



# Planowanie przyszłej opieki

PRZEWODNIK

Polish edition

# Planowanie przyszłej opieki

## PRZEWODNIK

W Twoim życiu może nadejść czas, kiedy zaczniesz poważnie zastanawiać się nad następstwami poważnej choroby lub niepełnosprawności. Może to nastąpić w wyniku pogorszenia stanu zdrowia lub doświadczeń mających istotny wpływ na sposób postrzegania i patrzenia na własną przeszłość. A może po prostu jesteś typem człowieka, który lubi planować naprzód.

Możesz wykorzystać ten moment, aby zastanowić się, co oznacza dla Ciebie, Twojego partnera lub partnerki, lub członków rodziny życie z poważną chorobą, szczególnie w sytuacji, gdy nie będziesz w stanie samodzielnie podejmować za siebie decyzji. Pomyśl, czy chcesz zapisać swoje preferencje i życzenia dotyczące przyszłej opieki lub leczenia, czy wolisz pozostawić rzeczy ich naturalnemu biegowi.

Jednym ze sposobów informowania osób w Twoim otoczeniu o swoich życzeniach jest tzw. planowanie naprzód.

Niniejsza ulotka zawiera czytelne i przejrzyste informacje na temat planowania naprzód oraz różnych dostępnych opcji. Poniższe informacje zostały opracowane zgodnie z przepisami i wytycznymi określonymi w Ustawie o Zdolności do Czynności Prawnych (Mental Capacity Act) z 2005 roku, dlatego zastosowana tu terminologia może Ci się wydać nowa.

## Na czym polega planowanie naprzód?

Planowanie naprzód to proces dyskusji i argumentacji między Tobą a osobami sprawującymi nad Tobą opiekę, np. pielęgniarzami, lekarzami, kierownikami domu opieki, pracownikami społecznymi, członkami rodziny lub przyjaciółmi.

Podczas prowadzonej dyskusji możesz wyrazić swoje poglądy, preferencje i życzenia dotyczące przyszłej opieki, które zostaną wzięte pod uwagę w sytuacji, gdy nie będziesz w stanie samodzielnie o sobie decydować. Proces planowania pozwoli Ci komunikować wszelkie potrzeby osobom zaangażowanym w Twoją opiekę.

## Główne aspekty planowania naprzód

Rozpoczęcie rozmowy

Zapoznanie się z dostępnymi opcjami

Określenie własnych życzeń i preferencji

Odmowa poddania się leczeniu

Wyznaczenie osoby, która w razie potrzeby będzie brała udział w konsultacjach

Wyznaczenie osoby, która będzie uprawniona do podejmowania decyzji w Twoim imieniu w oparciu o pełnomocnictwo stałe

Przekazanie informacji właściwym osobom

Powyższe aspekty zostaną szczegółowo omówione w niniejszej ulotce.

**Prosimy mieć na uwadze, że planowanie przyszłej opieki jest kwestią indywidualną i nikt nie będzie nakłaniał Cię do podjęcia jakichkolwiek kroków w kierunku określenia planu działania.**



## Rozpoczęcie rozmowy

Podczas rozmowy na temat planowania przyszłej opieki możesz poruszyć jedną lub kilka kwestii omówionych w niniejszej ulotce.

Bodźcami do rozpoczęcia rozmowy może być:

- Chęć wyznaczenia planu działania na wypadek zaistnienia szczególnych, niespodziewanych okoliczności
- Planowanie przyszłości lub emerytury
- Otrzymanie diagnozy poważnej lub chronicznej choroby czy uświadomienie sobie, że znajdujesz się u kresu życia
- Śmierć współmałżonka, partnera lub przyjaciela.

**Nie każdy będzie potrafił i chciał przeprowadzić taką rozmowę – nie ma w tym nic złego. Pamiętaj jednak, że rozmowa i opracowanie planu oznacza, że Twoje życzenia będą znane osobom w Twoim otoczeniu. Jest to szczególnie ważne dla osób odpowiedzialnych za podejmowanie decyzji dotyczących Twojej opieki, w sytuacji, gdy z powodu poważnej choroby nie będzie w stanie samodzielnie o sobie decydować.**

## Zapoznaj się z dostępnymi opcjami

Plan przyszłej opieki może zostać opracowany przez Ciebie w dowolnej chwili. Poproś o rozmowę na ten temat osobę zaangażowaną w Twoją opiekę lub kogoś bliskiego. Możesz wyznaczyć stosowny czas i miejsce, w którym taka rozmowa ma się odbyć.

