

# 生命垂危病人的 关爱照顾



## 我需要了解些什么？ 实用贴士

如果有人经诊断罹患生命垂危的重病，您可能需要了解大量信息，帮助您照顾他们。本资料与众多照顾者共同编写完成，他们分享了自己的经历，提出可供帮助的建议。

### 服务导航

获取帮助和支持很重要。能够帮助您的服务机构有很多，但要明白下一步该怎么做可能会让人很困惑。

如果您有疑惑，寻找一位可咨询的人士，这可以是您的医生或其他医疗专业人士。您还可以拨打 1800 422 737 咨询照顾者门户 (Carer Gateway)。

*“面对众多不同的服务机构可能会让人无所适从，所以尽可能寻求支持，帮助自己作出选择，这很重要。”*

### 主动提出要求

作为照顾者，您要觉得自己能够为受照顾者说话，能够主动为他们提出要求。这一点很重要。尽可能详细地了解医疗体系如何运作对您会有帮助。

定期同医疗保健团队和其他相关人员交流很重要。提出问题与理清需求可以帮助您加深理解并与他人合作。

*“有所了解，提出要求时就有信心。不要让医疗体系吓住你，不要怕问问题。让他人了解您的需求。”*

**在 澳 大 利 亚 我 们 重 视 和 支 持 所 有 的 照 顾 者**

## 获取临终关怀服务

临终关怀服务让罹患生命垂危的重病患者尽可能完整而舒适地度过人生的最后阶段。临终关怀服务认可照顾者为照顾团队中宝贵的一员，并提供实用信息支持您，包括临终时期的关怀的信息。他们提供一系列服务，可以帮助管理生理、情绪、精神和社会性等症状。考虑采用此类高质量的生活关怀服务可能会有所帮助。欲了解本地可用的临终关怀服务及更多信息，请咨询您的家庭医生(GP)，或访问[www.palliativecare.org.au/directory-of-services](http://www.palliativecare.org.au/directory-of-services)

## 工作场所与财务信息

同您的雇主谈谈您的情况，并商讨任何必需的变动，这很重要。您可能需要更为灵活的工作时间或假期。了解您的雇员权利也很重要，可参见我们的网站[www.carersnsw.org.au](http://www.carersnsw.org.au)

一些照顾者可能会遇到经济困难。既要照顾病人又要工作会很艰难，而疾病和残障相关的额外花费又会非常巨大。可以通过社会福利联络中心(Centrelink)和其他机构获得财务支持。有关更多信息，请访问[www.carergateway.gov.au/financial-help](http://www.carergateway.gov.au/financial-help)

## 提前计划

尽可能做好周全的准备，了解可能会发生什么，这会帮助您在这段重要的时期全心支持被照顾者。您的医疗保健团队可以帮助您做好准备，并讨论临终关怀可选的服务。

制定照顾计划时，您本人的意愿也应予以考虑。如果您和被照顾者都希望在家照顾直至其去世，您需要良好的支持网络来帮助您，这可能包括朋友、亲戚、您的家庭医生、社区护士和其他提供居家护理的服务机构。

了解被照顾者的意愿称为预先护理计划(Advanced Care Planning)，它能够在代替被照顾者作出决定时帮助减轻压力与焦虑。要制定该计划，可以先进行一次开放、坦率的谈话，讨论被照顾者的医疗与护理选项，其中可能包括指定一名替代性决策人员，以及完成一份预先护理指令(Advance Care Directive)。更多信息请访问[www.advancecareplanning.org.au](http://www.advancecareplanning.org.au)



**“联系服务提供商，讨论帮助您在家照顾的服务，以及您无法继续照顾时可以怎么做。”**

## 更多信息

- **照顾者帮助服务(CarerHelp)** – 为临终人士照顾者提供全面多样的信息，包括在家生理性护理的贴士和临终时期应如何照顾的信息 – [www.carerhelp.com.au](http://www.carerhelp.com.au)
- **照顾者门户(Carer Gateway)** – 为照顾者提供信息、咨询和支持 – 1800 422 737 或 [www.carergateway.gov.au](http://www.carergateway.gov.au)
- **新南威尔士州照顾者协会(Carers NSW)** – 为照顾者提供信息和支持 – [www.carersnsw.org.au](http://www.carersnsw.org.au)
- **和您的医生交谈**

新南威尔士州照顾者协会(Carers NSW)向众多协作编写本资料的照顾者致谢，感谢他们为帮助其他照顾者而分享自己的经历与建议。