

与亲人和照护人讨论你的病情

Talking about your illness with loved ones and caregivers

这本小册子能帮助你与亲人讨论你的病情和今后的事情。这是以你与临床医生谈过的内容为基础编写而成。

与朋友和家人讨论自己的病情并非易事，但却有助于他们了解对你来说至关重要的问题，还有助于他们支持你和你作出的决定。

在与亲人谈话前，先考虑谈话的时间和场所。挑选一个能让你感到放松的时间和场所。确保你有足够的谈话时间。你可以使用本指南中的话，或用你自己的话 - 以你方便为准。

提示 (TIPS) :

挑一个你感到放松的时间，并确保有充足的谈话时间。

选一个你感到舒适自在的地方。

你可以念出黑体字标出的话，或用你自己的话 - 你觉得哪种方式最好就用哪种方式。

开始谈话 (Start the conversation)

我现在状况不错，虽然这事不急，但医生认为我们有必要开始讨论我今后的医疗护理。

他们认为应该做好准备，希望了解我对医疗的目标和愿望。

你对我很重要，我也希望你参与谈话。

如果哪一天我无法表达自己的心愿，我希望你能为我做决定。

了解亲人的想法 (Check in with your loved one)

理解 (UNDERSTANDING)

你现在对我的病况是怎么看的？

信息 (INFORMATION)

我知道这很难开口，但我想把自己的病情告诉你。可以吗？

关于今后病情可能会怎样，你希望从我这里了解哪些情况？

医生和我谈过我的病今后会如何发展 - 我可以把这些情况告诉你吗？

告知你认为重要的事情

(Share what is important to you)

目标和愿望 (GOALS & WISHES)

我想告诉你我的一些目标，这可能会影响到我的医疗决策。我期待的一些事情是.....

举例：迎接新降生的孙女，庆祝我的下一个生日，等等。

恐惧和忧虑 (FEARS & WORRIES)

对这种病未来会如何发展，我最恐惧和忧虑的是...

举例：无法自己做决定，或者生活无法自理，不得不求别人帮忙。

能力 (ABILITIES)

我无法想象丧失某些能力.....

举例：认不出别人，无法与人互动，无法照顾自己等等

艰难的选择 (TOUGH CHOICES)

我知道我们可能不得不在痛苦的与旷日持久的治疗之间做出选择。

举例：住医院，身上插喂食管，住在护理院里，上呼吸机，做化疗等等。

以下是我对这些选择的看法.....

计划再谈一次 (Plan to talk again)

你对我们讨论过的内容有疑问吗？

在我继续接受治疗期间，我想与你谈谈我的病情和医疗护理。可以吗？

我知道这次谈话不轻松。现在我们谈过了，你有什么想法？

我们还应该与其他人谈谈吗？

