

What is advance care planning?

Advance care planning allows health professionals and direct care workers in aged care to understand and respect a person's preferences, if the person ever becomes seriously ill and unable to communicate for themselves.

Ideally, advance care planning will result in a written Advance Care Plan, to help ensure the person's preferences are respected.

Advance care planning is only called upon if the person loses the ability to make or express their wishes.

Benefits of advance care planning

Advance care planning benefits the person, their family, carers (paid and unpaid), health professionals and associated organisations.

- It helps to ensure people receive care that is consistent with their beliefs, values, and preferences.
- It improves end-of-life care, and person and family satisfaction with care (1).
- Families of people who have done advance care planning experience less anxiety, depression, stress and are more satisfied with care received (1).

MAKING HEALTHCARE DECISIONS FOR OTHERS CAN BE DIFFICULT. AN ADVANCE CARE PLAN CAN GIVE PEACE OF MIND AND COMFORT AS PREFERENCES ARE CLEAR, UNDERSTOOD AND RESPECTED.

Who should be involved in advance care planning?

Advance care planning requires a team effort. It should involve:

- the person who is considering their future health and personal care preferences
- their close family and friends
- their substitute decision-maker(s)
- carers
- aged care workers, nurses, doctors and other healthcare professionals.

Organisations can also support the process by having good policies and guidelines and by making current information available.

Τι είναι ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας;

Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας επιτρέπει στους επαγγελματίες υγείας και σε όσους εργάζονται άμεσα με τη φροντίδα ηλικιωμένων να κατανοούν και να σέβονται τις προτιμήσεις του, σε περίπτωση που το άτομο αρρωστήσει σοβαρά και δεν μπορεί το ίδιο να επικοινωνήσει.

Ιδανικά, ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας θα καταλήξει σε ένα γραπτό Έγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας, για να βοηθήσει στην εξασφάλιση του σεβασμού των προτιμήσεων του ατόμου.

Ο Έγκαιρος Προγραμματισμός Φροντίδας ενεργοποιείται όταν το άτομο χάνει την ικανότητα να πραγματοποιήσει ή να εκφράσει τις επιθυμίες του.

Οφέλη του έγκαιρου προγραμματισμού φροντίδας

Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας ωφελεί το άτομο, την οικογένειά του, τους φροντιστές (έμμισθους και άμισθους), τους επαγγελματίες υγείας και συναφείς οργανισμούς.

- Βοηθάει να διασφαλιστεί ότι τα άτομα λαβαίνουν τη φροντίδα που συμβαδίζει με τις πεποιθήσεις, τις αξίες, και τις προτιμήσεις τους.
- Βελτιώνει τη φροντίδα στο τέλος ζωής και την ικανοποίηση του ατόμου και της οικογένειάς του με φροντίδα (1).
- Οι οικογένειες των ατόμων που έχουν κάνει έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας αισθάνονται λιγότερο άγχος, κατάθλιψη, στρες και είναι πιο ικανοποιημένοι με τη φροντίδα που λαμβάνουν (1).

ΕΙΝΑΙ ΔΥΣΚΟΛΟ ΝΑ ΠΑΙΡΝΕΙ ΚΑΝΕΙΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΚΑΠΟΙΟΥ ΑΛΛΟΥ. ΜΕ ΤΟΝ ΕΓΚΑΙΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΤΟ ΜΥΑΛΟ ΣΑΣ ΗΣΥΧΟ ΚΑΙ ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΚΑΘΗΣΥΧΑΣΜΕΝΟΣ, ΓΙΑΤΙ ΕΤΣΙ ΟΙ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΙΣ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΞΕΚΑΘΑΡΕΣ, ΚΑΤΑΝΟΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕΒΑΣΤΕΣ.

