



Puka 3a - 2021

Arataki Tiaki Mo mua

I mahia i raro i te

Te Ture Whakamahere me nga Whakatau Hauora 2016 (Vic.)

Ina whakakiia, hainatia me te whakaaturanga, ka whakakapihia e tenei Advance Care Directive etahi Advance Care Directive kua mahia e koe. Ka tino taunaki a Wikitoria ki te whakaki i tenei puka i muri i te ata whiriwhiri.

1. Nga Taipitopito Whaiaro

Ingoa:	
Wāhi noho:	
State:	
Waehere poutāpeta:	
Te ra whanau:	

Ko taku ahuatanga hauora o naianei i te wa o te hainatanga:

Kei te pai toku hauora
Ka tohutohu mai taku rata kei te mate ahau (<i>whakaahuatia to mate</i>);

Waitohu: _____

Whārangi 1 o 11

2. Tohutohu Tohutohu

Ko tenei Tohu Whakaako **herea ture** me te korero tika i o whakatau maimoatanga rongoa ki o taakuta. Ka mate me te Mana Rangatira a Wikitoria e tino taunaki ana kia toro atu koe ki tetahi rata mena ka whiriwhiri koe ki te whakaoti i tenei Tohu Whakaako.

- **Ka whakamahia noa to Tohu Whakaakoranga mena karekau koe e whai mana ki te whakatau maimoatanga rongoa.**
- Ko o whakatau maimoatanga rongoa i roto i tenei Tohu Whakaako ka whai mana me te mea kua whakaae koe, kaore ranei koe i whakaae ki te timata, ki te haere tonu ranei ki te rongoa.
- Mēnā kāore i te mārama, kei te rangirua rānei ētahi o ō tauākī i roto i ētahi āhuatanga, ka noho hei Aratohu Uara (tirohia te wharangi 5).
- I raro i te s51 o te *Te Ture Whakamahere me nga Whakatau Hauora*, kare pea e hiahiatia he tohunga hauora ki te u ki to Tohu Tohutohu mena kua rereke nga ahuatanga ka kore e rite te whakatinana i to Arataki ki o hiahia me o hiahia.

Te whakamahi i tenei Aratohu Tohutohu

Me uru tenei Tohu Whakaakoranga **ki te kore**:

Whakaae

Kare e whakaae

Kei te mamae noa ahau i te ngaronga o te mohiotanga, penei i te hypoglycaemia, te TIA ranei (te whakaeke ischemic tere) me te maru ngawari.

E mate kino ana ahau engari i runga i nga whakaaro o nga tohunga rongoa motuhake e rua (kotahi te tohungatanga), tera pea ka ora ahau ki te ahua o te noho motuhake me te kaha, kaore he tino mamae o te tinana, o te hinengaro ranei.

Waitohu: _____

I raro i nga tikanga i runga ake nei i roto i te "Whakamahia i tenei Tohu Whakaako", **E kii ana ahau mo te wawaotanga hauora, maimoatanga ranei e whai ana ki te whakaroa, ki te pupuri ranei i toku ora:**

Te maimoatanga

[Ka whakakahore ahau](#)

[Ka whakaae ahau](#)

Te whāngai hangai (te kai me te whakamakuku/he whakamakuku)

Paturopi

Te manawa horihori

Tetahi mahi pokanga

Te tautoko i te rere toto, tae atu ki te CPR

Te whakatikatika i nga taumata rereke o tetahi matū paitini

Whakawhitinga toto

Te rongoa rongoa mo te huka toto tiketike/iti

Te rongoa rongoa mo te toto toto tiketike/iti

Te whakaheke toto

I tua atu, **Ka whakapuaki ahau** Ko nga tohu mamae e mau tonu ana (te mamae, te kore manawa, me era na te kore kai me te wai) **nui rawa palliated** ma te whakamaarama tika, te whakamaarama me etahi atu maimoatanga whakamaarama (tae atu ki te pupuri i nga ngutu, waha me nga kanohi kia makuku), ahakoa ko taua maimoatanga whakamaarama he hua ano ka whakapoto i taku oranga.

