醫院之後：
急性期後護理指南

MASSACHUSETTS
Health & Hospital
ASSOCIATION

致謝

「護理接續委員會（CCC）」 是美國「麻薩諸塞州健康與醫院協會（MHA）」的一個諮詢委員會，其創立目的在於透過人口健康策略來優化患者護理、體驗以及臨床和經濟成果。它為成員提供了一個參與跨接續協作的論壇，藉以解決阻擾護理人員重要工作的監管與臨床障礙。

MHA 及其「護理接續委員會」要向創建本指南提供貢獻的眾多臨床醫師、合作夥伴與組織機構致謝。

- **所有的 CCC 成員，包括那些為本指南無私地貢獻他們的時間與專業知識的人士：**
- Louis J. Woolf, president & CEO, Hebrew SeniorLife, past co-chair, CCC
- Robin Hynds, RN, MSN, CPHM, SVP, COO, Lawrence General Hospital, co-chair, CCC
- Maureen Banks, RN, DNP, MBA, FACHE, COO & CNO, Spaulding Rehabilitation Network, co-chair, CCC
- Jann Ahern, R.N., BSN, V.P., home & community care operations, HealthSouth Shore Health System
- Tara M. Gregorio, president, Massachusetts Senior Care Association
- Dawn Hobill, MHA, PMP, senior program administrator, Healthcentric Advisors
- Karen Mattie, PT, DPT, MS, senior director, clinical operations – PT, OT, RT, Boston Medical Center
- Bob McCall, V.P., network development and inpatient rehabilitation services, Spaulding Rehabilitation
- Network Christine McMichael, MA, LMHC, executive director, Hospice & Palliative Care Federation of MA
- Elissa Sherman, Ph.D., president, LeadingAge, Massachusetts.

無私地貢獻本指南的資料及評論的合作夥伴：

- 麻薩諸塞州行為法倫健康系統協會
- 麻薩諸塞州衛生與公共服務執行辦公室
- 麻薩諸塞州心理健康協會
- 整個 MHA 成員來自於眾多 MHA 成員組織案例經理的患者與家庭諮詢委員會
- Commonwealth Care Alliance 團隊，其安排對具有使用急性期後護理服務經驗的 MassHealth 成員的採訪
-

感謝健康管理協會（HMA）的團隊：Ellen Breslin, MPP, project director; Jody Gastfriend, LICSW; Kelsi Jackson, MPH; Maddy Shea, PhD; Zach Gaumer, MPP; Barry Jacobs, PsyD; and, Tom Dehner, JD.

MHA 工作人員：

Patricia Noga, PhD, RN, NEA-BC, FAAN, vice president, Clinical

Affairs Adam J. Delmolino, director, Virtual Care & Clinical Affairs

Kimberly Stevenson, MS, senior manager of Clinical Affairs

MHA Communications Department

我們希望本指南能夠協助眾多患者及家屬對於他們的急性期後護理需要訂定最佳決策。

第 1 節 - 簡介

「麻薩諸塞州健康與醫院協會（MHA）」製作本指南以支援您與您的家人對於您的急性期後護理選擇訂定最佳決策。本指南內的資訊將協助您自信地做出這些醫療保健選擇。

許多人在健康事件之後需要醫療護理，藉以自受傷、疾病、手術和/或住院中復原。例如，有些人可能需要：復健；專注於緩解嚴重疾病的疼痛及其他症狀的舒適護理；或臨終關懷。在傳統的醫院環境之外提供的所有這種護理統稱為「急性期後護理（Post-acute Care）」。重點是您在正確的時間及正確的地點獲得到正確的護理以滿足您的個人目標與需求並且支援您的生活品質。為獲得最佳結果，您從能夠以符合文化要求的方式來滿足您需求的提供者處接受護理也很重要。

您的健康護理團隊可能會為您推薦急性期後護理（PAC）。

大多數人從未聽說過「急性期後護理」這個詞。有些人會使用術語 PAC ，而不是使用急性期後護理。「急性」一詞意味著突然且強烈的新情況。

本指南解釋在您的健康狀況發生重大變化後您的護理選項。

MHA 瞭解，要在最佳情況下為您或親人選擇護理選項可能會有困難。在突發公共衛生事件期間，例如 COVID-19 大流行，為您或家人找到合適的護理可能更具挑戰性。本文件中的指導是在假設沒有其他突發公共衛生事件或是限制措施的情況下所提供的。假如您或您的親人需要在 COVID-19 大流行或者任何其他突發公共衛生事件期間進行護理轉移，則可能適用州和聯邦當局以及您信任的醫療提供者的特定考量和/或指導.

