

# अग्रिम निर्देशनहरू

## Advance Directives

Advance directives are legal documents to tell your loved ones and your doctors about the medical treatment you would want if you are not able to speak for yourself. Because a severe illness or accident can happen at any time, all adults should have advance directives.

It is important to let your health care team know if you have advance directives, so they are aware of them and can honor your health care choices. You will be asked if you have advance directives if you are in the hospital.

Here are answers to some common questions about advance directives.

### What is an Advance Directive?

An advance directive tells your doctors and other health care workers what types of care you would like to have if you become unable to make medical decisions. This may occur because you are:

- In a serious accident
- Very ill and near death
- In a coma
- Very confused or in late stages of dementia

अग्रिम निर्देशनहरू कानूनी दस्तावेजहरू हुन् जो तपाईंले आफै भन्न असक्षम भएको अवस्थामा तपाईंलाई आवश्यक चिकित्सा उपचारबारे तपाईंका प्रियजन र डाक्टरहरूलाई जानकारी दिनका लागि हुन्। किनभने गम्भीर बिमारी वा दुर्घटना कुनैपनि समयमा हुन सक्छ, सबै वयस्कहरूसँग अग्रिम निर्देशनहरू हुनु पर्दछ।

तपाईंसँग अग्रिम स्वास्थ्य निर्देशनहरू रहेको कुरा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा टीमलाई जानकारी दिनु महत्त्वपूर्ण छ, जसबाट उनीहरूलाई त्यसबारे थाहा होस् र उनीहरूले तपाईंका स्वास्थ्य सेवा विकल्पहरूको सम्मान गर्न सकुन्। तपाईं अस्पतालमा हुनुहुन्छ भने तपाईंसँग अग्रिम निर्देशनहरू छन्-छैनन् भनी तपाईंलाई सोधिने छ।

अग्रिम निर्देशनहरूबारे केही सामान्य प्रश्नहरू यसप्रकार छन्।

### अग्रिम निर्देशन भनेको के हो?

अग्रिम निर्देशनले तपाईं चिकित्सासम्बन्धी निर्णयहरू गर्न असक्षम हुनुभएको अवस्थामा तपाईंलाई कुन प्रकारको स्वास्थ्य सेवा चाहिन्छ भनी तपाईंका डाक्टरहरू र अन्य स्वास्थ्य सेवा कर्मीहरूलाई जानकारी गराउँछ। यस्तो अवस्था उत्पन्न हुन सक्छ यदि तपाईं:

- गम्भीर दुर्घटनामा पर्नु हुन्छ
- सिकिस्त बिरामी पर्नुहुन्छ, मृत्युको मुखेझी
- कोमामा जानुहुन्छ
- भ्रमित हुनुभएको छ वा स्मृति लोप (dementia) को अन्तिम चरणहरूमा हुनुहुन्छ

In the United States, there are forms you can fill out to tell health care workers about the care you want. These forms are called:

- Health Care Power of Attorney (POA)
- Living Will
- Do Not Resuscitate (DNR) Order

In some states, these forms may be combined.

## What is a Health Care Power of Attorney?

This form allows you choose someone you trust to make health decisions if you are unable to do so yourself. You may also hear this called a medical power of attorney or health care proxy.

This person can be a spouse or partner, parent, friend, or someone you trust to make health decisions for you. You may also choose to have an alternate, in case the person is not able to fulfill the role. The doctor shares information about your condition and care with the person you choose.

- The doctor and other members of your health care team are not able to serve as your health care power of attorney.
- This is not the same as a power of attorney for financial decisions.

## What is a Living Will?

A living will is a form that tells the type of medical treatment you want in certain situations. It only comes into effect if you are terminally ill or permanently unconscious, such as in a coma. In a living will, you can tell health care providers about the type of help you want or do not want, such as machines to help you breathe or feeding tubes if you cannot eat normally.

संयुक्त राज्य अमेरिकामा, यी यस्ता फाराम हुन्छन् जो तपाईंले चाहनुभएको सेवाबारे स्वास्थ्य सेवा कर्मीहरूलाई जानकारी दिन गर्न सक्नुहुन्छ। यी फारामहरूलाई भनिन्छ:

- हेल्थ केयर पावर अफ एटर्नी (POA)
- जीवित इच्छापत्र
- डु नट रिससिटेट (DNR) आदेश

केही राज्यहरूमा, यी फारामहरू संयुक्त हुन सक्छन्।

## हेल्थ केयर पावर अफ एटर्नी भनेको के हो?

यो फारामले तपाईं स्वयं असक्षम भएको अवस्थामा तपाईंसम्बन्धी स्वास्थ्य निर्णय गर्न तपाईंका विश्वासी व्यक्तिलाई चुन्ने अनुमति दिन्छ। तपाईंले यसलाई मेडिकल पावर अफ एटर्नी अथवा हेल्थ केयर प्रक्सी पनि भनिएको सुन्नु हुनेछ।

