fraserhealth

Chinese Simplified

搬入长期护理机构
Making the Move to Long-term Care

By Getty Images

这本小册子属于：_____
This booklet belongs to:

我们与菲沙卫生局（Fraser Health）区域内各社区的长期护理合作伙伴一起，每天致力于为人们提供优质的护理、舒适的起居和有意义的人际联系。

您好

我们知道，决定搬入长期护理机构是一项艰难又很感性的决定。

对于您的新家，对于您将如何获得支持以及可以期待获得哪些护理，您可能会有一些疑问。

从第一次谈论搬入护理院到帮助您在新家安顿下来，我们会与您合作，支持您走好每一步。

我们相信护理院既是您的家，也是您的社区。护理院应该是您获得所需护理、结交新朋友、充实生活的地方，也是您探索感兴趣且有意义的事物的地方。

我们希望这本小册子能为您提供有关长期护理的有用信息，并解答您可能会有的问题。

如果您不确定现在是否是您搬入护理院的合适时间，请与您在医院或社区的护理团队商酌。

致礼，
长期护理和辅助生活团队

这本小册子有哪些内容？What is in the booklet?

多种护理选项 Options for care 1

如果您在医院里If you are in the hospital 1

如果您在家里If you are at home 1

关于长期护理 About Long-term Care 2

什么是“长期护理”？What is “long-term care”？ 2

谁可以住在长期护理院中？Who can live in long-term care? 2

住在护理院中我可以期待什么？What can I expect living in a care home? 3

长期护理院包括哪些服务？What services are included in long-term care? 4

谁在长期护理院中提供护理服务？Who provides care in long-term care? 5

费用是多少 How much it costs 6

我预计要支付多少费用？How much can I expect to pay? 6

还有其他日常费用吗？Are there any other day to day costs? 6

它是如何运作的 How it works 7

入住护理院的流程是怎样的？What is the process to move into a care home? 7

首选护理院和临时护理院有什么区别？What is the difference between a preferred and an interim care home? 8

护理院为我提供床位后，会发生什么？What happens once I am offered a care home? 9

如果我不想搬入提供的护理院怎么办？What if I don’t want to move to the offered care home? 10

如果我不想呆在我搬入的护理院怎么办？What if I don’t want to stay in the care home I moved into? 10

如果在等候首选护理院时我的护理需求发生了变化怎么办？What if my care needs change while waiting for my preferred care home? 10

在护理院生活 Living in a care home 11

谁决定我的护理计划？Who decides my plan for care? 11

我可以保留我的家庭医生吗？Can I keep my family doctor? 11

如果我有特殊护理需求怎么办？What if I have special care needs? 11

膳食情况如何？What about meals? 12

我的药物是如何管理的？How are my medications managed? 12

如果我需要生命末期护理怎么办？What if I need end-of-life care? 12

我如何才能持续参与我的护理？How can I stay involved in my care? 12

如果我有疑虑或忧虑怎么办？What if I have questions? 12

关于长期护理的更多信息For more about long-term care..... 14

我的问题 My Questions 15

多种护理选项 Options for care

我们知道，大多数人都希望尽可能长时间地生活在自己家中。我们的目标是尽可能支持人们在自己家里生活。

如果您在医院里If you are in the hospital

您的医院护理团队和社区保健护士将与您一起探讨各种选择，并确保您有合适的支持和服务，以便您能安全回家。

如果您在家中的护理需求发生变化，请告诉您的社区保健护士，以便他们审查您的健康和护理需求。

如果回家等待长期护理床位不是您的最佳选择，我们会与您讨论相关后续步骤。

如果您在家里If you are at home

如果您愿意，我们希望确保您可以选择留在家里。即使您的护理团队和社区保健护士认为长期护理院是您的最佳选择，您可能仍想留在家里。

如果您选择不搬入护理院，您的护理团队会与您一起制定计划，让您留在家里接受支持。

如果我们认为留在家里接受支持不是您的最佳选择，您的社区保健护士会与您讨论相关后续步骤。

关于长期护理 About Long-term Care

什么是“长期护理”？What is “long-term care”？

长期护理适用于在目前的居家或生活状况下无法再受到照护或无法再照护自己的成年人。它适用于护理需求复杂、难以管理自己健康和进行日常活动以及需要获得24小时护理的人士。护理院根据一个人的护理需求，在安全的环境中提供护理和支持。

在菲沙卫生局内，我们有超过80家公费资助的护理院。BC省所有的护理院均获得省卫生厅的许可和监管。相较于医院，护理院的运作方式不同，受到的监管也不同，而且拥有不同于医院的资源。

不同之处示例：

医院	护理院
护士每天24小时直接提供护理。	护士监督工作人员每天提供个人护理。
医生和执业护士全天24小时提供服务。	医生和执业护士随叫随到，每3个月至少探视一次。
患者可获得强化治疗，促进康复和恢复。	居民可得到支持性治疗，旨在让他们尽可能保持活跃。

谁可以住在长期护理院中？Who can live in long-term care?

