

# 사전 의료 계획: 대화에 접근하는 방법(ADVANCE CARE PLANNING: HOW TO APPROACH THE CONVERSATION)

노년층, 가족 및 간병인을 위한  
정보



## 본 팸플릿을 통해 알 수 있는 것:

- 사전 의료 계획이란
- 미래 치료에 대한 대화를 시작하는 방법
- 사전 의료 계획의 과제와 이점

## 사전 의료 계획이란 무엇인가요?

사전 의료 계획은 본인의 삶과 관련된 정보에 입각한 결정을 내릴 수 있는 능력을 상실할 경우에 대비하여 미래 치료에 관한 선택지에 대해 미리 생각하고 소통하는 데 도움이 되는 프로세스입니다. 다음과 같은 행동을 사전 의료 계획의 일환으로 수행할 수 있습니다.



- 대리 의사결정자 지명: 본인을 위해 결정을 내릴 사람을 지정합니다.
- 의학적 치료, 생활 환경, 말기 환자 간호에 대해 원하는 사항을 글로 작성합니다.
- 개인보건관리를 위한 위임장을 작성하고 피위임자를 지정합니다.
- 재정 및 부동산 관리를 위한 위임장을 작성하고 피위임자를 지정합니다.

이러한 행동 중 어느 것도 의무는 아닙니다. 그러나 사전 의료 계획을 세우면 가족, 친구, 의료 서비스 제공자가 여러분이 원하는 바를 존중하도록 보장하는 데 도움이 될 수 있습니다. 특히 여러분이 결정을 내릴 수 없을 때 대신 결정을 해야 하는 가족 구성원의 스트레스를 크게 완화할 수 있습니다.

## 사전 의료 계획에는 어떤 종류의 결정이 포함되나요?

많은 사람들에게는 자신이 받고 싶은 치료 또는 받고 싶지 않은 치료(예: 소생술 거부(DNR)를 원함)에 대한 전반적인 의견이 있으며, 이를 파트너나 자녀에게 손쉽게 알릴 수 있습니다. 그러나 사전 의료 계획을 세우는 경우 더욱 자세한 내용을 다룰 수 있으며, 다음을 비롯한 구체적인 선호 사항을 포함할 수 있습니다.



- 여러분을 대신해 결정을 내리기를 바라는 사람(배우자, 파트너 또는 친척이 아닌 한, 급여를 받고 여러분을 돌보는 사람을 지명할 수 없으며

- 16세 미만이거나 의료 결정을 내릴 정신적 능력이 없는 사람도 지명할 수 없음).
- 거주하고 싶은 장소, 먹고 싶은 것, 입고 싶은 것 등 개인적 관리와 관련하여 원하는 사항
- 의료 시설에 입원 또는 의료 시설에서 퇴원, 장기 요양 시설로 옮기기 또는 장기 요양 시설에서 개인 치료 받기 등 원하는 의료 서비스의 종류
- 뇌졸중, 심장마비, 의료적 비상 상황 또는 정상적으로 기능할 수 없는 상황을 경험하게 되는 경우 소생술을 원하는지 여부
- 완화 치료 또는 말기 치료를 위해 다른 시설로 보내도 되는지에 대한 여러분의 의사

## 정보에 입각한 동의란 무엇인가요?

정보에 입각한 동의는 정보에 입각해 자신의 삶에 대한 결정을 내릴 수 있는 능력입니다. 의료 서비스 제공자는 여러분이 거치는 모든 검사 또는 치료에 대해 다음을 포함한 상세 정보를 설명해야 합니다.



- 위험, 이점, 부작용
- 이러한 옵션에 대한 대안
- 이러한 옵션을 거부할 경우 발생할 수 있는 상황

치료, 절차 또는 요법에 동의하기 전에 의료 서비스 제공자는 이러한 옵션에 대한 여러분의 질문에 답변해야 합니다. 개인의 능력은 특정 치료나 행동 방침을 제안하는 의료 전문가가 판단할 수 있습니다. 여러분이 의료 결정을 내릴 수 없는 상태라고 판단되는 경우, 여러분은 동의능력위원회(Consent and Capacity Board)와 상의해 이 소견을 검토할 권한이 있습니다. 여러분이 결정 능력을 잃었다고 판단하는 의료 서비스 제공자는 여러분에게 해당 권한에 대해 알려야 합니다. 대리의사결정자 또는 피위임자가 여러분을 대신해 결정을 내리도록 하는 것도 고려해야 합니다.