急性期後護理如何幫助我？

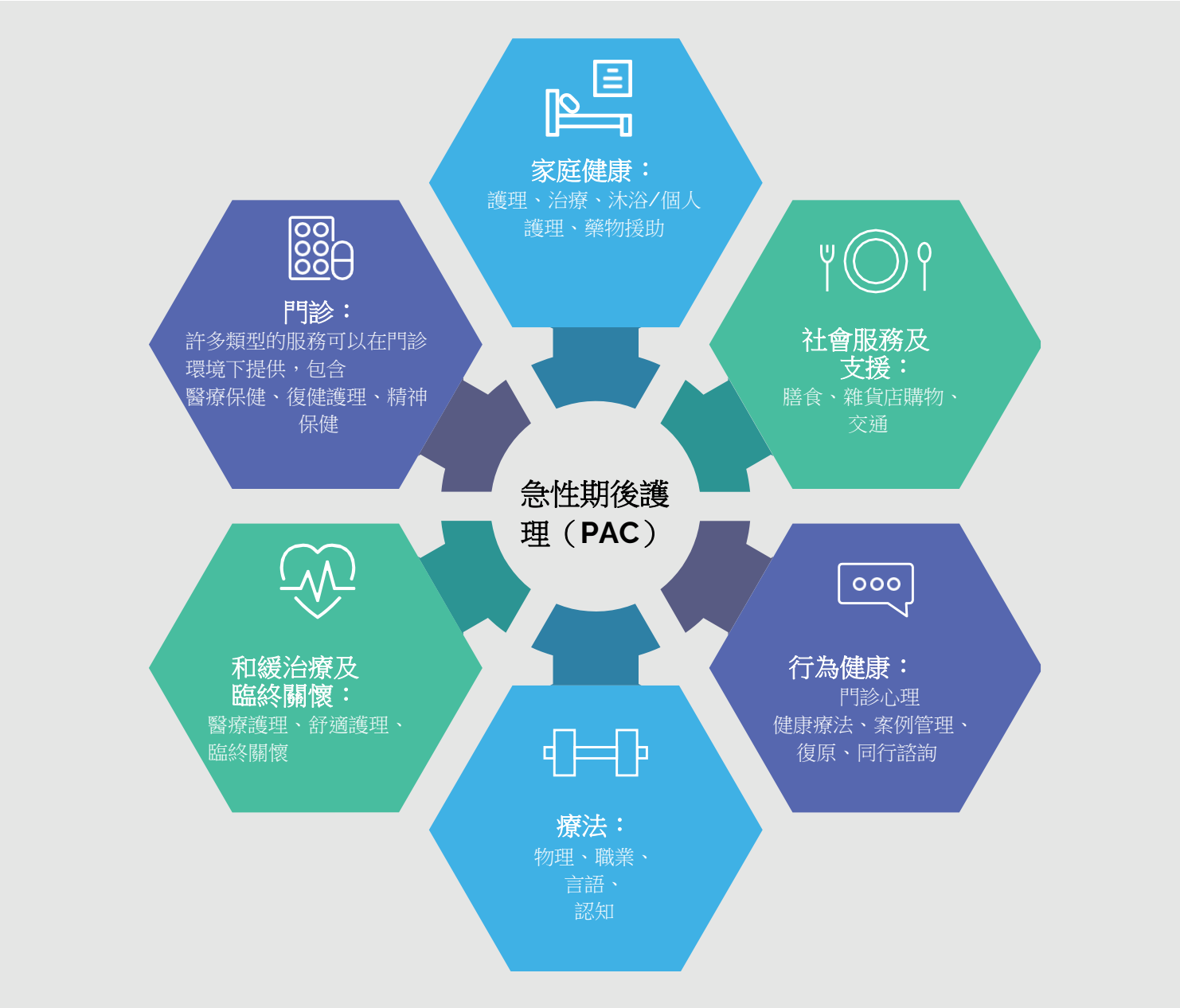
急性期後護理能夠：

- ✓ 支援健康事件之後的復原，通常是一段有限時期
- ✓ 幫助恢復功能並且提升您的生活品質
- ✓ 提供治療，例如物理或職業治療
- ✓ 提供服務以解決任何心理健康或是物質使用障礙需要
- ✓ 提供舒適護理、和緩治療（專注於緩解嚴重疾病的疼痛及其他症候的護理）或臨終關懷
- ✓ 由家庭保健提供者在家中提供
- ✓ 在門診或醫師的辦公室提供
- ✓ 在像是專業技術護理機構（SNF）或是療養院等設施提供
- ✓ 透過虛擬、遠程醫療預約提供

急性期後護理服務概述

急性期後護理（PAC）包含一系列服務來解決您的目標與需要。PAC 服務可以在家裡、您當地社區的門診（像是醫師辦公室或醫院診所），或者短期住院設施（例如療養院）中提供。您應該與您的提供者合作，藉以確保護理計劃程序符合您與您的家人所設定的護理目標，並且以全面性的方式來達成這些目標。PAC 計劃程序亦應解決您對於心理健康和/或物質使用障礙服務的任何行為健康需要。請務必諮詢您的健康計劃或保險公司以確保您需要的服務確實獲得承保。

第 1 圖 - 急性期後護理服務：



第 2 節 - 您做出最佳選擇的路線圖

我們知道要在壓力和不確定的時刻
找到正確的急性期後護理對於您和您的家人來說可能很困難。

為了讓您比較輕鬆地完成這個程序，本指南為您提供了五個步驟來依循。

步驟 1 - 瞭解您的護理需求

步驟 2 - 瞭解滿足您需要的服務

步驟 3 - 聯絡您的健康保險公司或健康計劃

步驟 4 - 進一步瞭解您的提供者

步驟 5 - 做出適合您的選擇

步驟 1 - 瞭解您的護理需求

瞭解您對急性期後護理服務的具體需求非常重要。瞭解您的需求將有助於您得到成功的護理體驗。成功的護理體驗對於您的康復極為重要。對於預期事件，像是已排定的手術，許多人會在進行手術之前先訂定護理計劃。

急性期後護理計劃

- **是 – 我有一個急性期後護理的計劃。**對於已計劃事件，像是髖關節或膝關節置換的排定手術，許多人會在事件之前先訂定急性期後護理計劃。您應該與您的醫療保健提供者一起審查這項計劃，藉以確保它對於您來說仍為最佳計劃。
- **不 – 我需要一個急性期後護理的計劃。**有些事件不是有所計劃的。有一些需要可能直到您住院才會曉得。這對於像是中風的意外事件尤其正確。在這些類型的情況下，計劃程序通常是在醫院進行。您將需要您的醫療團隊的支援。您可能也想諮詢您的健康計劃或健康保險公司，藉以確認所需藥物、治療方法、復健設施、長期急症護理醫院或療養院的住院護理，以及任何其他可能需要的護理或服務，是在承保範圍內。

常見的急性期後需要範例

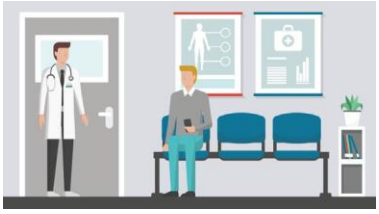
- 幫助吃飯、洗澡、穿衣、以及去洗手間
- 幫助膳食滿足營養需求
- 協助您在家中四處走動
- 協助購買雜貨、照明、家務和洗衣
- 增進幸福感的伙伴關係和防止孤獨
- 協助聯繫家人和朋友
- 幫助監測您的體溫、血壓及體重
- 幫助照顧您的寵物
- 藥物援助
- 對於藥物和潛在副作用的教育
- 治療需求，例如物理治療、職業治療、言語治療、認知治療
- 熟練的護理、傷口護理和靜脈注射 (IV) 藥物
- 幫助使用醫療設備和用品，例如家用氧氣或霧化器
- 取用交通工具以進行後續的醫療預約或透析
- 運用技術，遠程醫療
- 疼痛管理
- 舒適護理、重病管理和臨終支援

高級護理計劃

為您的未來護理進行計劃也可以包含對意外狀況的計劃。如果您還沒有如此做，建議每個人都有一個「健康護理代理人」，以便在您沒有能力這樣做時能夠對於您的護理做出決定。假如您或您的家庭成員罹患嚴重的晚期疾病或身體虛弱，成年人可選擇與您的醫師、執業護士或醫師助理一起填寫 MOLST 表格（生命維持治療的醫療指令）。與您的臨床醫師討論您的預後、治療選項以及您想要/不想要的護理。您的臨床醫師會將您的選擇轉移到 MOLST 表格，而所有護理環境中的每位臨床醫師都會遵循。Honoring Choices MA 為成人、家庭與護理人員提供最新的醫療保健計劃資訊、免費的麻薩諸塞州計劃文件以及許多資源。他們的社區合作夥伴網路也可以協助您與您社區中的護理建立聯繫。

在家中、在設施內或是以門診方式進行護理

居家護理 -許多人是在家中接受急性期後護理。例如，您可能需要與健康相關的護理幫助，例如專業護理和物理治療。您可能也需要個人護理，像是幫助洗澡、著衣及上廁所。您可能還需要在往返醫療預約看診的交通方面提供協助。



門診護理 -許多人是在門診接受復健服務或藥物靜脈注射。您可能需要每週多次前往提供者處所來進行醫藥或治療處理。

設施護理 -有些人是在設施內短期停留來接受護理。依照您個人的急性期後護理需要而定，您可能受益於在設施中接受全天候護理來滿足您的急性期後護理需要。而在設施內，您可能也需要一個計劃來管理家中事務並且與親友們保持聯繫。

