

Para viver seu futuro do seu próprio jeito

Meu

# Caderno de anotações

## “A partir de agora”



Como será o meu amanhã? Não prevemos quando surgirão doenças ou acontecerão desastres naturais, acidentes, etc.

Vamos falar sobre o Planejamento de Cuidados Avançados (**A**dvance • **C**are • **P**lanning), (apelidado de Reunião para a vida futura), que é uma ferramenta muito útil para caso lhe aconteça alguma situação de emergência. O objetivo dessa ferramenta é transmitir seus princípios, valores e desejos sobre o modo de como gostaria que fossem realizados tratamentos médicos, cuidados, etc. Orientamos que você pense a respeito da vida futura, decida e deixe conversado com as pessoas de sua confiança.

Pode ser uma ferramenta muito necessária caso as pessoas de sua confiança necessitem tomar decisões difíceis sobre seus tratamentos médicos ou cuidados.

Para viver seu futuro do seu próprio jeito, sugerimos que pense à respeito e faça uso do caderno de anotações “A partir de agora”.



### 4 “Nãos” sobre o Caderno de anotações “a partir de agora”

- Não é somente para o final da vida

Não é uma ferramenta para ser utilizada somente na etapa final da vida, mas, num futuro próximo poderá ser muito útil para situações em que a família e as pessoas que o auxiliarão precisarem decidir sobre a melhor forma de auxiliá-lo.

- Não é somente para idosos

Os jovens também podem utilizar essa ferramenta. Aqueles que pensam que “Ainda é cedo para mim”, por favor experienciem primeiro. Acreditamos que é uma boa oportunidade para conversar com a família sobre o seu futuro.

- Não é um testamento

Esse caderno de anotações não é como um testamento que é respaldado pela lei. Independente de seus desejos serem possíveis ou não, orientamos a escrever livremente sobre “O que eu quero para o meu futuro”.

- Reescrever se mudar de opinião? Por que não?

Mudamos de opinião todos os dias. Assim, se mudar de opinião, fique à vontade para escrever novamente. Não se esqueça de colocar a data que escreveu também.

Data :

Ano

Mês

Dia

Para poder ser corrigido a qualquer momento, vamos escrever à lapis !





Preencha seus dados básicos e seu estado de saúde com antecedência para ajudar as pessoas que lhe darão apoio a conseguir oferecer-lhe o melhor suporte.

FURIGAN NAME			DATA DO NAS CIMENT O	ANO	MÊS	DIA
				( IDADE )		
ENDEREÇO	- -					
FONE RESIDENCIA L	( ) -		CELULAR	- -		
ALTURA	cm		PESO	kg	TIPO SANGUÍNEO	
FAMÍLIA ·	NOMES	PARENTE SCO	ENDEREÇO		TELEPHONE	
AMIGOS ·						
CONTATO S DE EMERGÊNCI A						

ESTADO DE SAÚDE	CONSULTA FREQUENTEMENTE (MÉDICO · DENTISTA)		
	NOME DA INSTITUIÇÃO MÉDICA		MEDICO RESPONSÁVEL
	POSSUI CADERNO DE ANOTAÇÕES DE REMÉDIOS		SIM · NÃO
	CUIDADOS A TOMAR COM AS CONDIÇÕES DE SAÚDE (ALERGIAS ETC)		
* SUPERVISOR DE CUIDADOS			
NOME DA EMPRESA :			
NAME :			

\* Solicitamos apenas às pessoas que estejam usando os serviços de kaigo que preencham o nome do supervisor de cuidados (Kea Manejaa)

### OBSERVAÇÕES IMPORTANTES AO ESCREVER NO CADERNO DE ANOTAÇÕES

- Não há problemas em escrever e corrigir várias vezes. Não há necessidade de escrever sobre tudo. Inicie escrevendo sobre o mais fácil.
- Faça uma revisão regular sobre o que escreveu. Pode haver mudanças nos seus sentimentos e opiniões.
- Tome bastante cuidado com o lugar que guardar. Escolha um local apropriado e deixe avisado à pessoa de sua inteira confiança.



Por favor preencha sobre seus desejos e sentimentos, para caso "se acontecer alguma coisa", relacionados aos temas: tratamentos médicos, cuidados a longo prazo, funeral, etc.

