ፖሊሲና

- ተሓከምቲ ናይ ሂወት ዘናውሕ ሕክምና ንግዚኡ ደው ክብልን ወይ ጠቕሊልካ ምግዳፍ ዝምልከት ውሳነ ሓዊሱ ብዛዕባ ክንክን ጥዕንኦም ተሓከምቲ ምርጫ ናይ ምግባር መሰሎምን ሓላፍነቶም ነኽብር።
- ብዛዕባ ክንክን ጥዕና ሕክምና ሓበሬታ ንምሃብን ናይ ሕክምና ምርጫኹም ንምስማዕ ፃዕሪ ንገብር።
- ንዝኾነ ናይ ሕክምና ክንክን ንኽትቅበል ወይ ንኽትነጽግ መሰል ኣሎካ።
- ንዝኾነ ሰብ ናይ Advance Directive ጽሒፉ ድዩ ወይ ኣይጸሓፈን ኢልና ኣድልዎ ኣይንኽንገብረሉን ኢና። ብዛዕባ ሕክምና ክውስኑ ከለዉ ውልቃዊ ፣ ባህላውን መንፈሳውን ክብርታት፣ መረፀኦምን እምነቶምን ከኽብሩ እዮም።
- ኣብ Advance Directives ብሕክምና ከምዘይተሓበረ ወይ እዚ ንኽግበር ካብ ስነ-ምግባር ወፃዕ ምኺኑ እንተኣሚንናሉ፣ ዝተዋህበ ውሳነ ሕክምና ነኽብር። ብምኽንያት ኣብ ላዕሊ ተጻሒፎም ዘለዉ ፖሊስታት ነቲ ንስኻ ዝጸሓፍካዮ Advance Directive ዘየኽብር ናይ ሕክምና ማእከል ወይ ሓኪም እንተሎ፣ ነቲ መምርሒኻ ናብ ዘኽብረልካ ናይ ሕክምና ማእከል ንኽነዛውረካ ዝከኣለና ጻዕሪ ኹሉ ክንገብር ኢና።

SWEDISH **Swedish.org**

Swedish Health Services. ኩሉ መሰል ዝተሓለወ።

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 888-311-9127 (TTY:711)

ADMN-13-12500 Rev *2/23* (Tigrinya)

注意：如果您講中文，我們可以給您提供免費中 文翻譯服務，請致電 888-311-9127 (TTY711)

SWEDISH

ቅድመ ክንክን ምትላም

Advance Care Planning (Tigrinya)

ቀዲምካ ምትላም

ሰ ኣብ ነብሲ ወከፍ መዓልቲ፣ ሰባት ኣብ ነብሶም ወይ ኣብ ኣዝዮም ዝቐርብዎም ሰባት ዝጸሉ ዘይተጸበይዎ ናይ ሕክምና ጸገማት የጓንፎም ኢዩ።

ሓድሓደ ግዜ ብዛዕባ ክንክን ጥዕናና ኣገደስቲ ውሳነታት ብፍጥነት ክግበሩ ኣለዎም። ዝበዛሕና ኣብ ናይ ባዕልና ክንክን ሕክምና ቁፅፅር ክህልዎና ንፅበ ወይ ንምነ፣ ግን ንዓርስና ምዝራብ ዘይንኽእለሉ ክንሓምም ንኽእል።

ዋላ'ኳ ኣብ ክንዳኹም ካልኦት ሰባት ውሳነ ንክህቡ ፍጹም ዘይትደልዩ እንተኾይኑ'ውን፣ ብዛዕባ መወዳዕታ ክንክን ህይወት ንዓኹም ወይ ንእተፍቅርዎ ኣቀዲምካ ምሕሳብ ከኽግዘኩም ይኽእል። ሕድሕድና ብዛዕባ ንህይወት ጽቡቕ ዝገብር ነገር ናይ ዓርስና ሓሳብ ኣለና፣ ከምኡ'ውን እቶም ክብርታት ናይ ክንክን ምርጫታትና ክመርሑ ይኽእሉ፣ ብፍላይ ድማ ንዓርስና ውሳነታት ምውሳን ኣብ ዘይንኽእለሉ እዋን። ዝኾነ ፅገም ቅድሚ ምጉናፉ ብዛዕባ ክህሉ ዝኽእል ንምህሳብ ጊዜ ውሰዱ። እዚ ድማ ንዓኻትኩም ኣገዳሲ ዝኾነ ንክትውስኑ የሕግዘኩም።

ካብ ዝስዕቡ ሒደት ዝተወሰኑ ኣብ ውሽጢ ግምት ምዕታው ሓጋዚ ክኸውን ይኽእል፡

- ህይወት ንዓኻትኩም እንታይ ማለት እዩ?
- ብዛዕባ ናይ ህይወት መወዳእታ ክፋል ክትሓስቡ ከለኹም፣ ንዓኻትኩም ኣዝዩ ኣገዳሲ ነገር እንታይ እዩ?
- ብሂወት ንምፅናሕ ብማሽን ጽግእተኛ ብዛዕባ ምኻን ከመይ ይስመዓኩም?
- ናይ ሙማት ከይዲ ዘነውሕ ዝመስል ሕክምና ንምንፃግ ትመርጹ ዶ?