急性期後服務的照護轉銜程序

每次您從一個環境轉移到另一個環境時，就會進行照護轉銜。

當您接受 PAC 服務時，您就可能會經歷各種各樣的照護轉銜。例如，您可能會從醫院搬到家裡，從家裡移往醫院，從醫院搬移至熟練的護理或復健設施。而在離開設施之後，您可以在家中繼續接受急性期後護理。您的家可以是私人住宅或是輔助生活社區。您亦可在門診診所接受護理，來支援您住院後的復健和復原。

照護轉銜程序對於行為健康狀況同樣重要，包括心理健康和物質使用障礙。

順利的照護轉銜程序對您的康復很重要。

最好與您的醫療團隊和初級保健提供者密切合作，以確保您的照護轉銜順利進行。如果在住院之前並未計劃照護轉銜，那麼照護轉銜計劃應在您入院後立即開始。

1. **瞭解您將會接受什麼護理以及持續多久時間。**確保您擁有所需要的所有資訊，包含您要去的地方以及您將接受的護理類型。您是要返回住家還是前往某家設施？如果您有不同的選擇，您最希望在何處接受護理呢？各間設施機構會提供什麼種類的護理？
2. **指定一名家庭照顧者。**熟悉 CARE 法案（護理人員、建議、記錄、啟用）。該法案於 2017 年在麻薩諸塞州簽署成為法律，要求在入院時記錄指定家庭成員或朋友的姓名，以便您的醫院提供者知曉與何人討論您的照護轉銜。該法案亦要求患者和指定的家庭成員或友人在您出院返回家中或前往其他護理設施之前收到提前通知，以便他們知道您何時會被轉移。在您離開醫院之前，必須向該人士提供（並展示）有關家庭護理任務的明確說明，尤其是與醫療相關的任務－特別是在您出院回家的情況下。
3. **瞭解您的護理目標和需求。**確保您能夠回答下列問題：治療的主要目標是什麼？您的功能會獲得改善嗎？若是，會到甚麼程度？您會完全康復嗎？您需要額外的護理嗎？您可能需要何種類型的額外護理以及需要多久時間？
4. **與您的醫院個案經理和/或健康計劃合作以獲得支援。**無論您是返家或前往其他機構，您、您的家庭成員以及社區提供者均應為您照護轉銜中的合作夥伴。
5. **逐一地解決問題。**這能有助於您管理您的期望和復原。

如果您要離開醫院或任何其他設施，請確定：

1. 根據您的特定需要獲得自訂的出院計劃，包括藥物清單和如何服用藥物的說明，以及任何其他具體護理說明的解釋。
2. 依建議與醫療保健提供者排訂適時的後續護理。
3. 確保您有一個聯繫人姓名和電話號碼以供解決問題、疑慮與後續說明。

步驟 2 - 瞭解滿足您需要的服務

瞭解能夠滿足您護理需要的服務範圍很重要。您能夠在您的醫療護理團隊與健康計劃或醫療保險公司的支援下做到這一點。您可能也需要考慮到您可能從家人、朋友和鄰居處獲得何種類型的非醫療支援。

急性期後護理服務可以在三種類型的環境中使用：

在家中

在您當地社區內的門診診所

在像是專業護理機構、住院康復機構或長期急症護理醫院等等設施

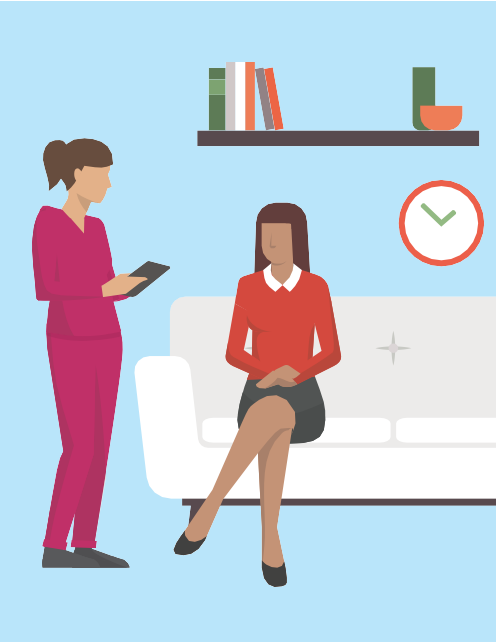
針對特定行為健康狀況的急性期後護理服務可包括：

像是會所等等社會支援

復原團體，像是匿名戒酒、匿名戒毒、康復學習社群

其他種類對於心理健康和物質使用障礙條件的同伴群體

住宅治療設施



家庭或設施的選擇

您可能比較願意在家中接受急性期後護理。根據您的護理需求，在家護理可能是最佳選擇。在麻薩諸塞州，一些 Medicaid 和/或 Medicare 健康計劃能夠彈性地在家中或社區為您提供護理。而且 One Care program、Senior Care Options (SCO) program、Visiting Nurse Associations 以及 Program-of-All-Inclusive Care for the Elderly program，又稱 PACE 計劃，通常很有彈性。

此外，一些醫療專業人員可利用個人電腦、平板電腦、智慧型手機、電話及其他裝置來提供虛擬遠端醫療預約。明瞭您的醫療團隊對於急性期後護理的建議並且找到能夠提供最佳護理體驗的服務與環境非常重要。您也應該向您的健康計劃和/或醫療保險公司洽詢任何能夠有助您做出最佳決策的指引。

在您家中的服務

大多數人在住院後會返回家中。家可以是私人住宅或是輔助生活社區。返家需要提前計劃，藉此提供正確的服務與支援來滿足您的護理需要。每位病患都必須根據對其需求的全面評估來訂定個人化的護理計劃。護理計劃亦將詳細說明您的預期康復時間表。家庭保健提供者應根據您的護理計劃在您的家中提供護理。提醒您，並非全部的保險計劃皆涵蓋所有的家庭護理服務，從而請務必在安排服務之前先洽詢您的保險公司。

在您當地社區的服務

許多人在出院之後返家，並且透過與當地提供者的門診預約來滿足持續的護理需要。例如，在重大手術之後，患者可能需要每週數次前往物理治療師看診且持續幾個月之久。這種治療稱為「門診」服務。

作為出院程序的一部分，您可能需要取得一些常見的門診服務，像是：

- 治療，包括物理治療、職業治療、言語治療
- 復健包括心臟復健
- 行為健康服務，包含心理健康服務和物質使用障礙治療
- 醫生/專家追隨訪問
- 實驗室工作及醫學成像

家庭醫療護理服務可能包括：

- 術後護理，像是傷口護理
- 中風或心臟事件後的康復護理
- 肺部護理
- 物理、職業、言語治療
- 藥物管理與行政
- 傷口護理
- 靜脈治療
- 個人護理服務協助您洗澡、上廁所和穿著衣物
- 協助步行、行動及轉銜工作
- 協助監測您的健康狀況，減少例行性檢查的辦公室看診需要
- 監測您的體溫、脈搏、呼吸、血壓和體重
- 與您的提供者和醫療團隊進行溝通
- 治療，包括物理治療、職業治療以及言語治療
- 用於重大疾病管理的和緩治療服務以及用於舒適護理和臨終支援的臨終關懷護理
- 行為健康服務，包含心理健康服務和物質使用障礙治療
- 案例管理
- 協助備餐和進食
- 協助處理家事，像是洗衣、打掃房間、購買雜貨和一般事務
- 陪伴和社會化
- 照顧者支援

