

基本指南——照顧身患重病且不會好轉的人

本資料單涵蓋了一些基本資訊，以幫助您做好準備，包括：

- 成為一名照顧者意味著什麼？
- 作為照顧者可能會有什麼感覺？
- 我的家人最適合住在哪裡？
- 有什麼服務可以提供幫助？
- 諮詢醫療專業人士

我是照顧者嗎？

瞭解這點對您有幫助：在澳洲，如果主要是由您來幫助您的患病親友，則您會被稱為“照顧者”。“照顧者”也擁有權利和特權，例如財務支出，所以把自己認定為照顧者是很有用的。

醫生和護士經常會問“誰是主要的照顧者？”這樣他們就可以和病人的一名家庭成員說話，以便：

- 提供有關您的家人或朋友的資訊
- 在決定病人的照護問題方面尋求幫助
- 提供支持

在澳洲，有很多服務可以幫助您照顧您的家人或朋友。您還可以獲得一些經濟援助。

當有人病重時，照護者會怎麼做？

當病人的健康狀況惡化時，照顧他們會變得困難，您需要為他們做更多的事情。通常情況下，您所照顧的人在洗滌、如廁、準備食物及餵食、

藥物管理和預約看診等方面都需要很多幫助。您可能需要填寫更多表格並完成很多行政工作來安排他們的事務。您所照顧的人也可能會有其他難以控制的症狀，例如困惑、非常疲倦或激動。

照顧重症病人可能會很困難，您務必要獲得支持，並盡可能與他人分擔照顧的責任。

作為照顧者會有什麼感覺？

許多人覺得照顧家人是一件有意義的事，有些人覺得自己與家人的關係更密切了。然而，照顧一名臨近生命盡頭的人有時也可能是非常費時費力，令人感到痛苦。每個人都會有自己獨特的情感反應。

- 您可能會對照顧他人的責任感到不堪重負。
- 您可能會覺得自己面對照顧的責任缺少選擇，覺得自己不得不去照顧他人。
- 當您意識到他們可能會死於疾病時，您可能會感到傷心或強烈的悲痛。但也會對因親友患病而失去的其他東西感到悲傷，比如未來無法共同生活或失去一段關係。
- 您可能會對自己是否能應付或對未來將要發生的事情感到焦慮。
- 您可能會感到沮喪、憤怒甚至內疚。

當您在體驗這個非常困難的過程時，感覺方式沒

有對錯之分。然而，請務必要找到能與之傾訴您的感受的對象。您可以尋求幫助，有很多服務能夠幫助您履行作為照顧者的責任，他們也可以提供情感支持。您可以和其他家庭成員分擔照顧的責任。單靠一個人照顧，這個壓力往往太重了。

我的家人或朋友最適合住在哪裡？

大多數病人都希望在家裡得到照顧。但這常常不大可能。為了留在家裡，您的家人或朋友需要有人和他們住在一起並提供照顧。很難決定您是否可以或應該在病人家裡提供照顧。為了幫助您做出這個決定，您可能需要諮詢病人的醫生，並考慮：

- 您自己的健康和幸福
- 是否有人或服務機構可以幫助您在家提供照顧
- 家中的設施裝置是否可以讓病人四處走動（比如從床上輕鬆地走到廁所，沒有階梯，房間裡安裝病人可能需要的設備）
- 病人是否有在家中難以控制的症狀
- 被照顧對象的喜好以及您自己的喜好

有時，醫療團隊會建議病人短暫住院，讓您休息一下或整用藥。您在家照顧病人的計畫有時行不通。請記住，這不是任何人的錯，但可能必須這樣做，才可以讓病人獲得最好的照顧。

有什麼服務可以提供幫助？

有很多服務可以幫助您照顧身患重病的人。首先是您的家庭醫生（全科醫生），他們應該能夠幫助您找到支持。

還有是通常在醫院參與治療特定疾病的醫療專業人員。在這個時候，您所照顧的人可能也會得到姑息療護服務。姑息療護是整體護理方式，重點是改善症狀，提高生活品質，並確保病人盡可能舒適。姑息療護服務也為病人家庭提供支持。您也可以申請姑息療護服務。

有時您所照顧的人可以在家裡得到支持。您可以通過姑息療護居家服務機構或當地的社區護士獲得服務；而病人也可能有資格通過 My Aged Care 系統獲得居家支援服務（電話：1800 200 422）。

Carer Gateway（電話：1800 422 737）是另一家為照顧者提供支持選擇的國家服務機構。

所有醫院都有社會工作者，他們可以幫助您連接各種家庭護理服務，並幫助您填寫獲得服務或經濟援助的表格。

在醫院安排的所有會議，您都可以要求他們提供口譯員；您也可以在通話時使用全國口筆譯服務署（電話：131 450）的服務。



諮詢醫療專業人士

澳洲鼓勵所有病患及其家屬以開放的態度如實說出他們對醫療團隊的期望和他們的需要。如有疑問或不明白的地方，歡迎提問並告知醫務人員。醫生和護士都很樂意談論與疾病和護理有關的任何話。他們會為您提供資訊和支持。

澳洲由來自多種文化和國家的人組成，如果您有任何與病患護理相關的文化需求，歡迎您告訴醫療保健團隊。

您需要多少資訊才合適，這由您本人和您所照顧的人決定。澳洲大多數病人都想知道自己是否會去世，還能活多久。他們想要討論的是他們是否願意接受更多治療，還是僅僅著眼於獲得舒適和

控制症狀。雖然說出來會讓人不舒服，但清楚地瞭解可能發生的事情會有幫助；這樣您就可以制定計畫，並專注於幫助病人獲得最好的生活品質。必須由您本人和您所照顧的人決定你們願意瞭解多少資訊。