Aby zapoznać się z dostępnymi opcjami, możesz – wspólnie z osobą, z którą prowadzisz rozmowę – zacerpnąć fachowej porady i pomocy.

Możesz mieć silne poglądy na temat rzeczy, które Twoim zdaniem powinny lub nie powinny się wydarzyć, np. niektóre osoby podkreślają, że w razie ciężkiej choroby chcą pozostać w domu. Należy jednak mieć na uwadze, że w niektórych przypadkach może to być nierealne.

### Przykład zapoznania się z dostępnymi opcjami

Ella mieszka wspólnie z córką, zięciem i dwoma małymi wnukami. Zdaje sobie ona sprawę, że jej życie dobiega końca i ostatnie chwile chciałaby spędzić w domu. Ella ma jednak świadomość, że musi pójść do domu opieki, aby oszczędzić swoim najbliższym cierpienia i dodatkowej pracy związanej z opieką. Taka decyzja bardzo ją niepokoi.

Ella nie powiedziała nikomu o swoich planach, dlatego nie wie, co jej najbliżsi myślą na temat ewentualnej opieki nad nią. Ponadto nie zapytała ona swojego lekarza o dostępne lokalnie formy pomocy, dzięki którym mogłaby ona zostać w domu, lub alternatywy dla domu opieki.

Rozmowa i zapoznanie się z wszystkimi dostępnymi opcjami może pomóc Elli znaleźć właściwe rozwiązanie i przedyskutować wspólnie z rodziną jej plany dotyczące przyszłej opieki.

## Określenie własnych życzeń i preferencji

Wszelkie życzenia i preferencje określone podczas wyznaczania planu przyszłej opieki są Twoją indywidualną sprawą i mogą dotyczyć jej dowolnych aspektów.

Plan może zawierać Twoje priorytety i preferencje, np.:

- W jaki sposób wyznawana przez Ciebie religia lub wierzenia powinny odzwierciedlać się w otrzymywanej opiece
- Imię i nazwisko osoby, która zgodnie z Twoim życzeniem powinna być konsultowana podczas podejmowania decyzji – może to być dowolnie wybrana przez Ciebie osoba
- Wybór miejsca, w którym chcesz przebywać u kresu życia, oraz osoby, które powinny Ci towarzyszyć
- Twoje uwagi i spostrzeżenia na temat różnych form leczenia lub form opieki, jakie mogą Ci zostać zaproponowane
- W jaki sposób chcesz wykonywać określone czynności, np. prysznic zamiast kąpieli lub spanie przy włączonym świetle
- Obawy i rozwiązanie kwestii praktycznych, np. kto powinien zająć się Twoim zwierzęciem.

**Jeżeli nie będziesz w stanie samodzielnie o sobie decydować, takie informacje pomogą Twoim opiekunom określić, co będzie dla Ciebie najlepsze, i podjąć właściwą decyzję w Twoim imieniu.**

## Odmowa poddania się leczeniu

W czasie planowania przyszłej opieki możesz wyrazić swoje poglądy na temat określonych metod leczenia, którym nie chcesz się poddać – można to uczynić w oparciu o odmowę poddania się leczeniu.

Odmowa poddania się leczeniu (określana czasami mianem ‘testamentu życia’) to Twoja decyzja o zrezygnowaniu z poddania się określonym metodom leczenia. Taka decyzja jest brana pod uwagę, jeżeli w chwili, kiedy leczenie powinno zostać przeprowadzone, nie jesteś w stanie samodzielnie o sobie decydować.

Czasami możesz odmówić poddania się leczeniu wyłącznie w określonych okolicznościach. Jeżeli tak, musisz dokładnie określić wszystkie okoliczności, kiedy leczenie nie zostanie przeprowadzone.

Pamiętaj, że w przypadku leczenia podtrzymującego życie, jak np. sztucznej wentylacji, odmowa musi zostać przedstawiona zgodnie z zachowaniem określonych zasad. Odmowa poddania się takiemu leczeniu musi zostać złożona na piśmie w obecności świadka, opatrzona podpisem i zawierać zapis ‘także w sytuacji, gdy konsekwencją odmowy jest zagrożenie życia’.

Jeżeli chcesz podjąć decyzję o odmowie poddania się leczeniu, porozmawiaj na ten temat z właściwym pracownikiem służby zdrowia, który ma pełną wiedzę na temat Twojej historii choroby.