Waitohu: _____

Ka taea te whakaaro ki te ahu whakamua i roto i te maha o nga wahanga. Kotahi te whakarōpūtanga e whitu nga wahanga, ko nga wahanga tuatahi (1-3) e whakaatu ana he iti noa te paheketanga, ko nga wahanga o muri mai (6-7) he tino paheketanga o te hinengaro. Mai i te wahanga 5, ka timata te tangata ki te rapu awhina kia ora ai.

Ma te mahara ki enei waahanga ahu whakamua, mena ka whakatauhia e te taote kaore au i te mohio ki te whakatau whakatau mo taku rongoa me

Mēnā kua pāngia ahau ki tētahi wāhanga o te mate pāwera.
Mena ka rongohia kua mate ahau i te wahanga 6 dementia.
Mena ka rongohia kua mate ahau i te wahanga 7 dementia.

me hoki,

Ahako ko taku tiaki tuatahi kei roto i te kaainga/hapori, kei roto ranei i tetahi umanga.
Mena kua whakauruhia ahau ki te tiaki whakahaere tonu.

Katahi ahau ka kii atu, haunga te whakamahinga o nga paturopi mo nga mate iti e kore e mate, kare au e whakaae ki nga maimoatanga hauora me te kaupapa me te hua o te roa o toku ora (penei i te rarangi 3 i runga ake nei):

Ahako te ahua e pai ana ahau ki te whakatau a taku Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora.
Engari ki te ahua pai ahau ki te whakatau a taku Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora (a ka taea te whakakore i tenei ahuatanga ki te kore ahau e pai).

Ka whakapuaki ano ahau i tena:

Ka whakakore ahau i te kai me te whakamakuku ma te awhina i te koko-whangai ahako nga ahuatanga.
Ka whakaae ahau ki te whangai i te koko engari mena ka whakaae ahau ki tenei maataki me te pai ki taku kai, e ai ki taku Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora.
Ka whakakorehia pea tenei ahuatanga mena ka whakatauhia e taku MTDM karekau au e whakaae ki te whangai koko, karekau ranei e pai ki te whangai.

Tirohia nga wahanga e whitu o Reisberg mo te mate a Alzheimer [konei](#).

Waitohu: _____

3. Tikanga Uara

Tirohia te paetukutuku MyValues (www.myvalues.org.au) mo nga whakaaro hei awahina i nga whakautu ki tenei waahanga.

Mena kua oti tika i a koe te hainatanga me te hainatanga i te Tohu Whakaako i nga wharangi 2-3, ka nui ake i runga i nga manakohanga ka taea e koe te whakaatu i roto i tenei Panui Uara. **Me whakarite karekau he mea kei roto i to Arataki Uara e whakahē ana i nga mea i akona e koe i roto i to Arataki Akoranga.**

Kare koe e hiahia ki te whakaoti i nga waahanga katoa o tenei Tohu Uara.

(a) He aha te mea nui i roto i toku oranga (he aha te tikanga o te noho pai ki a koe?)

Ko nga mea hei whakaaro i tenei waahanga ko nga whakapono whakapono, ahurea ranei, te whanau me nga hoa, nga hiahia wairua, me te mana motuhake. Whakamaramahia he aha te mea nui ki a koe, kia mohio ai to Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora he aha te tikanga o te oranga ki a koe.

