

家庭護理：家庭 照護者指南



家庭護理服務可以為您和您的接受過培訓的家人提供醫療及個人護理方面的服務。但是請謹記，家庭護理僅限於一些特定的工作。

許多人因為患病、接受了手術、身體出現殘障或者一些其他的原因而需要在家中接受護理。家庭護理有很多不同的類型，患者需要哪種護理取決於具體的情況。在選擇家庭護理服務時，您可能會感到很迷惑。這本指南介紹了家庭護理的種類、家庭護理工作人員的職責、關於保險保付的基本資訊以及私人支付家庭護理費用等內容。

和大部分健康照護服務一樣，家庭護理服務也在經歷著快速的變化。編寫這份指南的目的是為您提供基本的資訊；您的家人可以獲得哪一種服務取決於他/她的具體情況（護理需求、保險種類、居住地點等）。

我們建議您在閱讀這本指南之後再閱讀與本指南配套的另一本指南：[《聘請家庭健康助理》](#)

家庭護理的類型

家庭護理大致可以分為兩類：“技能型”和“個人型”。這些術語來源於政府項目，如 Medicare 和 Medicaid，以及私營保險公司。

技能型護理是由護士、物理治療師、職業治療師、語言治療師或社工提供的護理服務。當醫生覺得給患者提供技能型護理有醫療上的必要性時，就會要求給患者提供這種服務。如果您的家人需要接受技能型護理，他/她很可能也符合接受個人護理服務的資格。

個人護理是由家庭健康助理或被稱為家庭看護、個人護理員或助理的工作人員提供的服務。

第三種服務是陪伴和家庭管理服務，它提供非醫療方面的幫助。

誰提供家庭護理服務？

提供家庭護理服務的人員有很多種。 比如以下所列人員：

護士承擔很多重要的醫護工作。 他們為剛接受手術的患者更換包紮繃帶並清洗傷口。 他們記錄患者的血壓和其他重要的生命指徵，觀察患者狀況的變化，並檢查患者的服藥情況。 他們還要制定一份護理方案。

物理治療師(PT) 幫助患者變得更強壯。 他們輔導患者做增強力量和身體靈活性的練習。 **PT** 會幫助您決定您的家人是否需要特定的設備，比如扶手和護欄。 他們也能安排設備的安裝。

語言治療師幫助患者提高語言技能，例如幫助中風患者恢復用語言清晰地交流的能力。

職業治療師(OT) 幫助人們重新學習吃飯、穿衣服等技能。 他們教導體質虛弱或有殘疾的患者如何自己起床並坐到椅子裏。

社工幫助您申請福利並提供關於護理服務等方面的建議，例如成人日間護理或輪休服務（目的是讓家庭照護者能抽出時間休息）。 他們也可與您討論您的憂慮和其他困難。

家庭健康助理和個人護理員主要提供個人護理服務，包括幫助患者吃飯、洗澡、穿衣服、走路以及一些與在家生活相關的活動，如購物、做飯及洗衣服。

家庭健康助理僅可以做某些與健康相關的護理工作和個人護理工作。 他們可以測量患者的體溫和血壓。 他們可以給患者更換傷口上的乾燥的紗布（在沒有出血或流膿的情況下），幫助患者活動手臂和腿，並且協助患者做關節活動範圍練習，比如簡單的伸展運動，活動腿腳和手臂等。 通常不允許家庭健康助理給患者服用藥物。 關於健康助理的職責，每個州都有不同的規定。



雖然聯邦政府有關於家庭健康助理的培訓指導規則，但是每個州都有其自己的家庭健康助理教育和認證體系。如果您想瞭解每個州規定的從業人員培訓學時，請查看 <http://phinational.org/policy/states>。大部分的州都未規定針對個人護理員的培訓要求。

請注意，家庭健康助理通常只負責給患者本人提供服務，而不為患者的配偶或其他家庭成員提供服務。如果您家庭健康助理是您自費聘請的，您可以給該助理分配包括為您的其他家庭成員提供服務的任務。(在患者是一個家庭的家長的情況下，一些管理式保健計劃可能包括照顧一名兒童的費用)。