Ποιος πρέπει να συμμετέχει στον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας;

Για τον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας χρειάζεται ομαδική προσπάθεια. Θα πρέπει να συμπεριλαμβάνονται:

- το άτομο που σκέφτεται για τη μελλοντική του υγεία και τις προσωπικές προτιμήσεις της υγείας του
- η οικογένεια και οι φίλοι του
- ο αναπληρωτής αποφάσεών του
- οι φροντιστές
- Οι υπάλληλοι φροντίδας ηλικιωμένων, οι νοσηλευτές, οι γιατροί και άλλοι επαγγελματίες υγείας.

Επίσης και οι οργανισμοί μπορούν να υποστηρίξουν τη διαδικασία έχοντας καλές πολιτικές και κατευθυντήριες γραμμές και καθιστώντας τις τρέχουσες πληροφορίες διαθέσιμες.

When should advance care planning be introduced?

Advance care planning can be a routine conversation when caring for an older person. It is important to also encourage conversations with their family/carers and care team.

Better outcomes are experienced when advance care planning is introduced early, as part of ongoing care, rather than in reaction to a crisis situation.

Where possible, people should be medically stable, comfortable and ideally accompanied by their substitute decision-maker(s) and/or family/carer.

Other triggers to discuss advance care planning include when:

- the person raises concerns
- the family raises concerns
- there is a change in the person's health or capability
- there is a change in their living situation (e.g. when they move into a residential aged care home).

How can aged care workers help with advance care planning?

Be open

- Find out more about advance care planning and the requirements of your organisation in your state/territory.
- Be open to engage with people who want to discuss their beliefs, values and preferences regarding their current and future health and personal care.
- Explain why they may like to select and prepare a substitute decision-maker(s).

Substitute decision-maker(s) will need to be:

- available (ideally live in the same city or region) or readily contactable
- over the age of 18
- prepared to advocate clearly and confidently on the person's behalf when talking to doctors, other health professionals and family members if needed.

Πότε πρέπει να συνιστάται ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας;

Όταν φροντίζετε ένα ηλικιωμένο άτομο μπορείτε να κάνετε μια απλή συζήτηση για τον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας. Είναι επίσης σημαντικό να ενθαρρύνετε συζητήσεις με την οικογένειά του/τους φροντιστές και την ομάδα φροντίδας του.

Όταν συστήνεται ένας έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας νωρίς τα αποτελέσματα είναι καλύτερα, δηλαδή όταν το κάνετε ως μέρος της συνεχούς φροντίδας σας, παρά ως αντίδραση σε μια κατάσταση κρίσης.

Όπου είναι δυνατόν, το άτομο θα πρέπει να είναι καλά στην υγεία του, να αισθάνεται άνετα και στην ιδανική περίπτωση να συνοδεύεται από τον αντικαταστάτη αποφάσεων και/ή την οικογένεια/τον φροντιστή του.

Άλλα κίνητρα για συζήτηση του έγκαιρου προγραμματισμού φροντίδας συμπεριλαμβάνουν περιπτώσεις όπου:

- το άτομο εγείρει ανησυχίες
- η οικογένειά του εγείρει ανησυχίες
- υπάρχει κάποια αλλαγή στην υγεία ή στην ικανότητα του ατόμου
- υπάρχει αλλαγή στην κατοικία του (π.χ. μετακομίζει σε γηροκομείο).

Πώς μπορούν οι επαγγελματίες φροντίδας ηλικιωμένων να βοηθήσουν με τον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας;

Να είστε ανοιχτοί

- Να ενημερώνεστε περισσότερο για τον προγραμματισμό έγκαιρης φροντίδας και για τις απαιτήσεις του οργανισμού σας στην πολιτεία/επικράτειά σας.
- Να είστε ανοιχτοί στη συνεργασία σας με ανθρώπους που επιθυμούν να συζητήσουν τις πεποιθήσεις τους, τις αξίες και τις προτιμήσεις τους σχετικά με την τρέχουσα και μελλοντική τους υγεία και την προσωπική τους φροντίδα.
- Εξηγήστε τους λόγους για τους οποίους θα ήθελαν να επιλέξουν και να προετοιμάσουν τον αντικαταστάτη αποφάσεων.

