

支援家庭照顧者： 社區資源



在您照料病患親友的過程中，可能會面臨諸多壓力，但您並不孤單。這個指南將協助您了解您身邊可以利用的社區資源。



怎樣定義家庭照顧者？

如果您無薪資地照護生病、虛弱或失能者，無論對方是您的親人、朋友或鄰居，照護地點是在家或是在醫護機構，您都是家庭照顧者。

可利用的資源類型：

非專業型幫助：



- 朋友
- 家人



諮詢和轉介機構



個案管理機構

以上資源，可以為您提供特定協助，情緒關懷和其他信息。

可利用的資源類型：

成人日間社交看護：

- 基本社交活動
- 飲食
- 娛樂活動
- 教育



成人日間保健看護：

- 基本社交活動
- 更進一步的保健和社交服務
- 可為長期及重症病患提供服務
- 可為需要被安置在療養院的高危險群病患提供服務

交通運送服務：

- 提供醫療預約、日間看護等往來接送服務
- 免費司機，巴士，計程車以及配備特殊功能的車輛
- 若需每周定期接送服務，通常需要提前預約
- 可能需要付費



喘息服務：

- 喘息服務是指給家庭照顧者提供短暫的休息機會，以減輕長期照護的壓力。
- 有多種服務類型及時長可供選擇



飲食服務：

團體用餐服務：

- 通常以團體為單位提供飲食，以午餐為主。
- 由教堂、老人社區、老人活動中心、社區服務中心等機構提供。
- 收費低廉

到府送餐服務：

- 針對在家中行動不便或無法為自己準備食物的人
- 服務時間為週一至週五



家庭照護服務：

家庭日常/健康看護服務：

- 護理
- 陪伴並看守患者
- 家務瑣事
- 準備食物
- 日常起居（更衣、洗澡）

專業人員：

- 護士
- 社工
- 語言治療師
- 物理治療師
- 營養師





照顧者支持團體：

- 與和您有類似境遇的人們交流分享，您並不孤單！
- 討論常見問題的解決方法
- 了解有哪些您可以利用的資源
- 與他人相互鼓勵、認同及支持
- 支持團體通常在醫院、疾病援助機構、教堂及社區活動中心進行

安置方式的選擇：

當您面臨以下情況時，應該開始考慮選擇護理機構...



- 您需要提供24小時不間斷的護理或照顧
- 您的個人健康已經受到嚴重影響
- 您已出現極度疲勞、壓力、恐懼及孤獨等症狀
- 被您照顧的病患親友有走失或離家出走的問題
- 被您照顧的病患親友失去日常生活的能力（更衣、洗澡、如廁）
- 被您照顧的病患親友需要進行多方面的康復治療

機構式安養中心：

- 私人房間或者合住，在共同區域提供餐飲和社交活動
- 注重獨立性及個人隱私
- 提供24小時保全、交通及緊急呼叫服務
- 提供休閒娛樂及社交活動
- 某些安養中心可針對需要提供日常起居照護務（更衣、洗澡、如廁）

全面式退休養護社區（持續照護）：

- 大型綜合性社區，服務範圍涵蓋獨立自住戶型至養老院型的護理
- 起初可自理的住客，日後依據其護理需要的變化在本社區內進行相應調整
- 入住前，通常需要先繳納高額保證金/押金



養老院：

- 由註冊護士或執業護士提供持續性護理服務
- 共用衛生間、臥室及公共區域
- 全方位日常起居照護服務
- 康復護理服務
- 休閒娛樂及社交活動



失智照護中心：

- 專門服務阿茲海默病患及其他失智病患
- 營造安全的居住環境，協助及盡可能維持病患的自理能力
- 護理人員經過專業訓練
- 提供適當的活動
- 失智照護中心可存在於安養中心或養老院內

家庭式安養中心：

- 針對於無法獨居而尚未需要特殊護理的人
- 通常設立在一般住宅區內
- 共用衛生間、臥室及公共區域
- 提供日常起居照護服務（洗澡、更衣）
- 提供休閒娛樂及社交活動
- 安保措施因機構不同而有所差異（是否大門上鎖）

當您選擇護理機構時需要考慮以下問題.....

- 費用：您以及保險公司是否可以承擔費用？
- 規模：機構的環境是否舒適？
- 設施：是否安全？
- 地理位置：是否易於親友拜訪？
- 氣氛：是否覺得融洽？
- 社交及娛樂活動

尋求您所需的服務

當您了解您的服務需求後，請向諮詢和轉介機構尋求幫助。

USC Leonard Davis
Family Caregiver Support Center

LACRC
LOS ANGELES CAREGIVER RESOURCE CENTER

USC FAMILY CAREGIVER SUPPORT CENTER

**3715 McCLINTOCK AVE
LOS ANGELES, CALIFORNIA 90089-0191**

CALL US TOLL-FREE: 1-800-540-4442

**MAIN OFFICE HOURS
8:30-5:00PM MONDAY THROUGH FRIDAY**

WWW.FCSCGERO.ORG

**LOS ANGELES CAREGIVER RESOURCE CENTER
A PROGRAM OF THE USC FAMILY CAREGIVER SUPPORT CENTER**