您符合以下情况便可能有资格入住长期护理机构：

- 您的护理需求过于复杂或难以预测，无法安全地生活在您目前的家居或生活环境中。
- 您目前正在接受居家支持服务，而分配的护理时数已不能满足您的护理需求。

如果您的社区保健护士认为您会受益于长期护理，护士将启动长期护理院的申请流程。

住在护理院中我可以期待什么？What can I expect living in a care home?

入住长期护理院是一个重大决定。这不仅仅是环境的变化。

您可以期待一个像家一样的环境，您享有营养丰富的膳食、社交活动、短途旅游和各种活动，工作人员全天24小时在场，提供个人护理支持以及为有需要者提供专门护理和服务，例如生命末期护理。

所有房间都有一张床和床垫、带抽屉的边桌、一把椅子以及一个放置衣服和其他个人物品的地方。根据护理院的情况，您的房间可以是单独的，或是与人共用的。

护理院房间

您住在一个社区中，社区里其他住户则是您的邻居。每个区域称为邻里。在各个邻里，有些设有用餐区和休息区。其他的邻里则设有供用餐和社交活动的公共区域。

一些护理院还有特别的邻里或服务，以满足特定的护理需求，工作人员需要额外的支持和培训，例如针对痴呆症患者或需要特殊设备或医疗支持的人士。

有时，具有类似护理需求的人士会集中居住在一个特定的邻里。这是为了让工作人员能够提供更有针对性的支持，提升每个人的体验。

长期护理院包括哪些服务？What services are included in long-term care?

住在长期护理院中，以下服务和用品都包括在内：

- 个人护理和协助进行必要的日常活动，例如洗澡、穿衣和吃饭
- 膳食、特殊饮食的选择、膳食替代品和营养补充剂
- 规划的社交、体育和康乐活动以及短途旅游
- 装有有线电视、电话和互联网服务的公共区域
- 一般个人护理用品，如肥皂、洗发水和纸巾
- 床单和毛巾
- 床单和个人衣物的基本洗涤服务
- 常规医疗用品
- 基本失禁用品（必要时可提供）
- 基本轮椅（必要时可提供）

可提供其他一些服务，但要额外收费。
参阅第6页“费用是多少”。

谁在长期护理院中提供护理服务？Who provides care in long-term care?

每个护理院都有护理团队。您的护理团队包括护理助理、支持人员、护士和一名医生或执业护士。护理团队还可能包括康乐治疗师、营养师和其他健康专业人员，这取决于您的护理需求。您的护理团队与您一起制定护理计划，满足您的需求。

您的大部分日常护理都会由分配在您邻里的健康护理助理和其他支持人员完成。护士负责监管和监督对护理院所有居民的护理。

许多人想知道他们搬进护理院后如何获得医疗服务。所有护理院都有一组医疗专业人员（医生和执业护士），他们：

- 专长于年长者的医护工作
- 定期探访护理院
- 为居住在护理院的每个人提供医疗护理

有些护理院在不增加收费的情况下添加了以下专业人员的照护服务：

- 物理治疗师
- 职业治疗师
- 社会工作者
- 属灵健康执业人员

可提供其他护理服务，但要额外收费。
参阅第6页“费用是多少”。

费用是多少 How much it costs

我预计要支付多少费用？How much can I expect to pay?

长期护理院按月收费。您支付多少费用取决于您的“税后”收入。为确定这一点，我们会要求查看您最近的纳税申报表或银行对帐单。我们会要求您签署一份同意表，以便允许我们查看相关资料。如果您担心可能负担不起每月的费用，我们可以与您讨论筹资选项。

还有其他日常费用吗？Are there any other day to day costs?

就像您目前在家中一样，还会有些其他日常费用。护理院会让您知道他们提供的是什么服务以及费用是多少。您决定您想要什么服务。

护理和其他生活费用示例：

健康护理服务	其他服务
• 足部护理 • 移动上门牙医 • 移动上门助听器诊所 • 流动上门验光师 • 移动上门助行器和轮椅调整	• 个人电话、有线电视和互联网 • 美发师/理发师 • 首选的代餐产品和营养补充剂 • 助听器、电池、眼镜、假牙 • 拐杖、助行器、特殊轮椅、特殊轮椅垫等设备 • 额外的康乐活动或用品 • 陪伴服务 • 个人活动的交通服务 • 个人空间的装饰 • 需要特别清洗的物品的干洗和洗衣服务 • 首选的个人护理和美容用品、床单、毛巾、首选的失禁用品（而非提供的一般用品）。

它是如何运作的 How it works

入住护理院的流程是怎样的？What is the process to move into a care home?