個人護理專員的工作和家庭健康助理的工作有很多相同之處。兩者的區別取決於每個州對從業者的培訓規定。

很多人認為個人護理並不需要很多的技能。事實並非如此。有些任務可能是非常困難的，比如給癡呆患者洗澡或者移動、轉移很胖的患者。

家庭管理員可以幫助您的家庭成員做一些輕型的家務管理工作、洗衣服、到超市購買食物、準備食物等，以及其他能讓您的家人留在家裏的家務勞動。家庭管理員通常不提供個人護理，他們也不是僕人。較重的任務和全面的房間清掃工作通常也不能由家庭管理員承擔。

請閱讀“聘請家庭健康助理”這份指南，以獲得關於如何與家庭健康助理、個人護理員和家庭管理員有效地開展合作的更多的指導。



雖然很多機構都屬於“家庭護理”機構，但提供技能型護理（醫療護理和康復服務）的機構通常被稱為“家庭健康”機構。

家庭護理機構有哪幾種？

家庭護理機構的種類有很多。

家庭健康機構(HHA)是由州政府批准並由 Medicare 和 Medicaid 認證的提供**技能型**護理的機構。這些機構同時也提供個人護理服務。個人護理服務可能由這些機構的在冊家庭健康助理提供，或者由與這些機構有合作關係的另一個機構(例如“家庭護理機構”)的健康助理提供。

家庭護理機構提供由家庭健康助理、個人護理員或家庭管理員承擔的護理、接送患者赴診以及管理家務的服務。有些家庭護理機構也提供護士和其他技能型工作人員的服務。家庭護理機構可能與 Medicaid 簽定了合同，為需要長期在家接受護理服務的人提供由個人護理員提供的服務。有些州規定加入 Medicaid 計劃的家庭護理機構必須持有執照。



當 Medicare、Medicaid 或私營保險公司支付家庭護理服務的費用時，他們可能不會支付您家人所需的所有護理服務的費用。



Medicare 和補充保險只支付您家人接受技能型護理服務那段時間的服務的費用。如果患者僅僅需要個人護理服務，上述機構或公司並不會保付該服務的費用。

的支付範圍內(長期護理險可能是一個例外)。有些工作人員可能是接受過培訓的家庭健康助理，取決於每個工作人員的情況。通常來說，非醫護機構都是大型連鎖品牌公司在當地的小型分支機構。

就業或登記機構備有能夠提供家庭護理服務的人員的名單。您家人所在地的州政府可能也有護理服務人員的登記名單。通常可以在州衛生局查詢這份名單。

家庭護理服務的費用由誰支付？

技能型護理

Medicare、Medicaid 或保險公司通常會支付醫生要求的、由家庭護理機構的護士或治療師提供的技能型護理的費用。請注意保險也許只會支付您的家人接受的一部份服務的費用。

Medicare 是由政府運作的專為 65 歲及以上的人群和 65 歲以下的殘障人士提供服務的計劃。該計劃可能會支付家庭護理服務的費用 – 但是僅限於在您的家人需要接受技能型護理服務的那段時間 (通常為幾周而非幾個月)。由私人保險公司管理的 Medicare 優選計劃可能與原始 Medicare 的規定有所不同，公司可能安排一名個案經理向您提供幫助。

如果患者符合下述條件，**Medicare** 和多數私營保險計劃 (包括補充性計劃的“**Medigap**”計劃)都會支付家庭護理的費用：

- ▶ 醫生以書面證明其曾在 30 天內給患者做過身體檢查，確定患者需要技能型護理服務。沒有得到由醫生簽字的文件，家庭護理機構就不能“立案” (即開始為您的家人提供服務)。簽字的醫生可以是在過去 30 天內為您的家人進行診治的醫院醫生或者社區醫生。
- ▶ 患者不能離家。(也就是說對患者來說離開住家是非常困難的。)
- ▶ 患者只需要短期的或者半職的技能型護理服務。