## 사전 의료 계획이 중요한 이유는 무엇인가요?

여러분에게는 자신의 몸에 대한 선택을 할 권한이 있습니다. 그러나 사고와 신체적/정신적 외상, 그리고 인지적 장애, 치매, 알츠하이머병 등의 질환과 질병은 여러분의 결정 능력을 저하시킬 수 있습니다.



사전 의료 계획을 세워 두면 이러한 결정을 스스로 내릴 수 없게 될 경우 여러분을 대신하여 결정을 내릴 사람을 지정할 수 있습니다.

또한 다음을 포함한 수많은 건강 문제에 관련된 요구 사항을 전달할 수도 있습니다.

- 예방, 치료, 미용 등 목적을 불문한 모든 진단 및 의료 절차
- 생명 연장을 위한 개입
- 자기 자신을 돌보지 못하게 되는 경우 받고자 하는 치료의 유형
- 완화 치료 및 말기 환자 치료 옵션

사고 및 예상치 못한 질환은 언제든지 발생할 수 있으므로 사전 의료 계획에 대해 소통하는 것은 모든 연령대의 사람들에게 있어 매우 중요합니다. 가족과 의사는 여러분이 원하는 사항을 미리 알아 두는 것을 통해 상당한 이점을 얻을 수 있습니다.



노년층의 경우 사전 의료 계획을 세워야 하는 이유가 훨씬 더 많습니다.

- 나이가 들면서 의학적 치료에 관한 결정을 내리는 상황이 더욱 자주 발생하며, 이러한 결정을 내려야 할 필요성도 커집니다.
- 양로원이나 장기 요양 시설로 옮길 가능성 또는 옮겨야 할 필요성으로 인해 개인이나 가족 전원이 결정을 내려야 하는 상황이 찾아옵니다.
- 말기 치료 관련 결정을 내려야 하는 상황이 더 일찍 찾아옵니다.
- 자녀들이 너무 먼 곳에 거주하여 즉각적인 도움을 줄 수 없는 경우가 있습니다.

노화의 신체적 및 사회적 영향이 새로운 과제로 작용하는 경우가 많습니다. 사전 의료 계획은 이러한 과제를 자신감과 품격을 가지고 해결하는 데 도움이 될 수 있습니다.

## 사전 의료 계획에 해당하지 않는 사항

사전 의료 계획은 여러분이 원하는 바를 전달합니다. 특정 치료법에 대한 사전 동의도 아니고, 치료에 대한 사전 지시도 아닙니다. 개인적 치료에 대해 원하는 바를 표현하는 사전 의료 계획은 법적 구속력이 없습니다. 하지만 스스로 결정을 내릴 수 없을 경우 여러분을 돌보게 될 사람이 더 쉽게 결정을 내릴 수 있으며, 여러분의 소망이 존중받을 가능성이 커집니다.



## 사전 의료 계획의 이점은 무엇인가요?

---

사전 의료 계획에는 개인적, 가족적, 사회적 이점이 따릅니다.



- 가족, 친구, 의료 전문가가 여러분이 원하는 바를 파악하게 되어 이점을 누릴 수 있습니다. 여러분 또한 대화를 통해 이점을 누릴 수 있습니다. 가치, 기대, 선호 사항의 다양한 측면에 대해 이야기하면서 마음이 바뀔 수 있기 때문입니다.
- 사전 의료 계획은 말년에 원치 않는 입원 기간을 단축할 수 있고 원하는 치료를 받도록 보장할 수 있습니다.
- 일부 의료 옵션은 노년층에게 효과적이지 않거나 해로울 수 있습니다. 의료 관련 결정을 급하게 내려야 할 상황이 되기 전에 선택지에 대해 사려 깊게 숙고하면 성과 없는 개입을 방지하는 데 도움이 될 수 있습니다.

