



## 自我倡議者之在有支持下做健康護理決定

- 你可以做有關你自己健康的決定。
- 我們所有人均需要幫助做選擇。
- 你可以選擇你信任的人幫助你。
- 你可以選擇一名或更多的支持者。
- 你的支持者無須同意你的選擇。

### 什麼是有支持的決定？

有支持的決定是你可以有在你信任的人幫助下做決定。你可從有支持的決定，在你信任的人幫助下，做有關係的健康決定。任何人在做有關他們健康之重要決定時均有困難的時候。人們很多時候需要幫助管理他們的健康護理。你有同樣的權利可做選擇，取得你想有的幫助，如同每一個人一樣。

### 你應對你支持者認識的事項

你選擇幫助你的人稱為支持者。你可以按你的意願有很多支持者。他們可以是你的家人、朋友、在社區和你合作的人，或任何你信任的人。例如，或者你的兄弟幫助你和醫生交談時做得很好，但在家時，是你的室友提醒你要服藥。你的兄弟和你的室友因而均可成為你的支持者。

你無須在你健康護理的每個部份或每次往看醫生時均需要支持。你可選擇什麼時候需要支持，支持你的人是誰，以及你如何取得此支持。當你選擇一名支持者的時候，他們亦可在很多其他方面協助你。他們可以在你有病時打電話給醫生，或幫助你從你的輪椅轉到檢驗桌上。

你將和你的支持者有十分重要的關係。他們答應幫助你取得所需的資訊，以明白你的選擇。即使你的支持者不同意，你亦可做選擇。但是，像每個人一樣，你需要接受你做的決定的後果。

## 什麼人不可以做你的支持者？

如你不想某人做你的支持者，他們不可以成為你的支持者。此外，有些人可能無法或不願支持你對你健康所做的決定。他們不可以成為你的支持者。其他不可以成為你的支持者的人，包括住宅之家的職員，或在法庭案件之爭議對方。

## 什麼是有支持的健康護理決定協議？

有支持的健康護理決定協議是一個新的和令人興奮的方法，使有支持決定適用於你。在未來，這些有簽名的表格可讓指定幫助你和你醫生及其他健康護理工作者一起合作的支持者。醫生將知道這些支持者可幫助你明白你的選擇，但你仍然有權利對一個對你有效的計劃做決定。

## 協議如何起作用？

這些協議讓你選擇什麼人幫助你，以及他們將如何幫助你。你可就你健康護理不同部份選擇一個或多個協議。你可以有不同的支持者。你或者不想有一人知道你身體或你健康的一切。每個協議可能略有不同，要看你選擇如何作出支持而定。關鍵是你選擇你想有的支持類型，以及什麼人給你支持。

## 如你和支持者發生問題呢？

如你認為你的支持者沒有以你喜歡的方式給你支持，你可選擇不同的支持者。此外，你可以更改或取消協議，如你認為一名支持者嘗試說服你做一些你不喜歡或令你感到不自在的事。你可在任何時候，以任何原因改變或取消每份協議。此外，如你的醫生認為一名支持者不尊重你的決定，或沒有給你足夠的資訊，他或她可請和你單獨交談。你的醫生亦可能想和其他人交談。

## 記住，你的健康是重要的！

## 你有權取得你做有關你身體和你健康護理決定所需的幫助！

覽閱傷健人士有支持健康護理的錄像，請上網：<http://odpc.ucsf.edu/supported-health-care-decision-making>

收看說明有支持健康護理決定的錄像，請上網：<http://odpc.ucsf.edu/supported-health-care-decision-making>。有關[模型立法](#)詳情和[答問資源](#)，請上網：<http://autisticadvocacy.org/2014/07/asan-unveils-toolkit-for-advocates-on-health-care-and-the-transition-to-adulthood/>