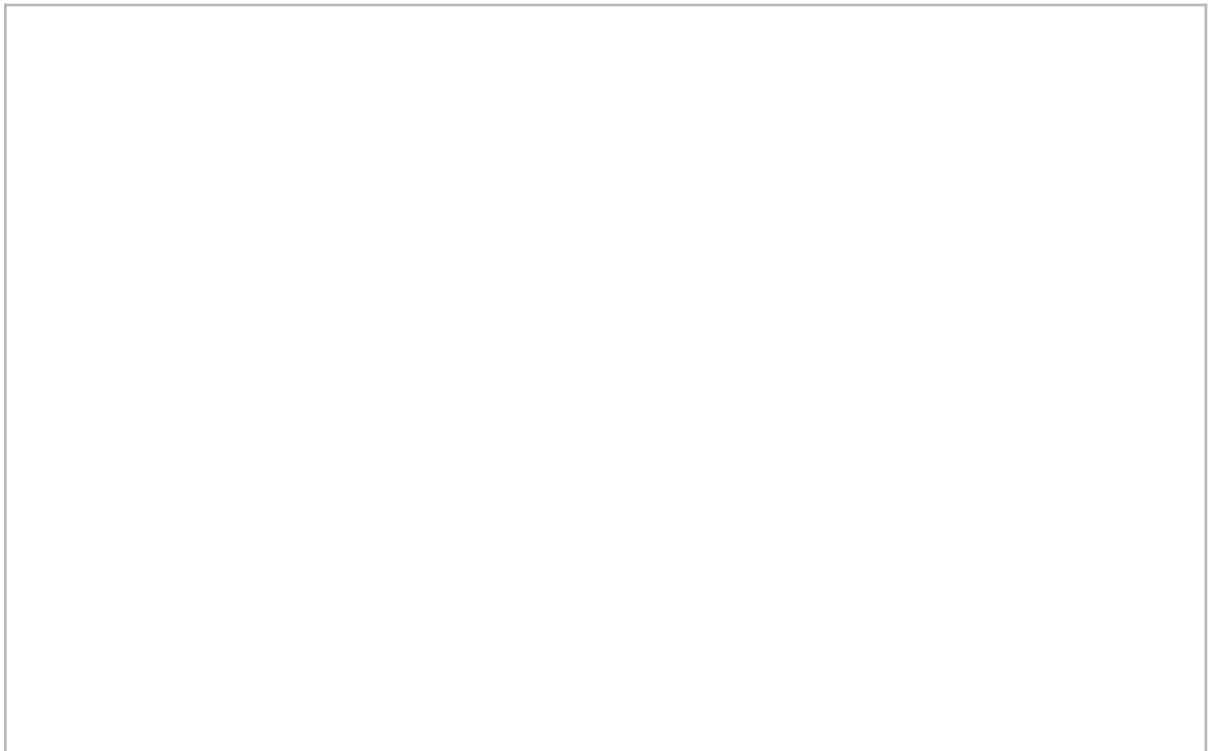
(b) Ko te mea e tino awangawanga ana ahau mo taku heke mai ko:

Mo etahi tangata, ka uru pea tenei ki te mamae, te neke ki roto i te whare tiaki, te kore e kaha ki te pupuri i te tiaki whaiaro, te kore e uru ki nga mahi hapori/whānau, ka ngaro ranei te kaha ki te korero.



(c) Ki ahau nei, ko nga hua kaore e whakaaetia mo te rongoa i muri i te mate, i te whara ranei:

Mo etahi, ko te kore e mohio ki te whanau me o hoa kare e whakaaetia. Ko etahi kare pea e hiahia ki te whakawhirinaki ki nga miihini me nga kaitiaki.



Waitohu: _____

(d) Ko etahi atu mea e hiahia ana ahau kia mohio ko:

Ko etahi atu take e hiahia ana koe kia whakaarohia e to Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora. Ko enei pea te waahi tiaki pai ki a koe, nga tikanga rongoa, me nga whakaritenga wairua/whakapono/ ahurea ranei.

(e) Ko etahi atu tangata e hiahia ana ahau ki te whai waahi ki nga kororerero mo taku tiaki ko:

Whakaratohia ki to Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora nga korero mo tetahi atu tangata e pai ana koe (kaore ranei) e pai kia uru ki nga kororerero mo to tiaki hauora.

(f) Mena kua tata ahau ki te mate, he mea nui enei mea ki ahau:

Whakaarohia nga tangata e hiahia ana koe ki te whakaatu. Ka hiahia pea koe kia whakatangihia to puoro tino pai, he whakaahua ranei hei karapoti i a koe, kia mau ranei to mokai ki a koe.

Waitohu: _____

Koha Okana

Ina mate ahau:

E pai ana ahau ki te whai whakaaro mo te koha okana me te kopa, me te mohio tera pea e tika ana nga wawaotanga rongoa mo te tuku koha.

Kare au e pai kia whakaarohia mo te koha okana me te kiko.

