

## Etap Planifikasyon pou Pasyan & Fanmi yo pandan kriz COVID-19 la

Pandemi global kowonaviris (COVID-19) la prezante nouvo defi. Li enpòtan pou nou reflechi alavans sou sa nou ta vle si nou vin malad ak kowonaviris. Sa gen ladan l kalite swen w ta vle a si w ta entènè lopital ak fason pou prepare w pou si w pandan w lopital la.

**Nou tout nan menm bato a. Si w pran devan pou planifye depi kounye a, ou ka ede fanmi w, zanmi w ak founisè medikal ou yo.**

### Sispann pwopagasyon an

Tout moun ta dwe pratike distans sosyal, lave men yo souvan, epi kouvri nen ak bouch nou lè n ap touse epi etènne. Sa vle di:

- Ou dwe suiv nenpòt alèt “rete lakay” eta oswa vil ou an.
- Rete an kontak avèk zanmi w yo ak fanmi w nan telefòn, videyo ak lòt medya sosyal yo.
- Yon moun ka parèt anfòm epi li santi li anfòm men li toujou anmezi pou li simaye viris la.
- Si w gen timoun, fè tout sa w kapab pou kenbe yo an sante epi aktif, men sonje yo fèmen teren jwèt yo pou yon rezon valab. Timoun yo ta dwe pase tan sèlman avèk frè oswa sè yo ak fanmi pre yo.
- Lè w oblije kite lakay ou pou w al achte pwovizyon oswa lòt bagay ki esansyèl yo, eseye achte nan moman kote magazen yo pa gen anpil moun. Lave men ou anvan epi apre w fin manyen atik nan magazen yo, epi apre w fin kite magazen an.
- Rete an sante - fè egzèsis, pwomennen, pase tan deyò chak jou. Eseye rete nan yon distans omwen 6 pye ak moun ki pa fanmi w lè w ap pase tan deyò. Byen pran swen tèt ou.
- Tout moun dwe kouvri bouch yo ak nen yo ak yon mouchwa an papyè lè y ap touse oswa estènne. Jete sèvyèt ou fin itilize yo nan yon sachè poubèl. Apre sa, lave men l tousuit. Touse oswa etènne nan andedan koud ou si w pa gen yon mouchwa disponib.
- Tout moun dwe lave men yo avèk savon ak dlo souvan pandan omwen 20 segonn. Fwote pla men w ak do men w epi fant dwèt yo toutan. Apre sa rensè yo ak dlo. Si pa gen savon ak dlo ki disponib, netwaye men w avèk dezenfektan pou men ki abaz alkòl ki genyen omwen 60% alkòl. Mete li sou tout sifas chak men epi fwote men yo ansanm jiskaske yo sèch.
- Kouvri bouch ou ak nen w avèk yon kouvèti twal pou vizaj lè w alantou lòt moun. Ou ka gaye COVID-19 la bay lòt moun menm si ou pa santi w malad. Tout moun ta dwe mete yon kouvèti twal pou vizaj lè yo oblije soti an piblik, tankou pou ale nan makèt la oswa pou rekipere lòt pwodui ki nesèsè. Ou pa ta dwe mete kouvèti twal pou vizaj sou timoun ki poko gen 2 zan, moun ki gen

pwoblèm pou l respire, oswa ki san konesans, enkapab oswa osinon ki pa kapab retire mas la san asistans.

### Medikaman w yo

- Fè yon lis medikaman w yo (non, dòz, elatriye) epi kenbe li soulamen.
- Planifye pou renouvèlman medikaman w yo, epi kontakte klinik, lopital, oswa famasi w la kounye a.
- Rele famasi w la pou wè si yo ka voye medikaman w yo lakay ou.

### Lajan ak Fakti w yo

- Chwazi yon moun ou fè konfyans ki ka ede w avèk lajan w ak fakti w yo.
  - Asire w ke yo konnen fason pou yo gen aksè a enfòmasyon finansye w yo, kont ou, ansanm ak modpas yo.
- Atansyon ak fwod yo. Pa bay etranje enfòmasyon sou lajan w.
- Si ou resevwa Sekirite Sosyal ou, lajan w ap toujou vini ([www.ssa.gov/coronavirus/](http://www.ssa.gov/coronavirus/)).
- Fondasyon Defansè Pasyan ka ede w jwenn resous pou ede w pote fado finansye trètman medikal ou a (<https://www.patientadvocate.org>).

