو (ها) با پزشک (ها)، اعضای خانواده، دوستان نزدیک تان و کشیش، خاخام یا ارائه کننده خدمات روحانی شما انجام می شود. این مرحله از روند بسیار مهم بوده و کمک می کند که اطمینان حاصل شود تصمیمات شما براساس ارزش ها و باورهای شما می باشند.

Second: You should document your wishes as clearly and specifically as possible. While this may be done in a couple of written formats, it is important to remember that the goal of such a document is to assist others in making decisions about your care if you are unable to do so. You may appoint a **Durable Power of Attorney** for health care matters. The person you name has the power to make health care decisions for you if you are unable to do this by yourself. The person you choose should be someone you trust and who has a clear understanding of your values and wishes. It does not have to be a member of your family. The person you choose will be the person with whom your doctors and others discuss your medical care in the event that you are unable to do so. In Missouri, it is important for you to be specific in your written