ናይዞም ሕቶታት መልሲ ቀሊል ኣይኮነን ፣ ግን ብዛዕባ እዚ ምስ ካልኦት ምዝርራብ ናትኩም ፅገማት ንምግንዛብ ንዓኹምን ንዓኣቶም የሕግዝ። ከምኡ'ውን ናትኩም ድሌት ምስዓብ እንተኣሚነምሉ ፅንሕኩም ምስ ስድራ ክቐለኩም ይኽእል።

ኣብ ናይ ጥዕና ፕሮግራማትናን ንጥፈታትናን ብመሰረት ዓሌት፣ ሕብሪ ቆርበት፣ ሃገራዊ መበቆል፣ጾታ፣ ጾታዊ ዝንባለ፣ ጾታዊ መንነት ወይ መግለጺ፣ ዕድመ ወይ ስንክልና ዝኾነ ተመስሪትና ኣድልዎ ኣይንገብርን ኢና።

ቅድመ ክንክን ምትላም

ንክንክነ ጥዕና ዝወሃብ ናይ ቁም ኑዛዘን ቀጻሊ መዚ ውክልና

ቅድመ መምርሒታት (Advance directives, ADs) ንስኹም ውሳነታት ምፍጻም እንተዘይክኢልኩም ብዛዕባ ክንክን ጥዕናኹም ከመይ ክትሓዝ ከምእትደልዩ እትጽሕፍሉ ሕጋዊ ሰነድ እዮም። ዕድመኦም ካብ 18 ንላዕሊ ዝኾኑ ተሓከምቲ AD ንክውድኡ ንላቦ።

ክልተክልተ ዓይነት ADታት ኣለዉ፡ በዓል መዚ ናይ ንውክልናን ንክንክነ ጥዕናን ዝወሃብ ናይ ቁም ኑዛዘን ከምኡውን ቀጻሊ ሓይሊን (Durable Power of Attorney for Health Care, DPOAH) ክልቲኦም ሰነዳት ንወሃብቲ ክንክን ጥዕና ንምሕባር ይሕግዙ፣ ግን ድማ ናይ ቁም ኑዛዘ ናይ ክንክን ጥዕና ተወካሊ ኣይምድብን እዩ።

ንድልየት ህይወት (Living Will) ወይ ን DPOAH ዋጋ ዘለዎ ንምግባር፣ ክልተ ሰባት ክታምኩም ዝምስክሩ ክህልዉ ይግባእ። እቶም ምስክራት ዘመድኩም ወይከኣ ናይ ገዛ ክንክን ወሃብቲኹም ክኾኑ ኣይኽእሉን። ከም መማረፂ DPOAH ከክንዲ ክልተ ምስክራት ምህላው ብመወዓዓሊ ህዝቢ ክረጋገጽ ይኽእል።

ናይ ክንክን ጥዕና ተወካሊ ምምራጽ ኣገዳሲ ስጉምቲ እዩ። ናይ ክንክን ጥዕና ተወካሊኹም ኣብ ህይወት ኣዝኹም ዋጋ እትህቡዎ ነገር ዝፈልጥን ኣዝዩ ኣጸጋሚ ግዜ እንትረኽቡዎ ክንክን ውሳነታት ንምውሳን ወለንተኛ ክኾን ኣለዎ። ናይ ጥዕና ሓልዮት ወኪል ቅድሚ ምምራጽኩም፣ ብዛዕባ ባህግኹም ኣዘራርቡዎም።

AD ምስ ወዳእኹም፣ ንቀጻሊ ቆጸሮኹም ሒዝኩምዎ ምጹ፣ ከምኡ'ውን እቲ ጉጅለኹም ናብ ኤሌክትሮኒካዊ መዝገብ ሕክምና ክሰቕሎ እዩ።

ድሌትኩም እንተተቀይሩ፣ ናትኩም ቅድመ ምትላም ሰነዳት ዝኾነ ክትልውጡ፣ ወይ ክትሰርዙ ትኽእሉ። ስድራ ቤትኩምን ሓኪምኩምንን እዞም ሰነዳትኩም እንትትውድኡ ወይ እንትትቕይሩ ዝፈልጡ ምኧኖም ምርግጋጽ ኣገዳሲ እዩ።