### Zannimo domestik yo

- Chwazi yon moun ki ta ka pran swen bèt domestik ou yo.
  - Asire w ke yo gen non veterinè a, enstriksyon sou fason pou pran swen bèt domestik ou yo ak lis pwoblèm medikal bèt domestik ou yo.
  - Ba yo yon kopi kle kay la, pou si yo ta bezwen rantre pou pran swen bèt domestik ou yo.
- Mande magazen bèt domestik ou a pou delivre manje ak founiti pou bèt domestik yo, oswa itilize yon sèvis kòmman sou entènèt (egz. [Chewy.com](http://Chewy.com)).

### Plan swen medikal ou a: Etap Twa Aksyon

#### 1. Fè konnen swen w ta swete jwenn nan.

##### *Sa a se PI enpòtan an.*

- Reflechi sou sa ki pi enpòtan nan lavi ou: fanmi, bèt domestik, pas tan, elatriye:
  - **Cake** se yon zouti planifikasyon ki ka ede w eksplòre, dokimante epi pataje tout desizyon sante, legal, antèman ak eritaj ou ([www.joinCake.com](http://www.joinCake.com)).
  - Sa a kapab yon egzèsis difisil, men planifikasyon an ka fè li pi fasil pou fanmi w pran desizyon, si sa nesesè.
- Reflechi sou sa w vle pou swen medikal ou:
  - Pale ak mandatè swen sante w la (desidè medikal la), fanmi oswa zanmi, ansanm ak founisè medikal ou a sou swen ou vle a.
  - **Prepare for your Care** se yon sit entènèt ki montre w kijan pou w fè konvèsasyon sa yo ([www.prepareforyourcare.org](http://www.prepareforyourcare.org)).
- Panse fè mandatè swen sante w la konn volonte w (desidè medikal la) e lòt moun yo pa telefòn ak/oswa yon videyo sèlfi. Ou ka pale ak lòt moun tou pa mwayen apèl videyo:

- Whats App ([www.whatsapp.com](http://www.whatsapp.com)); Zoom (<https://zoom.us>); Skype (<https://skype.com>) oswa FaceTime (yon fonksyon apèl videyol sou yon aparèy Apple).
- Telechaje epi konplete fòmilè Ôdonans Medikal nan Massachusetts pou Trètman ki bay Lavi (<https://www.molst-ma.org/>)

## 2. Chwazi yon “desidè medikal” (mandatè swen sante)

- Moun sa a ap pale pou ou si ou pa ka pale pou tèt ou akòz yon pwoblèm sante. Chwazi yon moun k ap pran desizyon medikal, si ou kapab.
- Yo ka asire yo doktè w yo konnen swen ou swete jwenn nan.
- Kenbe nimewo telefòn nan men yo.
- Yon bon desidè medikal se yon moun ki:
  - Kapab pale ak doktè w la an pèsòn oswa pa telefòn.
  - Ki konnen swen w ta swete jwenn ak sa w pa vle.
  - Ou kwè k ap egzekite volonte w yo.
- Fè desidè medikal ou a konnen ou chwazi yo pou wòl sa a.
- Prepare for Your Care ka ede w prepare diskisyon sa yo ([www.prepareforyourcare.org](http://www.prepareforyourcare.org)).

## 3. Panse ranpli yon fòmilè “Enstriksyon Alavans”

- Fòmilè sa a pèmèt ou bay non desidè a epi ekri sa w swete pou swen medikal ou a, nan ka kote ou pa ka pale pou tèt ou akòz yon pwoblèm sante.
- Si ou deja genyen yon enstriksyon alavans, revize li, mete li ajou, epi pataje li avèk mandatè swen sante w la (desidè desizyon) ak founisè medikal ou a.
- Fòmilè Enstriksyon Alavans yo disponib sou Prepare for Your Care (<https://prepareforyourcare.org/advance-directive>).
  - Se pa yon pwoblèm si ou pa ka siyen fòmilè a oswa ou pa gen temwen kounye a.
  - Lekti fòmilè a ap ede w reflechi sou ki kalite swen ou vle.
  - Si w ranpli fòmilè a ka ede fanmi w ak founisè yo konnen plis bagay sou swen ou vle ak sa pa vle.
- Ou ka eskane/fakse, imèl, oswa menm voye yon foto fòmilè a apati telefòn selilè w la pou voye bay mandatè swen sante w la (desidè medikal), founisè medikal ak lòt moun ou fè konfyans.

