Perancangan Penjagaan Awal

Rancangkan kesihatan dan penjagaan diri anda



aic
agency for integrated care

Apakah itu Perancangan Penjagaan Awal



Peracangan Penjagaan Awal (ACP) bertujuan untuk merakam nilai-nilai dan pilihan penjagaan anda dengan jelas.

Sekiranya anda tidak mampu berkomunikasi atau membuat keputusan untuk diri sendiri, ACP akan membantu orang tersayang dan pasukan penjagaan kesihatan anda untuk bertindak dan membuat keputusan yang terbaik berdasarkan kehendak anda.

**ACP berbeza daripada Arahan Perubatan Awal (AMD). AMD merupakan dokumen undang-undang bagi individu yang berumur 21 tahun ke atas untuk menolak rawatan khas/luar biasa yang mengekalkan hayat sekiranya individu tersebut sakit tenat dan tidak sedarkan diri untuk memastikan kehendak mereka dihormati. ACP mencatat pilihan penjagaan anda dan boleh digunakan sebagai panduan bagi orang tersayang dan pasukan penjagaan kesihatan anda. Anda boleh memilih sehingga dua orang Jurucakap Kesihatan yang Dilantik (NHS) untuk berkomunikasi bagi pihak anda.*

Rancang Lebih Awal melalui myACP
Ambil langkah pertama dalam perjalanan ACP anda

Mengapa ACP Penting

ACP yang bermutu membawa manfaat kepada:



Diri Anda Sendiri



Orang tersayang & Penjaga anda



Penyedia penjagaan kesihatan anda

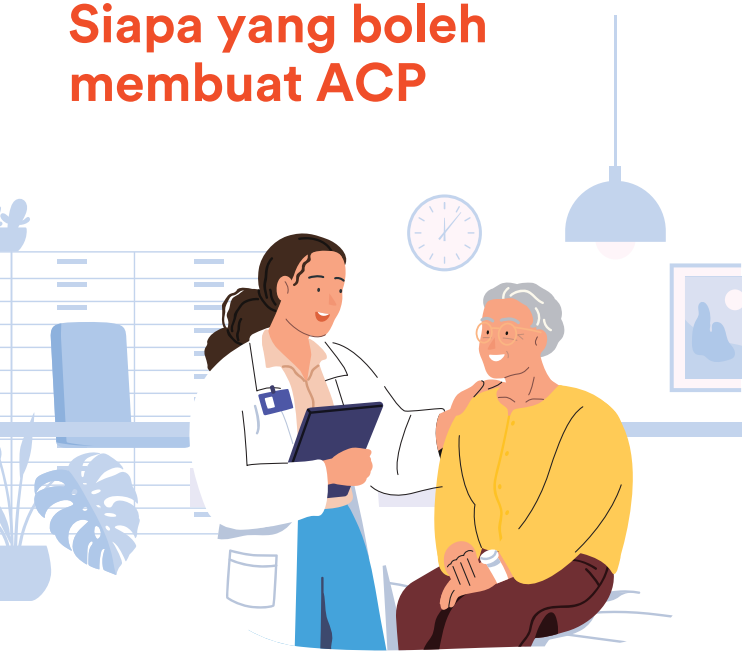
ACP membantu:

Meningkatkan mutu kehidupan dengan memastikan perancangan penjagaan selaras dengan nilai kehidupan anda dan maruah serta kesejahteraan anda dikekalkan

Mengukuhkan kepercayaan antara anda, orang tersayang dan penyedia penjagaan kesihatan

Meningkatkan kesenangan individu dan keluarga dengan mengurangkan tekanan dan membantu anda dan orang tersayang bersedia membuat keputusan di masa hadapan

Siapa yang boleh membuat ACP



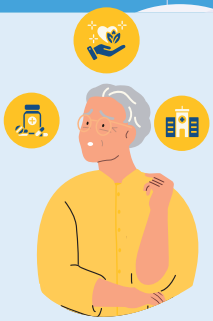
ACP tersedia untuk semua individu berumur 21 tahun* ke atas yang mempunyai keupayaan untuk membuat keputusan mereka sendiri, tidak kira sama ada mereka mempunyai masalah kesihatan atau tidak.

Setiap orang mempunyai nilai dan pilihan masing-masing berkenaan cara untuk mereka dirawat. Oleh itu, adalah penting untuk anda memikirkan dan merancang hal ini dengan lebih awal.

ACP adalah amat penting untuk individu yang mempunyai masalah kesihatan. Rujuk kepada doktor anda sekiranya anda mempunyai penyakit kronik seperti kencing manis, penyakit jantung atau penyakit kronik buah pinggang.