E kii ana ahau kua oti i ahau tenei tuinga i muri i te ata whiriwhiringa.

Ka tiakina e ahau te mana ki te whakakore i tenei Tohu Tiaki Whakamua i nga wa katoa, engari ki te kore au e mahi na, me kii hei tohu mo aku tohutohu haere tonu.

Waitohu: _____

4. Nga Kaihanga Whakatau Maimoatanga Hauora

WHAKATOKANGA: Ko tenei waahanga anake e whakararangi ana i to Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora. Ka mahi kaore tohua mana tetahi tangata ki te tuunga o te Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora. Me mahi tenei ma te whakakii i te puka *Te Whakaritenga i tetahi Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora*.

Kua tohua e au hei Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora:

Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora 1

Ingoa:	
Te ra whanau:	
Wāhi noho:	
Tau waea:	

Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora 2

Ingoa:	
Te ra whanau:	
Wāhi noho:	
Tau waea:	

5. Whakaaturanga

Me haina koei mua o tokorua nga kaiwhakaatu pakeke.

Ko te Kaitaunaki 1 me noho hei taakuta. Ka taea e te kaiwhakaatu 2 tetahi atu pakeke.

Karekau he kaitaunaki he tangata kua tohua e koe hei Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora.

To hainatanga:	
Rā:	

Ka whakamanahia e ia kaiwhakaatu:

- I te wa i hainatia ai te tuhinga, ko te ahua o te tangata e tuku ana i te Advance Care Directive he kaha ki te whakatau whakatau e pa ana ki ia tauākī o te Aratohu.
- I te wa o te hainatanga i te tuhinga, ka kitea e te tangata e tuku ana i te Arataki Tiaki Ake ki te mohio ki te ahua me te paanga o ia tauākī i roto i te Aratohu.
- I puta te tangata ki te haina i te tuhinga
- I hainatia e te tangata te tuhinga i toku aroaro me te aroaro o te kaiwhakaatu tuarua, a
- Ehara ahau i te Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora o te tangata.

Kaititiro 1 - Takutai Rehitatia

Ingoa katoa:	
Tohu me Tau AHPRA:	
Waitohu:	
Rā:	

Kaititiro 2 - He pakeke ano

Ingoa katoa:	
Waitohu:	
Rā:	

Waitohu: _____

He aha te mahi ki tenei puka

- Kia mau ki a koe te puka taketake. Hoatu he kape ki to Kaihanga Whakatau Tiaki Hauora, whanau, hoa me nga taote rongoa. Kia mau ki a koe he kape taapiri mena ka uru koe ki te hohipera, ka tukuna ranei koe e etahi atu taote me nga tohunga hauora.
- Me whakarite kua panuihia e to Kaihanga Whakatau Whakatau Hauora me te tino mohio ki te puka.
- Ka tukuna pea to Arataki Tiaki Ake ki runga i taku Rekoata Hauora.

Nga arotake

Ka mate ki te Mana rangatira Ka tino taunaki a Wikitoria kia arotakehia e koe tenei tuhinga i nga wa katoa, na te mea ka rereke pea o hiahia, kei te ahu whakamua ranei te hangarau rongoa. He whakaaro nui koe ki te arotake i te tuhinga ia rua tau, ki te rereke ranei te ahua o to hauora.

Ia wa ka arotake koe i to tuhinga me o hiahiakaore kua whakarereke, haina me te ra i tetahi o nga mihi kei raro iho nei. Mena kua rereke o hiahia, me whakaoti e koe he Arataki Tiaki Whakamua.

Arotake Tuhinga: 1

E whakaae ana ahau kua arotakehia e au tenei tuhinga kaore he mea e hiahia ana ahau ki te whakarereke.

Waitohu:	
Rā:	

Arotake Tuhinga: 2

E whakaae ana ahau kua arotakehia e au tenei tuhinga kaore he mea e hiahia ana ahau ki te whakarereke.

Waitohu:	
Rā:	

Arotake Tuhinga: 3

E whakaae ana ahau kua arotakehia e au tenei tuhinga kaore he mea e hiahia ana ahau ki te whakarereke.

Waitohu:	
Rā:	

Waitohu: _____