在專門護理設施內的服務

有一些人會有高度的護理需求，並且需要在設施中提供全天候的專業護理。這類護理有三種常見類型的設施：

專業護理設施（SNF）	有些人在住院後需要熟練的護理。這種類型的設施又稱為 SNF。 SNF 也稱為療養院，可提供短期護理（最長達 100 天）。短期復健患者通常是與長期停留住民（即 SNF 的住民）分開。 服務項目包括專業護理、醫師監督、物理治療、職業治療、語言治療、社會服務、膳食、飲食諮詢、醫療監測、口服和靜脈注射藥物、傷口護理，以及管理在該設施內使用的醫療用品與設備。 在 SNF 中，您將每天平均接受一到兩個小時的一種或多種療法。
住院復健設施（IRF）	有些人在住院後需要前往入住復健設施。這種設施又稱為 IRF。 IRF 是提供強化復健治療、醫師監督及護理的醫療照護機構，而由醫師、護士和治療師協調護理。 服務項目包括物理治療、呼吸治療、職業治療、言語病理學、護理服務、藥物監測，以及管理其他服務與用品。 IRF 中的每日復健治療量比起 SNF 更強力。在 IRF 中，您每天將接受至少三個小時的治療，一週最多達六天。
長期急性護理醫院（LTACH）	與前往 SNF 及 IRF 的患者相較，長期急性護理醫院是為有更複雜需要的病患提供服務。他們需要更長的住院時間（通常超過 25 天），並且需要長時間的高度專業化護理。這種類型的設施又稱為 LTACH。 使用像是協助您呼吸的機器的生命維持設備，或者是需要全天候醫療及護理管理的患者，可能會在住院之後轉診至 LTACH。 LTACH 提供比 SNF 更高層級的護理，並且專門治療可能具有一種以上嚴重狀況的患者。 服務項目包括住院醫院服務和用品、膳食、護理、住院期間管理的藥物、復健服務、疼痛管理以及強化呼吸治療。

行為健康狀況設施內的服務 行為健康狀況包括心理健康和/或物質使用障礙狀況。雖然本指南並不涵蓋為具有行為健康狀況的民眾提供急性期後護理的設施範圍，您應該要知道對於有行為健康問題的人士而言是有基於設施的護理選項。兩個範例如下：

住宅處理設施可能適合於個人解決心理健康和/或物質使用障礙的需求。要進一步瞭解您的基於設施或基於社區的選項，您應諮詢您的提供者及專家。

部分醫院計劃每天運作六個小時，通常作為「降級」計劃以供協助促進適時出院。這可能適合那些試圖應對精神問題的個人，像是情緒障礙、焦慮和創傷後壓力障礙。這個計劃亦可協助那些同時出現物質使用障礙問題的人士。個人在住院精神科醫院停留之後參加部分住院計劃，或者是防止需要住院的症狀出現進一步惡化。

和緩護理

根據「推進和緩護理中心（CAPC）」，和緩護理是「為罹患嚴重疾病的人士提供的專業醫療護理。這種護理的重點是緩解疾病的症狀與壓力。目標在於提高患者及家人的生活品質。」

和緩護理服務可以隨時提供。和緩護理是以個人的需要為基礎。護理計劃可能聚焦於一或多個目標，包含：

- 管理症狀，包括治療的副作用；以及
- 改善對於疾病及其進展的瞭解。

和緩護理可與治癒性治療一起提供，而且並不依賴於預後。

瞭解和緩護理：和緩護理可提高生活品質並且減少症狀負擔。

「和緩護理專家改善了需求最複雜的患者的生活品質。和緩護理團隊可與主要護理醫師合作來提供：
(1) 時間以投入密集的家庭會議和患者/家庭諮詢；
(2) 對於未來的期望進行熟練的溝通，藉以確保護理與患者和家人的目標和優先事項相匹配；
(3) 複雜的身體與情緒症狀的專家管理，包含複雜的疼痛、憂鬱、焦慮、疲勞、呼吸短促、便秘、噁心、食慾不振和睡眠困難；以及
(4) 在所有提供者之間並且於所有環境中進行協調和溝通護理計劃。」
來源：推展和緩護理中心（CAPC）。

臨終關懷服務

當無法治癒時，臨終關懷護理的目的是要在治療整個人，而不僅僅是疾病。臨終關懷是由一組醫療專業人員所提供以個人及家庭為中心的護理，他們與患者及家人一同設計與實行針對患者診斷的獨一性護理計劃。患者的意願始終是最優先。此外，臨終關懷提供與絕症相關的所有藥品、服務與設備。這是一種護理哲學，專注於生活與人的品質 – 身體、心智及精神。

大多數患者會在家中接受臨終關懷護理，但是也可以在獨立的臨終關懷設施、醫院、SNF 與其他像是輔助生活住宅的護理設施內提供臨終關懷護理。

臨終關懷護理提供：

- 根據患者的需要及願望提供專業的護理和醫療護理、疼痛管理以及情感和精神支持
- 支持患者的家屬
- 關愛，不是治癒

瞭解臨終關懷護理：臨終關懷護理的層級和場所

所需要的臨終關懷護理的類型以及數量或層級會因患者和病情而異。假如您或您的親人正在探索臨終關懷護理的選擇，那麼最好與您的主要保健提供者討論以瞭解可能有哪些選擇。需要注意的是，並非所有保險公司都涵蓋所有選項；建議您諮詢您的健康保險公司或 Medicare，以確保推薦的臨終關懷護理服務得到承保。「國家臨終關懷與和緩護理組織」是開始探索臨終關懷選擇並且在您或親人附近尋找護理的絕佳資源：

https://www.nhpco.org/.

常規臨終關懷護理：	這個級別的護理是最常見的臨終關懷護理層級。藉由這種類型的護理，個人通常選擇在家中接受臨終關懷護理。
持續家庭護理（CHC）	這種級別的護理每天提供 8 到 24 小時以利控制疼痛和其他急性醫學症狀。CHC 服務必須以護理為主，輔以護理人員和臨終關懷協助服務。CHC 服務目的是讓患者在與疼痛或症狀相關的危機期間留在家中。
住院暫托護理（IRC）	這個級別的護理能夠為患者的主要看護人員提供暫時的緩解。暫托護理是在醫院、臨終關懷機構或長期護理機構內提供，並且配備有足夠的 24 小時護理人員。
一般住院護理（GIP）	這個級別的護理是為疼痛控制或其他急性症狀管理所提供。當其他的症狀管理努力已不足夠時，就開始 GIP。GIP 可在獲得 Medicare 認證的醫院、臨終關懷住院設施或是擁有全天 24 小時提供直接患者護理的註冊護士的護理機構內提供。這是一種短期性的益處。一旦症狀得到控制，目標是讓患者恢復到先前設置。