**Odmowa poddania się leczeniu zostanie wzięta pod uwagę wyłącznie w sytuacji, kiedy nie będziesz w stanie samodzielnie o sobie decydować.**

**Pamiętaj, że w każdej chwili możesz zmienić zdanie.**

## Poproś bliską Ci osobę, aby została Twoim przedstawicielem

Możesz wyznaczyć osobę – lub kilka osób, jeżeli masz takie życzenie – która będzie uprawniona do reprezentowania Twoich poglądów dotyczących opieki, jeżeli nie będziesz w stanie samodzielnie o sobie decydować. Wybraną osobą może być członek najbliższej rodziny, przyjaciel lub inna bliska Ci osoba.

Jeżeli w przyszłości nie będziesz w stanie podejmować decyzji, pracownik służby zdrowia lub opieki społecznej może, w miarę możliwości, skonsultować się ze wskazaną przez Ciebie osobą. Chociaż taka osoba nie będzie podejmować za Ciebie decyzji, może ona udzielić informacji na temat Twoich pragnień, uczuć i wyznawanych wartości. Dzięki temu pracownicy służby zdrowia będą mogli działać w Twoim najlepszym interesie.

Wyznaczenie przedstawiciela nie jest jednoznaczne z ustanowieniem pełnomocnika. Więcej informacji na temat pełnomocnictwa znajdziesz na stronie 10.

### Przykład wyznaczenia przedstawiciela

Sheelagh mieszka sama i nie ma żadnych żyjących krewnych. Wsparcie i pomocną dłoń od zawsze okazywała jej wieloletnia przyjaciółka i zarazem sąsiadka – Jenny.

Z upływem czasu Seelagh zaczęła coraz częściej zastanawiać się, co będzie się z nią działo, jeżeli zdrowie odmówi jej posłuszeństwa. Sheelagh zna i ufa Jenny, dlatego postanowiła poprosić ją o zostanie jej przedstawicielem, który będzie reprezentował jej zdanie i wypowiadał się w jej imieniu, jeżeli zajdzie taka potrzeba.

Sheelagh w dalszym ciągu chce, aby jej sprawami finansowymi zajmował się prawnik, z którym przedyskutowała swoje plany.





## Ustanowienie pełnomocnictwa stałego

W dowolnej chwili możesz postanowić o ustanowieniu pełnomocnika, który upoważniony będzie do podejmowania decyzji w Twoim imieniu, kiedy nie będziesz w stanie samodzielnie za siebie decydować. Może to być członek Twojej rodziny, przyjaciel lub prawnik.

Pełnomocnictwo stałe (Lasting Power of Attorney) pozwoli Ci udzielić wybranej osobie prawa do podejmowania w Twoim imieniu decyzji dotyczących nieruchomości, wszelkich spraw finansowych i/lub kwestii bytowo-opiekuńczych.

Decyzje dotyczące opieki i leczenia mogą być podejmowane w oparciu o pełnomocnictwo bytowo-opiekuńcze. Przedmiotowe pełnomocnictwo może być wykorzystane wyłącznie w sytuacji, gdy osoba udzielająca pełnomocnictwa nie jest w stanie samodzielnie podejmować decyzji dotyczących opieki oraz leczenia.

Ustanowienie pełnomocnictwa stałego odbywa się zgodnie z zachowaniem stosownych zasad. Właściwy formularz uzyskasz w Urzędzie Kuratora Publicznego lub w sklepie papierniczym, w którym dostępne są formularze wniosków. Przedmiotowy formularz zawiera ponadto informacje na temat właściwych działań, jakie należy podjąć w związku z udzieleniem pełnomocnictwa. Pełnomocnictwo musi zostać zarejestrowane w Urzędzie Kuratora Publicznego zanim możliwe będzie jego zastosowanie.

Pełnomocnictwo stałe wprowadzone zostało w miejsce Zgody na pełnomocnictwo (Enduring Power of Attorney).





## Przykład ustanowienia pełnomocnictwa stałego

Kamal cierpi z powodu choroby serca i ma ograniczoną mobilność. Ostatnio zaczął on rozważać, co może wydarzyć się w przyszłości, jeżeli jego stan zdrowia ulegnie pogorszeniu.