Ο αντικαταστάτης αποφάσεων θα χρειαστεί να είναι:

- διαθέσιμος (ιδανικά θα πρέπει να διαμένει στην ίδια πόλη ή περιοχή) ή να είναι εύκολη η επικοινωνία μαζί του
- άνω των 18 ετών
- διατεθειμένος να συνηγορεί ξεκάθαρα και με αυτοπεποίθηση εκ μέρους του ατόμου εάν χρειαστεί να μιλήσει με τους γιατρούς, άλλους επαγγελματίες υγείας και με μέλη της οικογένειας του ατόμου.

Advance Care Planning Australia

BE OPEN | BE READY | BE HEARD

Be ready

- Undertake training in advance care planning to improve your knowledge and skills.
- Talk with your clients about their beliefs, values, and preferences regarding health and personal care outcomes.

Be heard

- Discuss with care team, family and/or carers.
- Encourage your clients to write an Advance Care Plan or use a form relevant to their state/territory law. See advancecareplanning.org.au
- Encourage your clients to keep the Advance Care Plan safe, and store it appropriately (see below).
- Encourage them to review their Advance Care Plan every year or if there is a change in their health or personal situation.

The law and advance care planning

Different states and territories in Australia have different laws regarding advance care planning. There are also some common law decisions regarding advance care planning. See advancecareplanning.org.au for information.

Depending on the state/territory:

- a substitute decision-maker may be legally appointed as an 'agent', 'guardian', 'enduring guardian' or 'enduring power of attorney'
- an Advance Care Plan may also be called an 'advance care directive' or an 'advance health directive'.

Να είστε έτοιμοι

- Να καταρτιστείτε στον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας για να βελτιώσετε τις γνώσεις και τις ικανότητές σας.
- Μιλήστε με το άτομο για τις πεποιθήσεις, τις αξίες, και τις προτιμήσεις του σχετικά με τα αποτελέσματα που επιθυμεί για την υγεία του και την προσωπική του φροντίδα.

Να ακουστείτε

- Συζητώντας με την ομάδα φροντίδας, την οικογένεια και/ή τους φροντιστές.
- Ενθαρρύνοντας το άτομο που φροντίζετε να συντάξει έναν Έγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας ή να χρησιμοποιήσει το έντυπο που είναι σχετικό με το νόμο της πολιτείας/επικράτειάς του. Δείτε advancecareplanning.org.au
- Ενθαρρύνοντας το άτομο να φυλάξει τον Έγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας σε ασφαλές μέρος, και με κατάλληλο τρόπο (δείτε παρακάτω).
- Ενθαρρύνοντας το άτομο να επανεξετάζει τον Έγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας κάθε χρόνο ή σε περίπτωση που κάτι αλλάξει με την υγεία του ή την προσωπική του κατάσταση.

Ο νόμος και ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας

Στην Αυστραλία κάθε πολιτεία και επικράτεια έχει διαφορετικούς νόμους σχετικά με τον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας. Υπάρχουν επίσης και αποφάσεις κοινού δικαίου σχετικά με τον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας. Για πληροφορίες δείτε advancecareplanning.org.au

Ανάλογα με την πολιτεία/επικράτεια:

- ο αντικαταστάτης αποφάσεων μπορεί να διοριστεί νόμιμα ως «μεσάζων», «κηδεμόνας», «μόνιμος κηδεμόνας» ή «μόνιμος πληρεξούσιος»
- ένας Έγκαιρος Προγραμματισμός Φροντίδας μπορεί επίσης να ονομάζεται και «έγκαιρη οδηγία φροντίδας» ή «έγκαιρη οδηγία υγείας».

Advance Care Planning Australia

BE OPEN | BE READY | BE HEARD

Where should Advance Care Plans be kept?