步驟 3 - 聯絡您的健康保險公司或健康計劃

瞭解您的健康保險涵蓋項目的最佳方式是聯絡您的健康計劃客戶服務人員或健康保險公司。多數的健康保險公司將支付急性期後護理費用，但是健康保險公司的承保範圍則有所差異。如果您有個案經理，那麼他們可能會協助您進行這個程序。

務必要查看您的健康計劃以檢視關於您的承保範圍與福利的細節。按照您的醫療保健需要來詢問您計劃的承保範圍。詢問您的計劃哪些服務不納入承保以及您可能需支付的費用。

假如您從醫院返家，您將需要與您的健康計劃密切合作來確保滿足您的需求。您可能也需要幫助爬樓梯、購買雜貨或是照料您的寵物。

健康保險承保範圍

健康保險公司的承保範圍會有所不同。

- Medicare，包括 Original Medicare 和 Medicare Advantage
- MassHealth，包括管理式護理和整合性護理計劃
- 商業（健康計劃是由雇主提供）
- Tricare（軍人福利）
- 退伍軍人福利管理局

向您的健康保險公司或健康計劃詢問的問題

用一些時間向您的健康保險公司或健康計劃詢問這些類型的問題。

- 我的急性期後護理承保範圍是什麼？
- 我的在家中護理承保範圍是什麼？
- 我在設施內護理承保範圍是什麼？
- 我的承保範圍是否會限制我能夠前往
- 哪些設施？
- 這些服務將花費我多少錢？
- 這項服務的承保範圍是否有任何限制？
- 保險支付這項服務的期間上是否有任何
- 限制？

MASSHEALTH 及 MEDICARE 對於急性期後護理的承保範圍

- **MassHealth** 在一些計劃下，比起其他保險公司能夠更彈性地提供在家中護理和服務。例如，假使您是透過 MassHealth One Care 計劃加入 One Care 計劃、透過 Senior Care Options（SCO）計劃加入計劃，或是透過「老年人全納入護理計劃（PACE）」加入 PACE 計劃，那麼您可能有保險承保以供在家中接受您的急症後護理需求。您也需要向您的 MassHealth 保險公司和/或健康計劃詢問他們有簽約的設施清單。
- **Medicare** 提供 Medicare Advantage（MA）健康計劃，其中包含比傳統 Medicare 更具彈性的服務項目。假如您是加入 Medicare Advantage 計劃，那麼您可能有較多的護理選擇，像是家庭支援和交通援助；但是，Medicare Advantage 計劃在其他服務的承保範圍內則可能會受到較多的限制，像是住院復健設施。

在 MASSHEALTH 下對於行為健康的承保範圍

據專家指出，對於有行為健康需要（包含心理健康及物質使用）的人來說，急性期後承保範圍極為重要。您亦需向您的保險公司和/或健康計劃詢問與他們簽約的設施清單。

例如，許多在 MassHealth 下的人可能有資格透過「麻薩諸塞州行為健康夥伴關係 (MBHP)」接受急性期後護理行為健康服務。MBHP 在多種設定環境中管理各種服務來滿足患者的需求並且推廣復健、恢復與復原的原則。服務項目包括門診心理健康服務、門診物質使用障礙服務、緊急服務和住院服務。

請前往首頁以進一步瞭解：

https://www.masspartnership.com/pcc/BehavioralHealthResources.asp

步驟 4：進一步瞭解您的提供者

安全

詢問您的提供者以進一步瞭解關於他們的安全協定、應急準備計劃以及感染控制政策和程序。安全問題和顧慮應該適用於所有類型的提供者，從設施到社區提供者，像是家庭保健提供者。

品質

患者及其家人應收集有關於家庭健康機構和設施品質的資訊（參見底下的資源）。患者亦應瞭解設施如何與主要保健提供者溝通及共享重要資訊。

患者應查閱以下的資源列表。然需注意這份資源清單並非全面性。關於提供者品質的資訊在本質上為有限。

方便

患者應考量到旅行時間以及該設施對家人探訪的便利程度。患者及家屬應詢問探視時間與政策以及潛在的限制事項。請記得最方便的選擇可能並非總是最佳選擇，這是根據服務的品質、安全及可用性而定。

資源

進一步瞭解關於品質和選擇設施的最佳途徑就是做一點功課。務必要確定您的主要照護提供者或健康保險計劃是否與該機構有隸屬關係或協議。

- 參觀設施並且與住民、家人與工作人員交談 - 如果可能的話
- 觀察設施的清潔程度
- 收集資訊，像是關於品質及離院成功

許多資源能夠協助您進一步瞭解設施或機構的品質。

五星級療養院品質評級系統。

「Medicare 及 Medicaid 服務中心 (CMS)」擁有五星級療養院品質評級系統。這個系統對於護理設施提供以下評級：(1) 健康檢查，這是基於州健康檢查調查的結果；(2) 人員配備，這是基於比較人員配備水準；以及 (3) 品質，這是基於住民級別護理措施的品質。療養院是依據它們彼此之間的比較來獲得評級。療養院也獲得了從 1 到 5 的總體星級評量（5 為最高分）。總體評級反映出療養院在三項資源上的表現：健康檢查、人員配備以及住民護理措施的品質。

關於五星級療養院品質評級系統的更多資訊，請前往：

https://www.medicare.gov/care-compare/?providerT ype=NursingHome&redirect=true

療養院調查績效工具。

麻薩諸塞州公共衛生部開發了「療養院調查績效工具」。這款工具提供有關麻薩諸塞州的個別療養院的資訊作為資源來讓醫療保健正在作出他們的決策的消費者使用。對於這個療養院調查績效工具可在下列位置取得：

https://www.mass.gov/guides/nursing-home-survey- performance-tool

Medicare.gov。尋找醫療保健提供者：比較您週遭的護理。

尋找您附近的 Medicare 核可的提供者，並且比較醫師、醫院、透析設施、臨終關懷中心等等的護理品質。這個網站含有關於家庭保健機構、專業護理機構、住院復健機構和長期急症護理醫院的資訊。例如，對於住院復健設施，您可以瞭解該設施在幾個關鍵指標上的評分。這些指標包含複雜度、護理結果、感染控制、再入院以及成功返回家庭及社區。

Compare Care 可在下列位置取得：

https://www.medicare.gov/care-compare/

退伍軍人管理局的社區生活中心（CLC）比較報告。

退伍軍人管理局（VA）也開發了對於品質的報告工具。這項工具提供關於療養院所提供的護理品質的資訊。這包含有關與 VA 簽約的 VA 社區生活中心及民營療養院的資訊。VA 的系統稱為 VA 的「社區生活中心（CLC）比較報告」。本報告採用了改編自 Medicare 的五星級評級方法的星級評比系統。CLC 評級是基於健康調查、人員配備和住民護理措施的品質。

VA 的比較報告可在下列位置取得：

https://www.accesstocare.va.gov/CNH/FindCommunityNursingHomes?LocationText=02465&SortOrder=0&Radius=50&UserLatitude=-1&UserLongitude=-1