非醫護機構或陪伴機構

通常不需要持有執照，它們提供的服務也不在保險



Medicaid 的長期護理項目在今後的幾年會有較大的變化。由於聯邦政府和州政府努力控制費用，在獲得保險支付的資格審核，服務以及護理的管理方面可能會有所變化。如果您的家人通過 **Medicaid** 接受長期護理服務或幫助(如家庭護理)，請留意相關變化的通知。

護理服務，但是保險可能不會保付這些服務的全部費用或完全不予保付。同時，接受過培訓的服務人員的短缺也會影響您能夠得到的服務的次數和類型。關於在醫療機構內或在家接受康復服務的其他選擇，請參看“[準備住院復健](#)”部分)。

聯邦醫療保險 (Medicare) 實施細則變動：直至 2013 年 1 月聯邦法院的一項裁定，一些提供者仍不正確地告訴患者除非有持續改善，否則聯邦醫療保險 (Medicare) 將不會為康復付款。目前，如果患者的功能能力在沒有持續技術性療法的情況下將惡化，那麼在技術性護理機構、門診設置或通過家庭護理機構的康復可以繼續，直至該療法的美元「上限」(限制)被達到。當該限制被達到時，您可根據患者的持續需求申請例外處理。一些例外處理是自動的；其他的需要做文檔記錄。由於許多提供者還未意識到此項裁定，您可能要為了您家庭成員獲得持續療法而做大力倡導之人。欲知有關聯邦醫療保險和聯邦醫療輔助計劃服務中心 (Centers for Medicare and Medicaid Services) 條規的資訊，見聯邦醫療保險倡導中心 (Center for Medicare Advocacy) 的網站：
<http://www.medicareadvocacy.org/medicare-info/improvement-standard/improvement-standard-update-cms-revises-medicare-policy/>.

Medicaid 是政府專為低收入人群服務的保險計劃。如果您的家人符合條件，該項目可能會支付其接受的技能型的家庭護理服務的費用。每個州的 **Medicaid** 計劃都有所不同，您家人的保險計劃決定了 **Medicaid** 支付的服務的種類。

個人護理(不同時需要技能型服務)

Medicare 及大部分的補充性計劃都不單獨支付個人護理服務的費用。

Medicaid 可能會支付個人護理的費用。然而，每個州都會獨立決定享受保險的人員的資格和保付的服務種類。每個州為需要長期在家接受護理服務(稱作家庭或社區服務)的人提供的 **Medicaid** 計劃都是不同的。有些州通過 **Medicaid** 提供長期的護理計劃，配有個案經理和其他服務，來幫助對護理服務進行組織，其中包括某些州提供的 **Medicaid** 管理式長期護理計劃。要瞭解關於您家人所在州的 **Medicaid** 指導原則的更多內容，您可以諮詢社工、聯繫當地老人服務機構或者當地或州 **Medicaid** 辦公室。

您可能希望或需要給您的家人提供某些種類的家庭



無論您聘請的是服務機構的員工還是獨立的護理人員，都請事先理解每個人的工作職責，瞭解每個人能夠和不能夠做的工作。

長期護理保險是患者自己購買的針對長期護理需求(例如個人護理)的保險計劃。

大部分的長期護理保險都將入住護理機構(例如提供生活幫助的集體住宅或者療養院)接受護理服務作為保付的一部份。有些計劃還支付在社區內接受服務的費用，例如家庭護理和成人日間護理服務。根據個人的具體保險計劃，其享受的保付護理服務可能會有所限制。

當地的老人服務機構可能會根據您家人的情況為個人護理服務和個案管理提供資金幫助。

家庭管理員服務

當地的老人機構或慈善組織可能會根據您家人的經濟狀況，按分級收費的辦法或與您的家人共同支付的辦法提供家庭管理員服務。在有些州的某些 **Medicaid** 計劃也會支付家庭管理員提供的服務的費用。

轉介到家庭護理機構

讓我們假設您的家人正在住院，他/她擁有 **Medicare** 或 **Medicaid** 保險，醫生告訴您他/她需要家庭護理。負責制訂出院計劃的工作人員(護士或社工)可能會將您推薦給您當地的家庭護理服務機構。如果您的家人有自己購買的保險，那麼出院計劃工作人員可以將您推薦給與您的保險公司有合作關係的家庭護理服務機構。

使用哪個家庭護理服務機構由您選擇。您的選擇取決於您家人的保險、護理需求或居住地。(有一點需要考慮的是：家庭護理工作人員上門為您服務的交通是否方便?)