## 사전 의료 계획의 과제는 무엇인가요?

사전 의료 계획의 이점에도 불구하고 많은 사람들은 계획을 세우는 것을 망설입니다. 거의 절반에 가까운 노년층은 아무 계획도 세우지 않습니다. 이는 다음과 같은 이유 중 하나 이상으로 인한 것일 수 있습니다.

- 우리 중 많은 수는 질병과 사망에 대해 이야기하는 것을 꺼립니다.
- 나이가 들면서 삶에 대한 관점이 달라질 수 있습니다.
- 배우자, 형제자매, 자녀 또는 친구를 잃게 되면 고립감이 생길 수 있으며 이는 의사 결정에 방해가 됩니다.
- 신체적, 인지적, 정신적 변화로 인해 의사 결정을 미루게 될 수 있습니다.
- 몇몇 의료 전문가의 경우 말년과 관련된 주제에 대해 이야기하는 것에 불편함을 느끼거나 충분한 훈련을 받지 못했을 수 있으며, 환자를 상대로 이러한 화제를 꺼내는 것을 망설일 수 있습니다. 의사나 간병인에게 이 주제에 대한 이야기를 꺼내기 전에 가족 및 친구와 먼저 이야기를 나누면 대화를 이끌어 나가는 데 도움이 될 것입니다.



## 사전 의료 계획을 뒷받침하기 위한 의사 결정 전략은 무엇인가요?

원하는 바를 명확히 하고 이를 다른 사람에게 전달하는 데 도움이 될 수 있도록 사전 의료 계획 및 말기 치료에 관한 자세한 정보를 얻을 수 있는 다양한 방법이 있습니다. 몇 가지 전략을 살펴보면 다음과 같습니다.



- 선택에 관한 정보를 검토할 때는 본인의 가치, 신념, 자료를 신중하게 고려해야 합니다. 생각해 볼 수 있는 질문 중 하나로는 “삶을 의미 있게 만드는 요인은 무엇인가?”가 있습니다.
- 나이가 든 미래에 대한 대화를 나눕니다. 우리는 질환, 정신적 무능력, 사망과 관련된 대화 주제를 종종 회피하려 하므로 사전 의료 계획을 논의하기가 어려울 수 있습니다. 달리 상의할 사람이 없다면 가족 주치의나 변호사가 옵션에 대해 설명하고 이러한 계획을 의미 있게 고려하기 위한 방향을 열어줄 수 있습니다.
- 의료, 주거지, 의복, 영양, 위생, 개인적 안전, 말기 치료와 관련된 정보를 찾아봅니다. 다양한 조직에서 이러한 문제에 관한 정보를 제공합니다. 1차 의료 서비스 제공자 또는 가족 구성원도 도움이 될 수 있습니다. 영화, 책, 잡지 기사, 웹사이트, 친구 또는 가족과의 개인적 대화를 사전 의료 관련 고려 사항에 대한 정보를 찾는 출발점으로 삼아 보십시오.



## 상세 정보는 어디에서 확인할 수 있나요?

---

### 개인보건관리 위임장 키트 - 법무부 (POWER OF ATTORNEY FOR PERSONAL CARE KIT - MINISTRY OF THE ATTORNEY GENERAL)

---

개인보건관리 위임장 작성 및 피위임자 지정에 관한 정보와 위임장 양식이 필요한 경우 아래 웹사이트에서 전체 키트를 다운로드하십시오.



[www.publications.gov.on.ca/300652](http://www.publications.gov.on.ca/300652)

### 사전 의료 계획 - SPEAK UP CANADA(ADVANCE CARE PLANNING - SPEAK UP CANADA)

---

사전 의료 계획 및 미래 보건 결정에 관한 계획 수립에 대한 정보를 확인할 수 있습니다.

[www.advancecareplanning.ca/resource/ontario](http://www.advancecareplanning.ca/resource/ontario)



### 호스피스 완화 치료 온타리오(HOSPICE PALLIATIVE CARE ONTARIO)

---

온타리오에서의 사전 의료 계획에 대한 가이드를 포함하여 말기 결정을 검토하는 데 필요한 리소스를 제공합니다.