監察員計劃。

監察員是一個倡導。麻薩諸塞州的監察員服務向老年人提供免費服務，讓他們表達他們的投訴並且解決他們的擔憂，讓他們能夠有尊嚴和尊重地生活。這些計劃是為了向輔助生活住宅、家庭醫療保健機構以及安養院和療養院等等長期護理機構內的個人提供服務。

監察員資訊可在下列網址取得：

https://www.mass.gov/service-details/ombudsman-programs

Mass.gov。用於決定長期護理照護設施及療養院的清單。

有些人需要長期停留。這個網站包含許多有所助益的問題和指引。

這些清單可在下列位置取得：

https://www.mass.gov/info-details/checklists-for-deciding-on-a-long-term-care-nursing-facility-and-rest-home

行為健康和相關社會服務資源

麻薩諸塞州護理網路是一個可搜尋的線上集合，含有超過 5,500 項行為健康及相關的社會服務。它具有與能夠助您一臂之力的人士進行聯繫的鏈接，以及 MassHealth、心理健康部、補充營養輔助計劃（SNAP）福利等的申請。也包括一個含有 30,000 件物品的圖書館以利提升健康素養和福祉。

護理網路可在下列網址取得：

https://massachusetts.networkofcare.org/mh/index.aspx

當為短期復健入住而選擇療養院時要訊問的範例問題

- 設施在檢查報告上的評分高嗎？
- 服務已獲得許可或認可嗎？
- 他們識別出哪些需要改善的領域？
- 採取了哪些類型的感染控制措施？
- 這個場所是否乾淨且維護良好？
- 建築物在室內和室外是否無障礙？
- 設施是否進行患者/家庭滿意度調查？
- 提供哪些專業服務？
- 患者接受多少治療？
- 工作人員與患者的比例是多少？
- 哪些類型的治療團隊成員將積極參與我的康復？
- 從醫院到復健設施的轉移可以期待什麼？
- 您應該攜帶哪些物品以及提供什麼？
- 家庭成員如何參與護理計劃會議？
- 如果在入住後需要，幫助建立家庭服務的程序是什麼？
- 患者接受多少治療？

當選擇家庭護理機構時要詢問的範例問題

- 該機構是否有描述其服務、費用和帳務的文獻？
  若是，他們會向您寄送副本嗎？
- 該機構是否與客戶合作製作書面護理計劃或服務契約？
  若是，該計劃多久更新一次？
- 該機構是直接雇用其工作者或者他們是獨立承包商？
  （他們應該是直接雇用。）
- 該機構是否為他們的工作者支付工人賠償保險及薪資稅？
- 該機構是否提供客戶和家庭權利的書面清單？
- 若有需要，該機構提供口譯服務嗎？
- 該機構如何篩选和評估其員工？
- 護理人員、主管和後備人員是否能夠全年無休召用？
- 該機構如何調查投訴及/或解決其員工與客戶之間的衝突？
- 該機構能夠以文件證明其持有專業和一般責任保險嗎？
- 該機構提供一份當地的參考資料清單嗎？

步驟 5 - 做出適合您的選擇

患者及家屬尋找急性期後護理的六個祕訣

秘訣 1. 確保您的護理計劃符合您的目標。您需要將您的個人目標與需求告訴您的醫療照護團隊，藉以讓他們瞭解什麼對您來說很重要。您的醫療照護團隊包含您的家人以及參與您護理的護理提供者。這可能包括您的主要保健提供者、您的專科醫生、個案經理或是您的健康計劃中的護理協調員。他們能夠透過討論與您的目標齊一的選項來協助您。

秘訣 2. 收集有關於健康保險範圍和費用的資訊。您需要利用您保險卡上的號碼來聯絡您的健康計劃或醫療保險公司。您需要獲知依不同的護理選項您的自付費用是多少。

秘訣 3. 收集有關於您的提供者選項的資訊。您將希望使用受信任的本地、州和聯邦資訊來源以瞭解服務提供商的品質和安全。本指南中有一些資源可幫助您尋找這些資訊。

秘訣 4. 對於任何照護轉銜，請某人成為您的「耳目」。若可能，請納入能夠作為您護理夥伴的人士。在從一個環境轉移到另一個環境期間，您可能需要一位值得信賴的家人或朋友陪伴您。當您從一個環境轉移到另一個環境時，這位人士能夠追蹤文書作業、出院指示或其他通訊。

秘訣 5. 尋求答案。不要害怕提出問題。有些資訊對您來說可能是全新的。這些資訊可能令人困惑。確保您的醫療保健專業人員提供關於您的急性期後護理計劃和後續需要的明確資訊及說明。

秘訣 6. 指定醫療保健代理人並且完成預先指令。為您的未來護理進行計劃也可以包含對意外狀況的計劃。如果您還沒有如此做，建議每個人都有一個「健康護理代理人」，以便在您沒有能力這樣做時能夠對於您的護理做出決定。假如您或您的家庭成員罹患嚴重的晚期疾病或身體虛弱，成年人能夠選擇與您的醫師、執業護士或醫生助理一起填寫一份 MOLST 表格（生命維持治療的醫療指令）。與您的臨床醫生討論您的預後、治療方案以及您想要/不想要的護理。您的臨床醫師會將您的選擇轉移到 MOLST 表格，而所有護理環境中的每位臨床醫師都會遵循。Honoring Choices MA 為成人、家庭與護理人員提供最新的醫療保健計劃資訊、免費的麻薩諸塞州計劃文件以及許多資源。它的社區合作夥伴網路亦能幫助您與社區中的護理建立聯繫。

支援患者的主要社區組織

麻薩諸塞州有許多類型的社區組織可以協助您康復。

老年服務接取點 (ASAP) 提供以下的直接及保護服務：資訊及轉介；跨學科案例管理；攝入和評估；製作及實施服務計劃；監控服務計劃；重新評估需求；以及對於年長者虐待和忽視的調查。

更多資訊請前往：

https://www.mass.gov/service-details/aging-services-access-points-asap

註：有一些「老齡化地區機構（AAA）」 也是 ASAP。 AAA 辦事處為 60 歲及以上的麻薩諸塞州居民提供許多不同的服務。AAA 能夠在營養、護理人員支援、援助計劃及轉介、監察員援助、保險諮詢甚至於交通方面提供協助與指導。

獨立生活中心 (ILC) 為私立、非營利且由消費者控制的組織，為各類殘障人士提供服務和宣導。他們創造機會並且幫助您在家庭或社區中達到最大程度的獨立生活。

更多資訊請前往：

https://www.mass.gov/independent-living-centers
https://www.mass.gov/service-details/independent-living-centers

復原學習社群 (RLC) 是由消費者運作的自助/同伴支援、資訊和轉介、宣傳以及培訓活動網路。在復原概念和工具、宣傳論壇以及社交和娛樂活動方面的培訓都是 RLC 業務運作的一部分。對於所有罹患嚴重精神疾病的個人都是大門敞開。RLC 與心理健康提供者、其他的人類服務機構及整個社區合作，藉以達成社區融合與尊重有心理健康問題的人士的使命。RLC 活動係經設計為吸引社區中的各方群眾，包括所有種族和民族背景的人們，以及各種殘障人士。RLC 為所有人服務。