我應該向家庭護理機構提什麼問題？

無論服務費用是由您自己支付還是由保險支付，您都應該詢問以下問題：

- ▶ 該機構提供的服務有哪些種類？
- ▶ 該機構的員工可以從事哪些工作？

- ▶ 該機構是否對自己的助理提供培訓？多久培訓一次？培訓的內容是什麼？怎樣測試助理人員是否掌握了從事護理工作所需的技能？
- ▶ 助理人員是否接受了處理某些醫療狀況如老年癡呆症、癱瘓、中風（或適用於您家人的其他情況）的特定的培訓？
- ▶ 助理人員須接受哪些監督？監督人員上門觀察助理的工作的頻率如何？他們的工作時間是如何安排的？
- ▶ 該機構在招聘助理前是否進行過篩選？是如何篩選的？
- ▶ 該機構是否對其員工進行過背景調查？背景調查的內容有哪些？犯罪記錄的調查是針對本州內的還是全國範圍內的？
- ▶ 該機構是否對助理進行毒品檢測？多久檢測一次？
- ▶ 該機構的助理地工作是否穩定並且只為該機構工作？
- ▶ 該機構接受哪些保險計劃？
- ▶ 每小的費用是多少？
- ▶ 我多久支付一次費用？可以使用信用卡付費嗎？
- ▶ 如果有需要，該機構可以安排購買、安裝醫療設備嗎？
- ▶ 該機構是如何處理投訴的？
- ▶ 出現緊急情況時，是否能在 24 小時都能聯絡到該機構？

您也可以到政府的網站 www.medicare.gov/HHCompare 查詢家庭護理機構的資料庫，將各個機構進行對比。資料庫內的資訊包括各機構提供的服務的類型、獲得改善的患者人數以及需要住院治療的患者的人數等基本資訊。該網站不能提供其他對您很重要的資訊，比如機構的健康助理在護理患者時是否可靠和友善。

選定機構之後

家庭護理機構將安排首次的家訪。屆時，護士將對您家人的情況進行評估，然後決定您的家人所需的護理的類型和時間。

- ▶ 您應做好安排，在他們進行第一次家訪時在家等待。您在患者評估過程中可以提供重要的資訊或者提出疑問；如果您對評估有異議，您可以提出您的疑慮。

之後，家庭護理機構將向您家人的保險公司申請對擬提供的護理服務的授權。保險公司將根據特定的保險條款批准申請的所有的護理服務，或只批准其中的一部分服務，或者完全不批准任何一項服務。如果您不同意保險公司的決定，您應該詢問如何提出上訴。

如果不涉及到保險公司（即由您自己支付費用），那麼就不需要獲得任何機構的批准。

共同護理協議

在正式接受您家人的個案之前，家庭護理機構可能需要請您簽訂一份協議。這份協議通常會注明由家中的一位“負責人”（您或其他有能力並且願意擔當此任的成年人）負責下列工作：

- ▶ 給護理工作人員提供指示（如果您的家人自己做不到這一點）。
- ▶ 在安排的護理人員或替代人員都不能工作時，承擔護理工作。
- ▶ 為您的家人管理、準備藥物，並給他/她服藥。
- ▶ 給患者進行某些特定的治療。在對您家人的身體情況和護理需求進行評估之後，會決定其所需的治療

如果您拒絕簽署這份協議，護理機構就可能不接受您的個案。但是，如果您確實無法承擔上述職責，您應該讓您的轉介機構和護理機構知道。這一點非常重要。您可能還有其他的選擇。