无论您是在家还是在医院，流程都是一样的。首先，社区保健护士会评估您的护理需求。这包括检查您的活动能力、记忆力和思维能力、饮食，以及每天需要多少帮助才能完成穿衣、洗澡和进食等日常活动。与此同时，他们还会审查您的收入信息，以便计算您每月的费率。所有这些都有助于我们确定长期护理机构是否是您的合适选择。

如果长期护理是合适的选择，您的社区保健护士会提交收集的信息以供审查，便于我们能确定哪些护理院最能满足您的需求。当我们为您确定护理院时，我们会考虑您的健康需求、您首选的区域以及其他一些因素。

我们为您提供一份可以满足您护理需求的护理院名单。您最多可以从名单上选择3家护理院作为您的首选护理院。您向我们提供您所选的首选护理院的当天称为您的“等候名单日期”。如果您拒绝了为您提供的入住首选护理院的机会，这将会改变您的“等候名单日期”。

首选护理院和临时护理院有什么区别？What is the difference between a preferred and an interim care home?

在可能情况下，我们将尽力为您提供机会，让您入住您想要的区域内能满足您护理需求的护理院。但是，有时我们会要求人们考虑入住临时护理院。这是一家可以满足您的护理需求但不在您首选名单上的护理院。

何时使用临时护理院：When interim care homes are used:

- 您的护理需求发生了变化，您在目前的状况下生活已不再安全。
- 您正在医院或其他机构设施中等待，而您首选的护理院都没有床位。

我们不会先选好具体的护理院，而是要求您选择一个或多个您想居住的地理区域。我们可能会在其中一个区域为您提供一家临时护理院，直到您首选的护理院之一有空床位为止。我们会确保临时护理院能满足您的护理需求。

菲沙卫生局地理区域		
北区	南区	东区
Burnaby（本那比 ）	North Delta（北三角洲）	Abbotsford（阿博斯福）
Coquitlam（高贵林）	Surrey（素里）	Agassiz（阿加斯）
Maple Ridge（枫树岭）	South Surrey（南素里）	Aldergrove（奥德堡）
New Westminster（新西敏）	South Delta（南三角洲）	Chilliwack（奇利瓦克）
Port Coquitlam（高贵林港）	White Rock（白石）	Hope（合普）
Port Moody（满地宝）		Langley（兰里）
		Mission（米逊）

入住临时护理院后：

- 您可以选择留在您的首选护理院等候名单上。您可以随时更改首选护理院名单。
- 当您的首选护理院有空床位时，我们会通知您。
- 如果您喜欢所住的地方，您可以选择将临时护理院作为永久住所。

在以下任何一种情况下，我们欢迎您探讨商酌私人支付家庭护理或长期护理费用：

- 您不想搬入临时护理院。
- 您选择的首选护理院没有床位。

护理院为我提供床位后，会发生什么？What happens once I am offered a care home?

一有床位，我们就会通知您和您的家人。

我们的目标是帮助您尽快入住新家，以便您可以从长期护理院的所有服务中受益。

您接受床位后Once you accept a bed

- 我们会要求您搬入护理院：
    - 首选护理院的床位，48小时内入住
    - 临时护理院的床位，72小时内入住
- 我们要求您签署一份同意表，表示您同意搬入。
  如果您无法在表格上签名，我们将要求指定作为您的替代决策者的人士代表您签名。
- 护理院团队会为您订立安排护理和药物治疗计划。
- 医院或社区保健护士会配合护理院安排好入住的日期和时间。

如果我不想搬入提供的护理院怎么办？What if I don’t want to move to the offered care home?

我们希望确保您尽快有一个充满关爱、舒适且像家一样的环境。

如果您选择不搬入我们提供的护理院，您的护理团队会与您一起制定计划，让您安全返回家中或搬到另一家临时护理院。您可以要求留在等候名单上，等待您首选护理院的床位。您也可以探讨在您首选的护理院中私人支付床位费的选择。

在某些情况下，我们可能会要求您支付留在医院或康复疗养院的日常护理费用。

如果我不想呆在我搬入的护理院怎么办？What if I don’t want to stay in the care home I moved into?

与护理院的院长交谈。要求加入等候名单，以便搬去您首选的护理院。与此同时，临时护理院的工作人员将继续为您的护理提供支持。

如果在等候首选护理院时我的护理需求发生了变化怎么办？What if my care needs change while waiting for my preferred care home?