更多資訊請前往：

https://www.mass.gov/service-details/recovery-learning-communities

麻薩諸塞州會所聯盟 (MCC)。 麻薩諸塞州會所聯盟致力於為患有精神疾病的麻薩諸塞州居民提供就業、住房、教育、社交和領導機會。MCC 的成立是為了維護及促進國際會所模式的價值觀、原則和財務誠信，藉以強化有心理健康需要的人士的能力。而為此目的，MCC 將採取行動、倡導、提供支援，並且提供機會以建立聯繫並教導自己和社區，同時以一個組織方式來盡力消除對於成功融入社區的障礙。麻薩諸塞州會所聯盟致力於協助會所及個別的會所成員充分發揮其完整潛力。

有關會所的進一步資訊：

https://www.massclubs.org/massachusetts-clubhouses
https://www.massclubs.org/contact

第 3 節 -有幫助的資源

社區組織

老年服務接取點 (ASAP)

http://masshomecare.info/wp/wp-content/uploads/downloads/2015/03/ASAP-AAAs-by-City-Town-2014-10-14.pdf https://www.mass.gov/service-details/aging-services-access-points-asap

ASAP 提供以下的直接及保護服務：資訊及轉介；跨學科案例管理；攝入和評估；製作及實施服務計劃；監控服務計劃；重新評估需求；以及對於年長者虐待和忽視的調查。

獨立生活中心 (ILC)

https://www.mass.gov/independent-living-centers

假如您是殘障人士，那麼獨立生活中心（ILC）可以幫助您獨自生活或者在與他人同住時較為獨立。

復原學習社群 (RLC)

https://www.mass.gov/service-details/recovery-learning-communities

復原學習社群 (RLC) 是由消費者運作的自助/同伴支援、資訊和轉介、宣傳以及培訓活動網路。在復原概念和工具、宣傳論壇以及社交和娛樂活動方面的培訓都是 RLC 業務運作的一部分。

麻薩諸塞州會所聯盟 (MCC)

https://www.massclubs.org/massachusetts-clubhouses

MCC 致力於幫助患有嚴重精神疾病的成年人在社區中過著充實、有成果且穩定的生活。擁有 32 個以社區為基礎的職業和社會康復中心，稱為「會所」。MCC 的會員資格是發授給獲得「國際會所發展中心 (ICCD)」認證的會所（以及其會員和員工），俾確保這些康復中心提供的服務品質。

麻州尊重選擇

https://www.honoringchoicesmass.com/

「麻州尊重選擇 (Honoring Choices Massachusetts)」 是一個以消費者為導向的非營利組織，專注於每個成年人的權利以指導他們的醫療保健選擇，並且訂定計劃以在他們的一生中尊重他們的價值觀及選擇。

專業組織

行為保健協會（ABH）

https://www.abhmass.org/

行為保健協會促進及倡導以社區為基礎的心理健康和癮治療服務。

麻薩諸塞州家庭護理聯盟（麻薩諸塞州 HCA）

https://www.thinkhomecare.org/page/about

該聯盟提供可依地理或服務來搜尋的家庭健康和家庭護理機構的廣泛清單。這是一個家庭護理機構的產業協會，提倡將家庭護理作為醫療保健服務系統的一個組成部分；它為會員提供必要及適時的資訊與學習機會。

麻薩諸塞州臨終關懷及緩和護理聯合會（HPCFM）

https://www.hospicefed.org/

這是一個臨終關懷及和緩護理提供者的專業會員組織。這個聯合會為患者和家屬提供資源和轉介。

麻薩諸塞州 LeadingAge

https://www.leadingagema.org/

這是一個會員組織，支援提供工具、資源及宣傳的非營利性高齡服務提供者
並且對會員進行教育。此外，麻薩諸塞州的 LeadingAge 為消費者提供資訊與資源。

麻薩諸塞州行為健康系統協會（MABHS）

https://www.mabhs.org/contact.htm

麻薩諸塞州行為健康系統協會（MABHS）是麻薩諸塞州唯一一個其中心任務是聚焦於住院精神病及藥物使用問題的行業協會。MABHS 最初是於 1989 年由獨立的精神病醫院創立，多年來不斷發展成長，如今在全州範圍內，從伯克希爾到科德角，擁有 47 家住院設施。其會員機構擁有 2,000 多張床位，並且每年接納 50,000 多名患者。

麻薩諸塞州輔助生活協會

https://www.mass-ala.org/

這是一個行業協會，代表麻薩諸塞州的輔助生活社群提供資訊、教育與倡導。

麻薩諸塞州健康與醫院協會（MHA）

https://www.mhalink.org/

麻薩諸塞州健康與醫院協會的使命是藉由擔任麻薩諸塞州所有的醫院、醫療護理系統和其他護理提供者的主要代言人來促進個人及社區的健康，以便協助他們提供高品質、具有成本效益以及可取用的健康醫護資源。

麻薩諸塞州高齡護理協會

https://www.maseniorcare.org/about-massachusetts-senior-care-association

這是一個會員組織，代表了滿足老年人和殘障人士需求的各種提供者及服務。除了為護理提供者提供宣傳及教育計劃外，該協會也為消費者提供資訊與轉介服務。

麻薩諸塞州成癮戒護組織（MOAR）

https://www.moar-recovery.org/resources

這是一個為自酒精及其他癮症中復原的個人、家庭和友人提供支援的組織。

保險範圍

MassHealth

https://www.mass.gov/topics/masshealth

MassHealth 能夠向 MassHealth 申請人、會員及提供者提供關於 Medicaid、CHIP 以及長期護理保險的資訊。

MassHealth 責任護理組織（ACO）及管理式護理組織（MCO）

https://www.mass.gov/service-details/full-list-of-masshealth-acos-and-mcos

這個網站列出所有的 MassHealth ACO 和 MCO。

MassHealth 長期服務與支援（LTSS）

https://www.mass.gov/doc/powerpoint-an-introduction-to-masshealth-long-term-services-and-supports-for-acos- mcos-cps/download

這份指南藉由 MassHealth 為 ACO 內的提供者提供關於州 LTSS 及其他承保服務範圍的基本資訊。

MassHealth 一併照護計劃

https://www.mass.gov/one-care

這個「一併照護（One Care）」計劃是一種將您的 MassHealth 及 Medicare 福利結合在一起的方式。一併照護提供當您在 MassHealth 和 Medicare 福利分開時無法獲得的服務。藉由一併照護，您會有一份計劃、一張卡片及一位工作者來協調您的護理。

MassHealth 高齡護理選項（SCO）

https://www.mass.gov/senior-care-options-sco

高齡護理選項（SCO）是一項廣泛的健康計劃，涵蓋通常是透過 Medicare 和 MassHealth 來支付的所有服務。該計劃是藉由高齡護理組織及其提供者網路來向會員提供服務。這會藉由協調護理和專業的老年支援服務，並連同為家庭和護理人員提供臨時護理，來合併健康服務與社會支援服務。與傳統的按服務收費護理相比較，SCO 能夠向符合條件的會員提供顯著優點。註冊會員無需支付共付額。

