

## 居家照顧的好幫手～長期照顧中心

江郁芬護理師

你是否因惦記家中長輩，每天只能匆匆忙忙外出買菜、辦事？

你是否因為要照顧家中老小，整天忙得團團轉，生活壓得你喘不過氣？

~~~你是否知道有人可以幫助你？

高齡化時代的來臨，多數長輩的心願仍是在家老化，但少子化的現象讓家中能擔任照顧者的人數下降，家庭照顧者常忙得焦頭爛額，因此，各縣市政府設有「長期照顧管理中心」，讓家庭照顧者可以獲得適度的休息與支持。

哪些人可以申請呢？只要需要協助之家人，符合(1)65歲以上(2)55歲以上山地原住民(3)50歲以上身心障礙(4)僅 IADL 失能且獨居之長輩，其中一項資格且未聘雇外籍監護工或居住在護理之家、安養中心等，均可提出申請。長期照顧管理中心會指派照顧管理專員至家中訪視，進行綜合評估，再依據長輩實際失能程度提供所需要的照顧服務，服務內容包含：

### 1. 照顧服務：

- (1) 居家服務：由合格照顧服務員定期至家中鐘點式協助日常生活照顧，如協助備餐、餵食、陪同散步及沐浴等身體照顧。
  - (2) 日間照顧：協助照顧失智、失能長輩，白天由家人或交通車接送至日間照顧中心，提供生活照顧及健康促進活動，增進人際互動機會，傍晚再接回自家中。
  - (3) 家庭托顧：白天將長輩接送至鄰近社區家庭式托顧中心，提供身體照顧，如沐浴、餵食、如廁等，傍晚再接回自家中，提供長時數的照顧服務。
2. 喘息服務：提供合格照顧服務員到府居家式照顧服務或機構式全日暫托服務，以減輕家庭照顧者的照顧壓力。
  3. 居家復健服務、生活輔具及居家無障礙環境改善服務：對於行動不便、獨居或居家無障礙設施設備不足，而無法外出到醫院進行復健者，由復健師到家中協助失能者與家屬進行復健訓練及評估居家環境、提供居家無障礙環境改造建議，並依據相關補助辦法協助申請。
  4. 居家護理服務：由居家護理師至家中提供管路更換及照顧指導等。
  5. 居家營養服務：由營養師到家中指導家屬飲食配方，食材調配等，以改善營養狀況。
  6. 居家藥事服務：教導藥品整理以便利服用、協助處理過期藥品、用藥指導與衛教等服務。
  7. 居家口腔照護服務：對於有明顯口腔衛生缺失之居家失能者，提供照護指導，提升口腔健康及咀嚼能力，降低因口腔問題引發之吸入性肺炎等合併症。

當您有長期照顧問題或需求時，可以告訴您的醫師或護理師等，本院出院準備服務團隊會與您共同討論出院後整體居家生活照顧安排，提供相關照顧指導、輔具租借資訊、復康巴士等資訊，並協助轉介長期照顧管理中心等相關單位，讓

高雄市立小港醫院 出院準備服務

長輩在最熟悉的家中安養天年。