Quando Ficar Doente	<b>Sobre notificações</b>	
	<input type="checkbox"/> Quero que me notifiquem o nome da doença e a expectativa de vida.	<input type="checkbox"/> Deixo por conta da família, etc.
	<input type="checkbox"/> Quero que me notifiquem somente o nome da doença.	<input type="checkbox"/> Não quero que me notifiquem.
	<b>Quando, em casa, seu estado de saúde piorar repentinamente</b>	
	<input type="checkbox"/> Quero que chamem um médico e uma enfermeira	<input type="checkbox"/> Deixo por conta da família, etc.
	<input type="checkbox"/> Quero ser transferido para um hospital de ambulância	<input type="checkbox"/> Outros ( )
	<b>Sobre tratamento para prolongar a vida (Quando o médico disser que sua expectativa de vida for de 6 meses ou menos)</b>	
<input type="checkbox"/> Na medida do possível, desejo me submeter ao tratamento de prolongamento de vida	<input type="checkbox"/> Desejo sofrer o mínimo possível de dor	
<input type="checkbox"/> Não desejo me submeter ao tratamento de prolongamento da vida	<input type="checkbox"/> Outros ( )	
<input type="checkbox"/> Desejo experienciar o tratamento de prolongamento da vida porém, se constatarem que não está sendo benéfico para mim, desejo que parem o tratamento.		
<b>O local que desejo passar o estágio final da vida</b>		
<input type="checkbox"/> Na minha residência	<input type="checkbox"/> No hospital	
<input type="checkbox"/> Fora o hospital, no asilo, etc.	<input type="checkbox"/> Outros ( )	

Quando necessitar de cuidados	<b>Pessoas que gostaria de solicitar cuidados</b>	
	<input type="checkbox"/> Família <input type="checkbox"/> Amigos, conhecidos <input type="checkbox"/> Profissionais <input type="checkbox"/> Outros ( )	
	<b>Local onde gostaria de ser cuidado</b>	
<input type="checkbox"/> Em casa <input type="checkbox"/> No asilo ou hospital ( ) <input type="checkbox"/> Deixo por sua conta		

Funeral, jazida, etc	<b>Contrato ou reserva com empresa funerária</b>	
	<input type="checkbox"/> Não fiz <input type="checkbox"/> Fiz contrato ou reserva (nome da Empresa: _____ Fone: _____ )	
	<b>Detalhes do funeral</b>	
	<input type="checkbox"/> Familiar, deixo por conta da família	<input type="checkbox"/> Tenho planos ( )
	<b>Sobre Testamento</b>	
	<input type="checkbox"/> Não tenho <input type="checkbox"/> Tenho	
<b>Sobre o Jazida ou Ossuário</b>		
<input type="checkbox"/> Não tenho <input type="checkbox"/> Tenho (Local _____ )		

<b>Assuntos que quero transmitir sobre : diversos, doenças, cuidados, funeral</b>



# Sobre o meu "Até agora" e "A partir de agora"



Vamos deixar escrito sobre seus assuntos importantes, sobre como gostaria de viver sua vida a partir de agora, etc.

## Sobre eu

- Gostos, preferências, habilidades, especialidades, divertimentos.
- Coisas que não me atraem e coisas que não gosto.
- Coisas que considero importantes, Inscrição do nome na lápide.

## Sobre o meu "a partir de agora"

- Pessoas que gostaria de encontrar, coisas que gostaria de fazer num futuro breve.
- Coisas que me preocupam, coisas que me deixam inseguro.
- Assuntos que gostaria de transmitir.

## CONTATOS

- Prefeitura da Cidade de Higashiura - Departamento de Bem-Estar Social ☎ 0562-83-3111
- Centro de Apoio e Consulta para Idosos da Cidade de Higashiura ☎ 0562-82-2941

Realização: Cidade de Higashiura,  
Cuidados Abrangentes Regionais, Conselho de Promoção de  
Cuidados e Assistência Médica Domiciliar Subcomitê de Cooperação  
para Cuidados a longo prazo - Grupo de Trabalho de Conscientização de Residentes

Data de realização : Março de 2021 (Reiwa ano 3)

Você poderá fazer down-load do caderno de anotações  
"A partir de agora" aqui !