## Ospitalizasyon ak Nouvo Politik Lopital la

Yon ospitalizasyon pandan pandemi kowonaviris la ka diferan nèt de sa pasyan ak fanmi yo abitye wè. Bagay yo ka diferan:

- Ou ka pa kapab pale ak doktè regilye w an pèsòn, se sèlman pa telefòn.
- Pap gen vizitè eksepte nan sikonstans espesyal.
- Yo ka voye w nan yon lopital ki diferan ak kote yo abitye pran swen w lan.

Pafwa pasyan yo konn bezwen pou mennen yo nan inite swen entansif la epi mete yo sou yon machin pou respire (vantilasyon) lè yo ospitalize ak kowonaviris.

- Rechèch yo montre ke pifò moun ki bezwen yon ventilasyon ap bezwen rete ladan l pandan plizyè semèn, petèt plis.

- Moun ki sou vantilasyon yo pa kapab pale.

Li itil pou prepare yon lis, davans, nan sa w ta bezwen pote lè w ap kite kay la. Sijesyon sa yo ap ede w kòmanse.

- **Papye ak enfòmasyon:**

- Nimewo telefòn, kontak enpòtan yo pou bay founisè medikal ou yo, ansanm ak moun ou chwazi kòm desidè medikal ou yo (*gade etap 2, pi wo a*)
- Lis medikaman w yo (oswa pote bwat konprime yo)
- Enstriksyon alavan oswa enfòmasyon sou volonte medikal yo (*gade etap 3 pi wo a*)
- Plan pou bèt domestik oswa fakti w yo

- **Ekipman:**

- **Telefòn, tablèt ak/oswa òdinatè ak chajè yo.** Aparèy sa yo ka ede w rete konekte ak fanmi ak zanmi w yo
- Linèt, pwotèz oditif, fo dan ak lòt bagay ki sanble sa
- Kas, mas pou dòmi, liv ak rad

## Lyen pou plis enfòmasyon ak resous

**Lòt konsèy** pou ou menm ak fanmi w pou evite Covid-19 la gaye disponib sou [sit entènèt CDC a](#). Materyèl itil sou fason pou pran swen yon manm fanmi malad nan kay san danje disponib tou nan lyen ki pi ba yo:

- [Pran swen tèt ou oswa yon manm fanmi ki gen Covid-19.](#)
- [Prekosyon lakay.](#)
- [Evite viris la gaye](#)
- [Fason pou netwaye epi dezenfekte kay ou](#)
- [Sentòm Coronavirus](#)
- [Èske w plis ekspoze a gwo maladi grav?](#)
- [Evite tonbe malad](#)
- **Zouti Sipò pou Konvèsasyon an Fanmi: Detèmine Swen ou vle a**
  - Prepare for Your Care: Yon pwogram etap pa etap ak videyo <https://prepareforyourcare.org/welcome>
  - Cake: Eksplòre, dokimante, epi pataje desizyon sante, legal, antèman ak eritaj nan yon plan fen lavi [www.joinCake.com](http://www.joinCake.com)

- *Hello* jwèt konvèsasyon ki soti nan Common Practice  
<https://commonpractice.com>
- Resous respè chwa pandan COVID-19 la  
<https://respectingchoices.org/covid-19-resources>
- Èske nou ka pale sou sa ki enpòtan pou mwen? Fich konsèy Fondasyon Nasyonal Defansè Pasyan  
<https://www.npaf.org/can-we-talk/>
- **Lòt zouti sipò**
  - Sant Aksyon Fondasyon Nasyonal Defansè Pasyan ki malad ak COVID-19: Enfòmasyon sou Metòd ak Politik Defans yo  
<https://www.npaf.org/patients-and-caregivers/covid19/>
  - Fondasyon Defansè Pasyan an: Resous ak sèvis pou gide pasyan ak fanmi l atravè defi ki gen nan swen sante konplèks yo  
<https://www.patientadvocate.org/>
  - Rete Kalm e Fò kont COVID-19 la: Videyo Rezo Paran ki gen Kouraj  
<https://courageousparentsnetwork.org/videos/cpn-talks-with-counselor-mary-frances-garber-on-staying-calm-and-strong-in-the-shadow-of-covid>

Devlopman gid sa a se te yon patenarya ant Partners Healthcare System, espesyalis maladi grav, ak National Patient Advocate Foundation (NPAF).