[www.hpcoco.ca](http://www.hpcoco.ca)

[www.hpcoco.ca/acp/](http://www.hpcoco.ca/acp/)

## 본 시리즈에 포함된 관련 자료

---

- 대리 의사결정자 및 위임장(Substitute Decision Makers and Powers of Attorney)
- 완화 의료 방안에 대한 이해(Understanding Your Palliative Care Options)

### 본 시리즈에 포함된 추가 보건 자료:

- 사전 의료 계획: 대화에 접근하는 방법(Advance Care Planning: How to Approach the Conversation)
- 알코올과 건강(Alcohol and Your Health)
- 칼슘, 비타민 D 및 뼈 건강(Calcium, Vitamin D and Bone Health)
- 기억 문제 관리를 위한 일반 조언(General Tips for Managing Memory Problems)
- 요실금 개선(Improving Urinary Incontinence)
- 장수와 안녕 - 건강한 노화를 위한 안내서(Living Longer, Living Well - Your Guide to Healthy Ageing)
- 간병인 스트레스 관리(Managing Caregiver Stress)
- 만성 통증 관리(Managing Chronic Pain)
- 노년층에 흔히 발생하는 정신 질환 관리(Managing Common Mental Health Conditions in Older Adults)
- 변비 관리(Managing Constipation)
- 경도 인지 장애, 알츠하이머병 및 기타 치매 관리(Managing Mild Cognitive Impairment, Alzheimer's Disease & Other Dementias)
- 다중 만성 질환 관리(Managing Multiple Chronic Health Conditions)
- 노년층의 진정 수면제 사용 관리(Managing Sedative-Hypnotic Use Among Older Adults)
- 노년층의 수면 관리(Managing Sleep in Older Adults)
- 노화에 따른 물질 사용 및 중독 장애 관리(Managing Substance Use and Addictive Disorders As You Age)
- 가정에서의 낙상 방지(Preventing Falls at Home)
- 불안 인식 및 관리(Recognizing and Managing Anxiety)
- 우울증 인식 및 관리(Recognizing and Managing Depression)
- 청각 상실 인식 및 관리(Recognizing and Managing Hearing Loss)
- 노년층을 위한 안전한 약물 사용(Safe Medication Use for Older Adults)
- 노화에 따른 활력 유지(Staying Active As You Age)

### 본 시리즈에 포함된 추가 지역사회 자료:

- 지역사회 교통 방안(Community Transportation Options)
- 운전 평가 서비스(Driving Assessment Services)
- 노인 학대(Elder Abuse)
- 보조 기기 프로그램의 이동성 및 기타 보조 기기에 대한 자금 지원(Funding for Mobility and Other Aids from the Assistive Devices Program)
- 노년층을 위한 주택 방안(Housing Options for Older Adults)
- 휠 트랜스 등록 방법(How to Register for Wheel-Trans)
- 식사 배달 봉사(Meals on Wheels)

노년층, 가족 및 간병인을 위한 추가 자료는 [www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation](http://www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation)에서 확인할 수 있습니다.

이 정보는 참고 목적으로만 사용해야 하며, 전문적인 의료 관련 조언, 진단 또는 치료를 대체하지 않습니다. 특정 질환에 대한 조언이 필요한 경우 보건 의료 서비스 제공자에 문의하십시오. 이러한 자료는 모두 비상업적이고 개인적인 용도로만 1부 재인쇄할 수 있습니다.

건강한 노화를 위한 교육 리소스 이니셔티브(Education Resources to Support Healthy Ageing Initiative)에 도움을 주신 다음의 조직에 감사의 말씀을 드립니다.



The Ben &  
Hilda Katz  
Foundation



Mon Sheong Foundation 및 Ben & Hilda Katz Foundation은 “건강한 노화를 위한 교육 리소스 (Education Resources to Support Healthy Ageing)”의 인쇄 및 번역에 자금을 지원했습니다.

온타리오 주 노인복지부 (Ministry for Seniors and Accessibility)는 노인층보조금프로그램(Seniors Community Grant Program)을 통해 이 이니셔티브에 자금을 지원했습니다.