ሓደ ተሓካማይ DPOAH ወይ ዝተመደበ ኣላዪ እንተዘይሃሊዎ ምስ ዘይህልዎ፣ ብሕጊ Washington፣ እዞም ዝስዕቡ ሰባት (ብመሰረት ኣብ ታሕቲ ቀሪቡ ዘሎ ተርታ) እዮም ነቲ ውሳነ ክገብሩ ዝኽእሉ፡

1. በዓል(ቲ) ቤት/ምዝጉብ ናይ መነባብሮ መጻምድ (ዋላ'ኳ ተፈላሊኹም እንተሃለኹም)
2. ዓቢ(በይቲ) ውላድኩም/ውሉዳትኩም
3. ወለድኹም
4. ዓበይቲ ኣሕዋትኩም(ኣሓትኩም)
5. ዓበይቲ ደቂደቕኹም/ደቒደቂታትኩም
6. ዓበይቲ ውሉድ(ውላዳት) ኣሕዋት (ኣሓት) ዝኾኑ (ወዲን ጓልን)
7. ዓበይቲ ኣሞታትኩምን ኣኮታትኩምን
8. ገለ ረቑሒታት ከማልእ ዝኽእል ካልእ ናይ ቀረባ ዘመድ ወይ መሓዛ ናይቲ ተሓካሚ

ብሓኪም ዝተኣዘዘ ሂወት ዘፅናሕ ሕክምና (Physician Orders for Life-Sustaining Treatment, POLST): ብሓኪም ዝተኣዘዘ ሂወት ዘፅናሕ ሕክምና

ነቲ ናትኩመ ቅድመ መምርሒታት (Advance directives, ADs) መመላእታ፣ ኣብ ሃንደበታዊ ኩነታት ከቢድ ጥዕና ኩነታት ንምብፃሕ ብሓኪም ዝተኣዘዘ ሂወት ዘፅናሕ ሕክምና (Physician Order for Life Sustaining Treatment, POLST) ቅጥዒ POLST ዝማዕበለ ሂወት ዝድርት ሕማም ከቢድ መጉዳእቲ ንዘለዎ ዝኾነ ውልቀሰብ ዘምከር እዩ። ናትኩም ሓኪም ኣብ መወዳዕታ ሂወት እትደልዩዎ ወይ ዘይትደልዩዎ ዓይነት ሕክምና ሂወት ዘፅናሕ ዝሓበርኩሞ ንፁርን ዝተወሰነ ናይ ሕክምና ትእዛዝ ድሌትኩም ንምውካል እዚ ቅጥዒ POLST ክጥቀመሉ ይኽእል።

እዞም ትእዛዛት ኣብ ናይ ክንክን ገዛ ናይ ሓገዝ መኪና ሆስፒታል ኣብዘለኹምዎ ዝኾነ ቦታ ዝሰዓቡ ይኸውን።

ኣካል/ሸንቅላጥ

ንዝኾነ ሰብ ሂወት ንክህልዎ ንምሕጋዝ ድሕሪ ምሟትኩም ናትኩም ኣካልን/ወይ ዋህዮ ምሃብ ክትደልዩ ትኽእሉ።
ብሓደ ወሃቢ ስጋብ 50 ሂወት ክድሕን ወይ ክመሓየሽ ይኽእል ኢዩ።
ሕድሕድ ውልቀሰብ ኣቕሚ ዘለዎ ወሃቢ እዩ። ናይ ሕክምና ምርመራ ውህብቶ ኣብ ዝወሃበሉ ጊዜ ዝካየድ ምስ ምዃኑ ብዕድመ፣ ኩነታት ሕክምና ወይ ምርመራ ባዕልኹም ኣይትኣዝዙ። ናትኩም ኣካልን ወይ ዋህዮ ብውህብቶ ምሃብ እንተደሊኹም ክትምዝገቡ የድልየኩም። እዚ ድማ ናይ ገናሕ መኪና ፈቃድ እንትሕደስ ምግባር ይከኣል። ወይ'ድማ ብመስመር ኣብ Donatelifetoday.com ክትምዝገቡ ትኽእሉ።

ክወርዱ ንዝኽእሉ ቅጥዕታት ሓዊሱ፣ ብዛዕባ Advance Care Planning ንዝያዳ ፍልፍላት፣ ብኽብረትኩም ን The Providence Institute for Human Caring ኣብ www.instituteforhumancaring.org/Advance-Care-Planning ጎብንዩ።

ን The Institute for Human Caring ንምጉብናይ ኣብዚኣ ስካን ግበሩ