Kamal zawsze zajmował się sprawami finansowymi - zarówno własnymi, jak i swojej żony. Teraz oboje obawiają się, że nie będzie ona w stanie podjąć istotnej decyzji, jeżeli jego choroba pogłębi się lub nie będzie on mógł samodzielnie zdecydować o swojej opiece.

Aby zapewnić sobie spokój ducha, postanowili oni ustalić pełnomocnictwo stałe dla swojej córki. Oboje przedyskutowali wspólnie z Farrah swoje spostrzeżenia dotyczące kwestii finansowych, nieruchomości lub opieki zdrowotnej. Dzięki takiej rozmowie Farrah mogła poznać życzenia i preferencje swoich rodziców oraz zrozumieć, jakie działania powinna podjąć w sytuacji, gdy nie będą oni mogli podejmować samodzielnych decyzji.

Farrah będzie mogła podejmować decyzje w imieniu swoich rodziców, jeżeli nie będą oni w stanie samodzielnie o sobie decydować.

## Przekaż informacje właściwym osobom

Twoje plany dotyczące opieki paliatywnej nie zawsze muszą być wyrażone na piśmie, chyba że Twoja decyzja dotyczy odmowy poddania się leczeniu podtrzymującego życie. Pamiętaj jednak, że dla pracowników służby zdrowia zaangażowanych w Twoją opiekę oraz członków Twojej rodziny pomocne może okazać się posiadanie pisemnego potwierdzenia Twoich życzeń i preferencji, opatrzonego Twoim pismem i datą. Dobrym pomysłem może okazać się przekazanie kopii swoich życzeń wszystkim, którzy powinni o nich wiedzieć. Pamiętaj, aby przechowywać własną kopię w bezpiecznym miejscu.

Podzielenie się swoimi spostrzeżeniami i życzeniami dotyczącymi opieki paliatywnej pozwoli Ci przedyskutować własne plany z najbliższymi.

Jeżeli podjęta przez Ciebie decyzja dotyczy odmowy poddania się leczeniu, musisz zapewnić, aby wszystkie osoby zaangażowane w Twoją opiekę byli jej świadomi. Poproś o pomoc pielęgniarkę lub lekarza, jeżeli potrzebujesz wsparcia.



## Kluczowe aspekty opieki paliatywnej

- Nikt nie jest zobligowany do planowania przyszłej opieki.
- Możesz przedyskutować swoje życzenia z osobami sprawującymi nad Tobą opiekę, partnerem lub członkami rodziny.
- Uwzględnij w przygotowanym planie wszystkie ważne dla Ciebie kwestie, niezależnie od tego, jak trywialne mogą się one wydawać.
- Jeżeli chcesz odmówić poddania się określonym metodom leczenia, rozważ podjęcie takiej decyzji z wyprzedzeniem.
- Zaleca się, aby wszelkie życzenia i wytyczne zostały opatrzone datą i podpisem.
- Jeżeli rozważasz podjęcie decyzji o odmowie poddania się leczeniu, przedyskutuj właściwe działania z doświadczonym pracownikiem służby zdrowia.
- Jeżeli odmowa dotyczy poddania się leczeniu podtrzymującego życie, Twoja decyzja musi zostać wyrażona na piśmie, opatrzona datą i Twoim podpisem złożonym w obecności świadka. Pamiętaj, że taka deklaracja musi zawierać właściwe sformułowania i terminologię.
- Jeżeli zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa wyznaczony został przedstawiciel lub ustanowione zostało pełnomocnictwo trwałe, pamiętaj, aby uwzględnić imię i nazwisko pełnomocnika we wszystkich dokumentach dotyczących opieki paliatywnej.
- Jeżeli wszelkie życzenia i wytyczne wyrażone zostały na piśmie lub ustanowione zostało pełnomocnictwo stałe, pamiętaj, aby przechowywać kopie takich dokumentów w bezpiecznym miejscu oraz udostępnić je osobom, które powinny być świadome Twojej decyzji, np. pielęgniarce, lekarzowi lub członkom rodziny.

**Pamiętaj, że w każdej chwili możesz zmienić zdanie.**

## Dalsze informacje

Niniejsze informacje znajdziesz na różnych stronach internetowych, dostęp do których uzyskasz za pośrednictwem lekarza rodzinnego, pracownika społecznego, lokalnej biblioteki lub szpitalnego biura informacyjnego.