Advance Care Plans may be stored at one or many of the following:

- at home with the person
- with the substitute decision-maker(s)
- the GP/local doctor/specialist
- with aged care service provider records
- the hospital
- encourage and help clients to store them on their 'My Health Record' - myhealthrecord.gov.au
- myagedcare.gov.au

Do you have questions about advance care planning and would prefer to speak in a language other than English?

You can receive help from an interpreter for the cost of a local call (except from mobiles) by simply following these steps:

1. Call 13 14 50, Monday to Friday 9.00-5.00pm.
2. Say the language you need.
3. Wait on the line for an interpreter (may take up to 3 minutes).
4. Ask the interpreter to contact Advance Care Planning Australia on 1300 208 582.
5. Talk with our staff or volunteer with the help of an interpreter.

Where can I get more information?

Advance Care Planning Australia:

WWW.ADVANCECAREPLANNING.ORG.AU

NATIONAL ADVISORY HELPLINE: 1300 208 582

Reference

(1) Detering, KM, Hancock, AD, Reade, MC, Silvester, W 2010, 'The impact of advance care planning on end of life care in elderly patients: randomised controlled trial', *British Medical Journal*, 340: c1345.doi:10.1136.

VERSION 3: APR 2017

This publication only provides a general summary of the subject matter covered. People should seek professional advice about their specific circumstances. ACPA is not liable for any errors or omission in this publication.

Πού θα πρέπει να φυλάσσεται ο Έγκαιρος Προγραμματισμός Φροντίδας;

Οι Έγκαιροι Προγραμματισμοί Φροντίδας πρέπει να φυλάσσονται σε ένα ή περισσότερα μέρη όπως προτείνεται παρακάτω:

- στο σπίτι του ατόμου
- με τους αντικαταστάτες αποφάσεων
- με τον οικογενειακό γιατρό/ειδικό γιατρό
- με τα αρχεία των παρόχων της υπηρεσίας για φροντίδα ηλικιωμένων
- στο νοσοκομείο
- ενθαρρύνετε και βοηθήστε τα άτομα να τα φυλάσσουν μαζί με τα «My Health Record» (Τα Ιατρικά μου Αρχεία) στο myhealthrecord.gov.au
- myagedcare.gov.au

Έχετε απορίες για τον έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας και θέλετε να μιλήσετε στη γλώσσα σας;

Μπορείτε να λάβετε βοήθεια με διερμηνεία στο κόστος τοπικού τηλεφωνήματος (εξαιρούνται τα κινητά) με τα εξής απλά βήματα:

1. Καλείτε το 13 14 50, Δευτέρα με Παρασκευή 9.00-5.00μμ.
2. Λέτε τη γλώσσα που μιλάτε.
3. Περιμένετε στη γραμμή για διερμηνέα (ίσως πάρει μέχρι και 3 λεπτά).
4. Ζητάτε από το διερμηνέα να καλέσουν το Advance Care Planning Australia στον αριθμό 1300 208 582.
5. Μιλάτε με το προσωπικό μας ή εθελοντή με τη βοήθεια του διερμηνέα.

Από πού μπορώ να πάρω περισσότερες πληροφορίες;

Advance Care Planning Australia:

WWW.ADVANCECAREPLANNING.ORG.AU

NATIONAL ADVISORY HELPLINE
(ΕΘΝΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ): 1300 208 582

Παραπομπή

(1) Detering, KM, Hancock, AD, Reade, MC, Silvester, W 2010, 'The impact of advance care planning on end of life care in elderly patients: randomised controlled trial', *British Medical Journal*, 340: c1345.doi:10.1136.

ΕΚΔΟΣΗ 3: ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2017

Το παρόν δημοσίευμα είναι μια γενική περίληψη για το θέμα που καλύπτεται. Για συγκεκριμένες περιστάσεις θα πρέπει να ζητήσετε συμβουλές από επαγγελματίες. Η ACPA δεν ευθύνεται για τυχόν λάθη ή παραλείψεις στην παρούσα έκδοση.