**Sekiranya anda berumur di bawah 21 tahun dan mempunyai masalah kesihatan, bincanglah dengan pasukan penjagaan kesihatan anda untuk mengetahui lebih lanjut tentang ACP.*

4 Langkah Mudah Untuk Mula



Langkah 1

Renung dan fikirkan tentang kehendak anda

(Mutu kehidupan dan rawatan perubatan yang selesa dengan anda)

Langkah 2

Sampaikan hasrat anda kepada Jurucakap Penjagaan Kesihatan yang Dilantik (NHS) anda

Apabila anda tidak mampu lagi berkomunikasi untuk diri sendiri, NHS ini (yang berumur 21 tahun ke atas) akan bercakap bagi pihak anda tentang pilihan penjagaan kesihatan anda. NHS anda seharusnya:

- Menghormati kehendak anda, mampu membuat keputusan di bawah tekanan dan mudah dihubungi semasa kecemasan
- Dapat berkomunikasi dengan pasukan penjagaan kesihatan anda dengan baik



Langkah 3

Catatkan myACP anda pada bila-bila masa dan di mana-mana sahaja

1. Imbas kod QR dan log masuk melalui Singpass.
2. a. Berikan maklumat kesihatan anda
   b. Dokumenkan pilihan penjagaan anda
   c. Lantik sehingga 2 orang NHS
3. NHS log masuk ke MyLegacy menerusi Singpass untuk menerima pelantikannya.

myACP kemudiannya akan didaftarkan secara automatik dalam Rekod Kesihatan Elektronik Kebangsaan (NEHR).

Langkah 4

Semak ACP anda pada setiap peringkat kehidupan yang penting bagi memastikan pilihan penjagaan anda yang terkini telah direkodkan. Anda boleh membuat perubahan kepada ACP anda selagi anda mempunyai keupayaan mental. Jangan lupa untuk memberitahu NHS anda tentang sebarang perubahan.

Mulakan ACP baharu atau buat temu janji dengan seorang pemudah cara ACP untuk mengemas kini pilihan anda.

Sekiranya anda ingin mendapatkan bantuan secara bersemuka, anda juga boleh membuat temu janji dengan pemudah cara ACP.

ACP anda juga akan didaftarkan dalam NEHR selepas perbincangan dengan pemudah cara anda.

Nota: Sesetengah penyedia perkhidmatan mungkin mengenakan bayaran. Sila hubungi mereka untuk keterangan lanjut.



Nod Komuniti ACP



Nod Komuniti (CN) ACP merupakan penyedia perkhidmatan yang membantu golongan masyarakat yang sihat untuk melengkapkan ACP mereka.

Lokasi

SATA CommHealth
- 6244 6688
- acp@sata.com.sg
- Ang Mo Kio, Bedok, Kallang, Jurong East, Sengkang, Tampines, Toa Payoh, Woodlands

Society of Sheng Hong Welfare Services
- 6239 0936
- acp@shenghong.org.sg
- Hougang, Toa Payoh

Montfort Care
- 9734 0617
- acp@montfortcare.org.sg
- Bedok, Bukit Merah, Marine Parade, Tampines, Outram, Yishun

Home Nursing Foundation
- 6854 5555
- acp@hnf.org.sg
- Hougang, Toa Payoh

Fei Yue Community Services
- 9837 0605
- acp@fycs.org
- Choa Chu Kang, Buangkok, Chinatown

Lions Befrienders Service Association
- 6681 4020
- acp@lb.org.sg
- Clementi, Queenstown

Sunlove Abode for Intellectually Infirmed Ltd
- 8959 7984
- acp@sunlove.org.sg
- Ang Mo Kio, Bedok, Bukit Merah, Geylang, Hougang, Novena, Woodlands

Buat temu janji dengan pemudah cara ACP

The Heart of Care



Klik
www.aic.sg



Hubungi
1800 650 6060



Kunjungi
AIC Link

Agensi Penjagaan Bersepadu (AIC) bertujuan untuk mewujudkan masyarakat penjagaan yang bertenaga supaya orang ramai dapat hidup dengan baik hingga ke usia senja. AIC menyelaras dan menyokong usaha dalam menyepadukan penjagaan untuk mencapai hasil penjagaan terbaik untuk pelanggan kami.

Kami mendekati para penjaga dan warga emas dengan maklumat untuk kekal aktif supaya mereka dapat hidup dengan baik, dan menghubungkan mereka kepada perkhidmatan yang mereka perlukan.

Kami menyokong pihak berkepentingan dalam usaha mereka untuk meningkatkan mutu penjagaan dan juga bekerjasama dengan rakan kongsi kesihatan serta penjagaan sosial untuk menyediakan perkhidmatan kepada golongan warga emas. Usaha kami dalam masyarakat ialah untuk membawa perkhidmatan dan maklumat penjagaan lebih dekat kepada mereka yang memerlukan.

Maklumat ini telah dikemaskini pada bulan Disember 2025.