



Ohio

俄亥俄州
认知健康
委员会

帮助俄亥俄州的脑退化症患者，以及他们的亲人、护理伙伴和更广泛的社区，让大家活得有意义、有目标，并且活得快乐。

雇用家庭护理帮助

在这段旅程的某个时刻，您可能需要去家庭卫生机构雇用护理人员或参加临终关怀。作为唯一的护理伙伴你将非常艰难。请不要对寻求帮助感到内疚。我们都需要作为一个团队，一个社区，来支持脑退化症人群，并支持你这位主要护理伙伴。让陌生人进入家中可能会让你感到不舒服，脑退化症患者也很难在家里容纳新人，听他们不认识的人说话，甚至从一开始就会需要护工的帮助。你如何知道你选对了人？你如何知道护理伙伴或其组织是否有护理脑退化症患者的经验？

从哪里开始？从以下提示开始：

想想你需要什么类型的帮助。

家庭护理服务可以帮助陪伴、家务、跑腿、洗澡、穿衣和药物管理。有不同的护理级别和不同的收费标准。询问保险是否涵盖服务。

确保与你亲人互动的人员接受过脑退化症的护理培训。

许多组织会告诉你，他们的员工接受过脑退化症护理方面的培训，但通常员工只接受了一小时的视频培训。请该机构和员工们描述他们接受的培训，并与您讨论他们学到了什么。

尽早聘请帮手。

与其等到脑退化症进展多年，等到患者真的需要全天候护理，不如尽早开始雇人在家里帮忙，哪怕只是一周几个小时也好。通过这种方式，脑退化症患者在早期养成习惯，他们在更情愿有人帮忙或在大脑能够理解自己需要帮忙的时候习惯获得帮助。考虑雇护工每月打扫一次房子，或使用购买食品定期送货。这种非家人和朋友的帮助越是常规化，以后需要更多照顾的时候就来得越容易。

慢慢地将新人引入环境。

与其让雇用的护理伙伴一来就帮忙洗澡和穿衣，不如让他们先来早几周，让他们和你的亲人一起活动或一起吃零食。

使用记忆支持来帮助建立关系

聘请来的护理伙伴是生人，患者很难记住。考虑给护工和脑退化患者拍一张合影，在照片下方写

上护理伙伴的名字，并简单解释他们来访的事由。

试着换位思考。

如果你的亲人不需要帮助或认为他们不需要帮助，那么试着理解对方反应背后的情绪。获得帮助可能会让他们觉得我们正在夺走他们的个人控制权。和他们谈论聘请护理伙伴不仅是亲人的需要，而且也是你的需要。提到你们有时都需要帮助，如果得到需要的帮助，你们就会感觉好多了。还要让他们知道，你不想剥夺他们的独立性或自主性，任何雇用的护理伙伴都必须是一位能帮助你的亲人尽可能独立和完成事项的人。

向你信任的人寻求推荐。

很难知道哪家家庭护理机构或私人家庭护理人员最好。口口相传是寻找可靠帮助的好方法，所以问问你的朋友。请访问 medicare.gov/hhcompare，以查找和比较Medicare批准的家庭医疗机构。并查看 medicare.gov/Pubs/pdf/10969.pdf 上的在线出版物“Medicare和家庭健康护理”，该出版物解释了保险范围和如何选择机构。

观察新的护理伙伴，寻找这些积极互动的迹象：

- 说话清晰、缓慢，不大声喊叫。
- 从前面接近患者。
- 总是让对方知道他们要做什么，比如，“我现在要帮你从椅子上站起来，我可以拉你的手吗？”
- 向你的亲人展示如何做某事，而不是从他们身上拿走任务。
- 不争吵不对抗。
- 一直照管你的亲人，而不是让对方长时间坐在电视机前或躺在床上。
- 即使你的亲人感觉或想法有错，他们也不试图证明这种感觉或想法实际上不准确。



你能做到的事！

为新的护理伙伴制作一份“关于我”的简介，写上你的亲人的快乐和有趣的事情。

这将有助于新的护理伙伴了解患者。如果护理伙伴愿意，请她或他也给自己做一张，这样你和你的亲人就可以与这位护理团队的新成员建立新的关系。

“关于我”内容建议

- 喜欢的食物/要避免的食物
- 业余爱好
- 职业
- 最喜欢和最不喜欢的消磨时间方式
- 儿孙辈的姓名
- 宠物
- 生活过或参观过的地方
- 喜欢的音乐
- 关于患者喜欢如何获得个人护理的任何特别说明