### Dying Matters

10 ulotek informacyjnych poświęconych rozmowie i podejmowaniu decyzji związanych z kresem życia dostępnych na stronie

**[www.dyingmatters.org/overview/resources](http://www.dyingmatters.org/overview/resources)**

### Mental Capacity Act

Informacje na temat Ustawy o Zdolności do Czynności Prawnych (Mental Capacity Act) oraz Kodu Postępowania.

**[www.justice.gov.uk/guidance/protecting-the-vulnerable/mental-capacity-act](http://www.justice.gov.uk/guidance/protecting-the-vulnerable/mental-capacity-act)**

### Office of Public Guardian

Urząd Kuratora Publicznego (Office of Public Guardian) sprawuje opiekę nad osobami ograniczonymi w zdolności do czynności prawnych.

**[www.publicguardian.gov.uk](http://www.publicguardian.gov.uk)**

**Tel. 0300 4560300**

### Preferred Priorities for Care

Dokument, który może pomóc Ci zapisać swoje preferencje i pragnienie na przyszłość.

**[www.endoflifecareforadults.nhs.uk/tools/core-tools/preferredprioritiesforcare](http://www.endoflifecareforadults.nhs.uk/tools/core-tools/preferredprioritiesforcare)**

### The Mental Capacity Act in Practice

Guidance for End of Life Care (2008) (Opieka paliatywna – Przewodnik) – The National Council for Palliative Care (Krajowa Rada ds. Opieki Paliatywnej)

**[www.ncpc.org.uk](http://www.ncpc.org.uk)**

**Tel. 020 7697 1520**

## **Good Decision Making – The Mental Capacity Act and End of Life Care**

Podsumowanie przepisów i postanowień określonych na mocy Ustawy o Zdolności do Czynności Prawnych (Mental Capacity Act) oraz wyjaśnienie istoty podejmowania decyzji w zakresie opieki paliatywnej.  
**[www.ncpc.org.uk](http://www.ncpc.org.uk)**

## **Strona internetowa Advance Decisions to Refuse Treatment**

Strona internetowa przygotowana z myślą o pracownikach służby zdrowia na temat prawa do odmowy leczenia, zawierająca sekcję dla pacjentów.  
**[www.adrt.nhs.uk](http://www.adrt.nhs.uk)**

## **NHS Choices**

Strona internetowa zawierająca informacje na temat chorób, metod leczenia, zasad zdrowego trybu życia oraz wsparcia dla osób opiekujących się osobami chorymi lub niepełnosprawnymi.  
**[www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)**

## **Age UK LifeBook**

LifeBook to bezpłatna broszura mająca na celu udokumentowanie wszystkich aspektów Twojego życia, od informacji na temat ubezpieczyciela samochodu po miejsce, w którym znajduje się potwierdzenie opłaty abonamentu radiowo-telewizyjnego.

**[www.ageuk.org.uk/home-and-care/home-safety-and-security/lifebook/](http://www.ageuk.org.uk/home-and-care/home-safety-and-security/lifebook/)**

**Tel. 0845 685 1061 podając nr ref.: ALL 721**

## **Healthtalkonline**

Strona internetowa zawierająca informacje przeznaczone dla opiekunów osób terminalnie chorych oraz opisująca doświadczenia śmierci i żałoby.  
**[www.healthtalkonline.org/Dying\\_and\\_bereavement/](http://www.healthtalkonline.org/Dying_and_bereavement/)**

**www.endoflifecareforadults.nhs.uk**

Niniejsze informacje zostały opublikowane dzięki pomocy  
National End of Life Care Programme

ISBN: 978 1 908874 24 5  
Nr ref.: PB0035 A 04 12  
Data publikacji: Luty 2012  
Data aktualizacji: Luty 2014

© Wszelkie prawa zastrzeżone. Szczegółowe informacje na  
temat Warunków Korzystania uzyskają Państwo na stronie  
internetowej

[www.endoflifecareforadults.nhs.uk/terms-of-use](http://www.endoflifecareforadults.nhs.uk/terms-of-use) lub  
kontaktując się z nami za pośrednictwem poczty elektronicznej  
pod adresem [information@eolc.nhs.uk](mailto:information@eolc.nhs.uk). Zabrania się  
korzystania z informacji zawartych w niniejszej ulotce w  
celach zarobkowych i komercyjnych, nie ograniczając się do  
rozpowszechniania materiałów lub sprzedaży jakichkolwiek  
produktów dowolnym osobom trzecim.



The University of  
**Nottingham**

**NHS**

*National End of Life  
Care Programme*