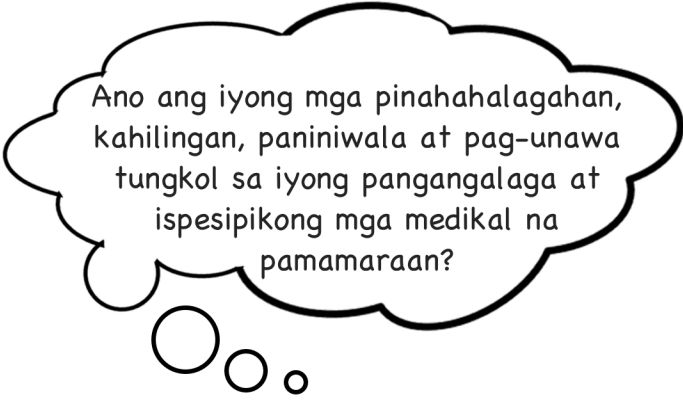


Ito'y limang hakbang lamang

Sino ang makikipag-usap sa iyo kung hindi ka na makapagsalita para sa sarili mo?

Advance Care Planning: Isang paraan upang masabi mo and iuon mga kahilingan para sa hinaharap na pangangalaga sa kalusaugan

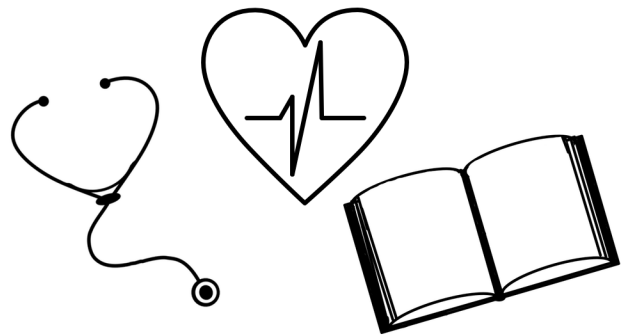
Ika-1 hakbang: Mag-isip!



Ano ang iyong mga pinahahalagahan, kahilingan, paniniwala at pag-unawa tungkol sa iyong pangangalaga at ispesipikong mga medikal na pamamaraan?

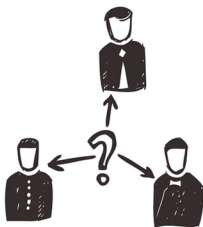
Ika-2 hakbang: Pag-aralan

Ang tungkol sa iba't ibang mga medikal na pamamaraan at ano ang maaari at di nila maaring gawin.



Ika-3 hakbang: Magpasya

Sino ang iyong magiging kapalit na tagapagdesisyon. Isang tao na nakahanda at magagawang makikipag-usap para sa iyo kung hindi ka na makapagsalita para sa sarili mo.



Ika-4 hakbang: Makikipag-usap

Tungkol sa mga kahilingan mo, kasama ang iyong kapalit na tagapagdesisyon, mga mahal sa buhay at iyong doktor.



Ika-5 hakbang: Italâ

Isang mahusay na ideya na isulat o gumawa ng isang talaan ng iyong mga kahilingan.