您的社区保健护士和护理团队会定期评估您的健康和护理需求。我们会进行查对，以确保您首选的护理院能为您提供所需的护理水平。我们可能会为您提供一份最新的可满足您需求的护理院名单。然后，您在新名单上的护理院中进行选择。

在护理院生活 Living in a care home

谁决定我的护理计划？Who decides my plan for care?

您决定，您的护理团队会提供协助。您入住后，护理院工作人员会邀请您和对您很重要的人士一起参与决定您的护理目标。

此后的每一年，护理院都会召开护理会议审查您的护理计划。这是您的护理团队与您和对您很重要的人士会面讨论的时间。医生或执业护士、注册护士、药剂师和其他参与您护理的健康专业人员都会参加护理会议。随着护理需求发生变化，你们在一起讨论您的护理目标、预先护理计划以及您对未来护理的期望。

我可以保留我的家庭医生吗？Can I keep my family doctor?

可以。如果您想保留家庭医生，请告知护理院工作人员，以便可以与您的医生协调对您的护理。您的家庭医生可能无法提供护理院医生或执业护士可以提供的那种上班时间以外的服务。考虑到这一点，我们建议由护理院的医生或执业护士协调您的整体医疗护理。他们可以在需要时联系您的家庭医生。

如果我有特殊护理需求怎么办？What if I have special care needs?

护理院工作人员接受过培训，能与来自不同背景的人士打交道，为他们提供护理。护理院必须聘用受过教育和有经验的员工来照护有各种健康需求的年长者，例如痴呆症、阿尔茨海默氏病和其他复杂的疾病。

膳食情况如何？What about meals?

护理院与营养师合作制定最适合每个人的饮食计划。如果您有任何食物过敏，或由于您的健康、宗教或文化原因而需要特殊食物，请告知护理院。

护理院可以准备营养丰富的膳食和零食，支持满足各种饮食需求，如切快、剁碎、泥状和管饲。

我的药物是如何管理的？How are my medications managed?

护理院与当地药房合作，为每个人提供药物。在您入住前，您现有的处方会传真给护理院，这样护理院就可以安排当地药房在您入住后将您的药物送到护理院。药房负责为您续配药物和出具账单。

护理院的护士会把您的药物交给您。护理院医生或执业护士、注册护士和药剂师每6个月审核一遍您的药物，或根据需要增加审核次数。

如果我需要生命末期护理怎么办？What if I need end-of-life care?

护理院工作人员接受过培训，能以关爱和同情心支持临近生命终点的人。护理院工作人员可以为您和对您重要的人士提供身体上、情感上和精神上的支持。

我如何才能持续参与我的护理？How can I stay involved in my care?

护理院工作人员与您和对您很重要的人一起配合，尽可能提供最好的护理。我们鼓励您向护理院的护理主任提出改善护理的建议。

如果我有疑虑或忧虑怎么办？What if I have questions?

- 在医院时，请与您的社区保健护士或所在医院病区的患者护理协调员交谈。

- 在家时，作为家庭保健（Home Health）的客户，请与您的社区保健护士交谈，或拨打家庭保健服务热线：1-855-412-2121。

关于长期护理的更多信息For more about long-term care

这里有一些在线资源。我们在这里为您提供了获取资源的不同方式：网址、在网站上查找资源的说明，以及使用智能设备相机进行扫描的二维码。

菲沙卫生局网站 fraserhealth.ca

- 辅助生活和长期护理
  - 在我们网站的“健康主题（Health topics）”下，选择A或L。向下滚动到辅助生活（A）或长期护理（L）。可任选其中之一，寻找“辅助生活和长期护理”。
  - 或者使用这个短网址 tinyurl.com/FHAssistedLivingLongTermCare

- 菲沙卫生局区域内的长期护理院
  - 在我们网站的“地点和服务（Locations and services）”下，选择“长期护理”。向下滚动，查看菲沙卫生局区域内的护理院和社区列表。
  - 或者使用这个短网址tinyurl.com/FHCareHomes

BC省卫生厅gov.bc.ca/gov/content/health

先选“获取医疗保健（Accessing health care）”。

- 长期护理选项和费用
  - 选择“家庭和社区护理（Home & Community Care）”。
  - 在左侧边栏中，点击“护理选项和费用（Care Options and Cost）”，然后点击“长期护理服务（Long-term Care Services）”。

我的问题 My Questions

www.fraserhealth.ca

此资讯不能取代医务人员给您的建议。

Catalogue #267926 (February 2023) Chinese Simplified

For more copies: patienteduc.fraserhealth.ca

fraserhealth