यस्तो व्यक्ति तपाईंको श्रीमान-श्रीमती वा साझेदार, मातापिता, साथी, वा तपाईंका लागि स्वास्थ्य निर्णय गर्न सक्ने तपाईंका विश्वासपात्र कुनैपनि व्यक्ति हुन सक्छ। यदि यस्तो व्यक्तिले आफ्नो भूमिका पूरा गर्न असक्षम भएको स्थितिमा तपाईंले वैकल्पिक व्यक्ति पनि चुन्न सक्नुहुन्छ। तपाईंले चुन्नुभएको व्यक्तिसँग डक्टरहरूले तपाईंको अवस्थाबारे जानकारी साझा गर्नेछन्।

- तपाईंका डक्टर वा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा टीमका अन्य सदस्यहरूले तपाईंको स्वास्थ्य सेवा पावर अफ एटर्नीले जसरी सेवा प्रदान गर्न सक्दैनन्।
- यो आर्थिक निर्णयहरूका लागि पावर अफ एटर्नी जस्तो चाहिँ होइन।

## जीवित इच्छापत्र भनेको के हो?

जीवित इच्छापत्र यस्तो फाराम हो जसले विशिष्ट अवस्थाहरूमा तपाईंलाई चाहिने चिकित्सा उपचारको प्रकारबारे जानकारी गराउँछ। यो त्यतिबेला मात्रै प्रभावी हुन्छ जब तपाईं अत्यधिक गम्भीर रूपले बिरामी पर्नुभएको छ वा स्थायी रूपमा बेहोस हुनुभएको छ, जस्तै कोमामा जानुभएको छ। जीवित इच्छापत्रमा, तपाईंले स्वास्थ्य सेवा प्रदाताहरूलाई तपाईंलाई चाहिने वा नचाहिने प्रकारका सहायताबारे, जस्तै तपाईंलाई सास फेर्नमा मद्दत गर्ने मेशिनहरू वा तपाईंले सामान्य तवरमा खान नसक्दा फिडिङ ट्युबको प्रयोगबारे जानकारी दिन्छ।

## What is a DNR order?

A do not resuscitate (DNR) order is another type of advance directive, or it may be combined in the Living Will. It allows you to tell your doctors you do not want to have cardiopulmonary resuscitation (CPR) or other treatment to try to revive you if your heart stops or if you stop breathing.

## When I fill out these forms, who do I give Advance Directive papers to?

Give a copy of these forms to your doctor. Give one to the person or people who will represent you. Tell health care providers and caregivers that you have an advance directive. It is also a good idea to have a copy with you if you need to go to the hospital for surgery or treatment.

## How can I make or change my Advance Directive?

If you have questions or wish to put your choices in writing, tell your doctor or health care provider.

You can change or make a new advance directive at any time. Simply destroy the old one and complete a new form. Be sure to provide new copies to your doctors and to the person or people who will represent you.

## डिएनआर (DNR) आदेश भनेको के हो?

डु नट रिससिटेट (DNR) आदेश एक अर्को प्रकारको अग्रिम निर्देशन हो, वा यसलाई जीवित इच्छापत्रसित गाभ्न सकिन्छ। यसले तपाईंको मुटुको धडकन रोकिएको वा तपाईंले सास फेर्न बन्द गर्नुभएको अवस्थामा तपाईंलाई बौराउने प्रयास गर्दै कार्डियोपल्मोनरी रिससिटेसन (CPR) वा अन्य उपचार दिइयोस् भनी चाहनुहुन्न भनी तपाईंले डक्टरहरूलाई जनाउने अनुमति दिन्छ।

## मैले यी फारामहरू भर्दा, अग्रिम निर्देशन कागजहरू मैले कसलाई बुझाउनु पर्छ?

यी फारामहरूको प्रति तपाईंको डक्टरलाई दिनुहोस्। एउटा प्रति तपाईंको प्रतिनिधित्व गर्ने व्यक्ति वा व्यक्तिहरूलाई दिनुहोस्। तपाईंसँग अग्रिम निर्देशन छ भन्ने जानकारी स्वास्थ्य सेवा प्रदाताहरू र स्याहारकर्ताहरूलाई दिनुहोस्। सर्जरी वा उपचारका लागि तपाईं अस्पताल जानु पर्ने आवश्यकता पर्दा यसको प्रति तपाईंसँग राख्न पनि राम्रो विचार हो।

## मैले मेरो अग्रिम निर्देशन कसरी तयार गर्न वा त्यसमा परिवर्तन गर्न सक्छु?

यदि तपाईंका कुनै प्रश्न छन् वा आफ्नो रोजाइ लिखित रूपमा राख्न चाहनुहुन्छ भने तपाईंका डक्टर वा स्वास्थ्य सेवा प्रदातालाई जानकारी दिनुहोस्।

तपाईंले कुनैपनि समयमा नयाँ अग्रिम निर्देशन तयार गर्न वा त्यसमा परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ। पुरानोलाई नष्ट गरेर नयाँ फाराम भर्नुभए भइहाल्छ। नयाँ अग्रिम निर्देशनका प्रतिहरू आफ्ना डक्टरलाई तथा तपाईंको प्रतिनिधित्व गर्ने व्यक्ति वा व्यक्तिहरूलाई उपलब्ध गराउने कुरो सुनिश्चित गर्नुहोस्।