保持記錄

記錄護士、物理治療師、社工和其他專業工作者上門的時間。如果可能，在他們到訪時也在場，至少在剛開始的時候請儘量做到這一點。這樣您就有機會觀察他們的工作，提出問題並學習今後您可能需要自己完成的工作。保存好他們的電話，這樣您就可以打電話給他們提出諮詢，彙報患者的變化或者討論出現的問題。

如果我自己護理我的家人， 是否能夠獲得報酬？



請注意，申請這些計劃的人員通常需要排隊等候，而且政府部門因為預算壓力正在削減此類計劃的資金。

州政府計劃：有些州的計劃可以幫助人們支付他們自己聘用的護理人員的服務費用。有時，護理人員可以是患者的家屬。這些計劃的名稱可能有很大的不同，如“消費者支配式”、“參與者支配式”、“現金與諮詢”等，取決於您的居住地。大部分的計劃都要求接受護理的人滿足收入或其他方面的規定，並且對哪些人可以提供受薪護理服務也有很嚴格的規定。需要獲得關於您所在州的此類計劃的更多資訊，請聯繫您當地的 **Medicaid** 或老年服務局，或者到“參與者支配式服務國家資源中心”的網站進行查詢，網址是 (<http://www.bc.edu/schools/gssw/nrcpds>)。

退伍軍人福利：2010 通過的一項法律規定，2001 年 9 月 11 日之後在戰爭中受傷的退伍軍人的主要照護者每月可以獲得一筆津貼。照護者還可獲得一些其他福利，包括交通費用補貼、醫療保險、心理健康服務以及每年 30 的輪休照護。更多相關資訊，請撥打電話 1-877-222-VETS (8387)。參加過其他戰爭的退伍軍人也許能夠獲得退伍軍人管理部的援助和護理津貼福利。除此之外，有些州還有專門為退伍軍人服務的計劃。

長期護理保險：如果您的家人投保了長期護理保險，該保險可能會給付部分家庭護理服務的費用。有些保險保單同意支付費用給為家人提供護理的家屬，雖然可能不包括居住在一起的家人。請讓您家人的保險仲介或保險公司給您解釋該項福利的具體內容和它的相關條件。

家屬照顧者合同：如果上面的選項都不可行，您還有其他的辦法，特別是在您護理的人有積蓄或者其他的資產時。比如，一名父母可能願意簽訂一份家屬照顧者合同，支付報酬給照顧他/她的兒子或女兒。諮詢老人年照護律師，以確保該合同符合納稅要求和遺產處理要求，並且由所有利益相關各方一致同意，比如老人的其他子女)。(需要查詢您家人所在區域內的老年人律師資訊，請登陸網站 www.naela.org。) 請不要忘記這樣的安排所帶來的感情上的困難。



我們建議您在閱讀了本指南之後再閱讀另一本配套指南《[聘請家庭健康助理](#)》

其他選項: 如果您因為需要護理家人而遇到財務困難，您可以考慮以下的一些其他選擇：

- ▶ 察看您的家人是否符合接受由家人以外的護理人員提供居家服務的計劃的條件，這樣您就不需要承擔所有的護理責任。先從 [Eldercare Locator](#) 或 [BenefitsCheckUp.org](#) 開始。
- ▶ 看看是否能夠找到可以在家上班的工作，或者可以滿足您作為家庭照顧者所需要的彈性工作時間的工作。
- ▶ 與您的兄弟姐妹召開家庭會議，討論可以分擔財務困難的辦法。

請記住，您的財務和情感健康應該是最重要的，這樣您才能為您所愛的人提供他們需要的照顧。

(摘錄自 Carol Levine 的 [Can I Get Paid as a Caregiver?](#) AARP.org，2012年6月19日。)

結語

家庭護理可以在很大程度上改變您和您家人的生活。充當家屬照顧者並不意味著您必須要放棄一切其他事情或忽略其他所有的人。但是，家庭護理確實增加了您的工作量。您需要制定一份好的計劃，確保它確實可行並且注意觀察，做到按需修改。