MassHealth 全包式老年護理計劃（PACE）

https://www.mass.gov/program-of-all-inclusive-care-for-the-elderly-pace

這份全包式老年護理計劃（PACE）是由 MassHealth 和 Medicare 管理，為符合條件的參與者提供範圍廣泛的醫療、社交、娛樂及健康服務。您無需加入 MassHealth 即可註冊 PACE。然而，假使您符合收入和資產準則，那麼您可能有資格獲得 MassHealth，並且 MassHealth 可能會支付您的 PACE 保費。

Medicare 保險範圍

https://www.medicare.gov/your-medicare-costs/medicare-costs-at-a-glance 這個網站包含關於 Medicare 費用、承保範圍及計劃的資訊。

Medicare 臨終關懷福利

https://www.medicare.gov/Pubs/pdf/02154-medicare-hospice-benefits.pdf

該網站含有 Medicare 及 Medicaid 服務中心關於 Medicare 臨終關懷福利的官方手冊，其中包含資格、服務以及當地的臨終關懷提供者。

Medicare 心理健康資源

https://www.cms.gov/files/document/medicare-mental-health.pdf

該網站含有 Medicare 及 Medicaid 服務中心關於 Medicare 心理健康福利的小冊子，其中包含承保服務、住院與門診治療選項以及鴉片類藥物使用障礙治療計劃。

處方藥協助

https://www.mass.gov/prescription-drug-assistance

處方優勢（Prescription Advantage）是一項由國家資助且針對於老年人及殘障人士的處方藥計劃。它提供財政援助以降低處方藥成本並且填補承保範圍的漏洞。

SHINE 計劃（健康保險諮詢）

https://www.mass.gov/health-insurance-counseling

這項計劃向擁有 Medicare 的麻薩諸塞州居民及其護理人員提供免費的 Medicare 健康保險資訊、諮詢與教育。

狀況

匿名戒酒會（AA）

https://alcoholicsanonymous.com/aa-meetings/massachusetts/

麻薩諸塞州 AA 是一個全州範圍的復原資源，致力於支援麻薩諸塞州的民眾。麻薩諸塞州 AA 協助與酗酒對抗的民眾能夠在當地尋找到他們需要的幫助。各個郡或市都有 AA 會議，以幫助人們採取下一步措施來克服酒癮。

物質成癮服務局（BSAS）

https://www.mass.gov/orgs/bureau-of-substance-addiction-services

BSAS 監督全州範圍內為受賭博和藥物成癮影響的個人、家庭及社區
提供的預防、干涉、治療和康復支援服務系統。

腦部損傷協會

http://www.biama.org/

麻薩諸塞州腦部損傷協會為存活者、家屬和醫療專業人員提供有關於腦部損傷的支援、資訊與資源。

COVID-19 資源

https://www.mass.gov/guides/resources-during-covid-19

麻薩諸塞州總檢察長辦公室提供關於工作場所安全和權利、醫療保健和保險以及住屋保護的
指導及免費熱線電話。

求助熱線 物質使用障礙治療熱線

https://helplinema.org/contact-us/

求助熱線是唯一的全州公共資源，可用於尋找獲得執照且經核准的物質使用治療及
復原服務。 1-800-327-5050

宣傳與法律

公共代表中心（CPR）

https://www.centerforpublicrep.org/

CPR 致力於執行並擴展殘障人士和其他處於分隔環境中的民眾的權利。CPR 運用法律策略、宣傳及政策來設計與實行系統性改革倡議，藉此促進他們的整合性以及充分的社區參與。CPR 在州、國內及國際層面上運作，致力於在其所有活動中展現平等、多樣性和社會正義。

殘疾法律中心（DLC）

https://www.dlc-ma.org/

殘疾法律中心（DLC）是麻薩諸塞州經聯邦授權的保護和宣傳（P&A）機構。P&A 系統是一個全國性的殘障人士權利機構網路，其調查虐待及忽視行為，並且為殘障人士提供法律代表與其他宣傳服務。為協助 P&A 系統達成其任務，國會授予他們廣泛的訪問權限。

全民醫療保健 （HCFA）

https://hcfama.org/

「全民醫療保健」倡導麻薩諸塞州的健康正義，致力於促進健康公平並且確保眾人皆享醫療保健服務。

健康法律倡導（HLA）

https://www.healthlawadvocates.org/

健康法律倡導（HLA）是一家 501(c)(3) 公益律師事務所，其任務是為難以獲得或支付所需醫療服務的低收入居民提供無償法律代表。HLA 致力於確保在麻薩諸塞州普遍地取得高品質的醫療保健，尤其是針對於因像是種族、性別、殘疾、年齡或是地理位置等等因素之故而承受高風險的民眾。連同其合作夥伴組織「全民醫療保健」，HLA 將法律專業知識合併於基層組織和政策改革，藉以推展全州範圍的全民醫療保健運動。

心理健康法律顧問公司（MHLAC）

https://mhlac.org/what-we-do/

MHLAC 向整個麻薩諸塞州有心理健康問題的人士提供法律及政策宣傳。作為一家國家機構，其核心優先項目是要解決與客戶能夠具有充實和獨立生活的能力最緊密相關的問題。如同其他的法律服務辦事處，MHLAC 專注於消除貧窮，其通常被描述為精神疾病的「社會決定因素」。當客戶被安置在機構環境中時，MHLAC 尋求保護他們以避免經常會導致永久性傷害的虐待處置。

監察員計劃

https://www.mass.gov/service-details/ombudsman-programs

這些計劃協助高齡人士及其護理人員解決與克服療養院、家庭保健機構、MassHealth 資助的家庭護理以及輔助生活社區遭遇到的問題。

Medicare 權利中心

https://www.medicarerights.org/

這是一個 Medicare 資訊及援助的獨立來源，提供諮詢、宣傳與教育，藉以幫助消費者和專業人士獲知並深入瞭解 Medicare。

麻薩諸塞州精神疾病全國聯盟（NAMI）

https://namimass.org/

麻薩諸塞州精神疾病全國聯盟（NAMI Massachusetts）是該州在精神疾病方面的喉舌。NAMI 麻薩諸塞州的任務是要改善經診斷罹患精神疾病的人士及其家人的生活品質。它尋求提高公眾對心理健康狀況的認識及瞭解，並且確保所有受心理健康狀況影響的人士均能適時地獲得所需要的支援。

家長/專業倡導聯盟（PPAL）

https://ppal.net/

家長/專業倡導聯盟（PPAL）是一個全州範圍的家庭組織，專注於透過教育、倡導及協同合作來改善孩童、青少年及家庭的心理健康與福祉。

常見問題（FAQ）

問題 1. 什麼是急性期後護理？

- 對許多人來說，在發生健康事件之後獲得急性期後護理（PAC）非常重要
- 健康事件可能包括疾病、受傷、手術或者住院
- PAC 是「急性期後護理（Post-Acute
- Care）」服務的縮寫，包括家庭健康、專業護理、治療以及復健服務
- PAC 能夠支持您的持續康復、改善您的整體功能，並且優化您的生活品質
- PAC 服務可為您提供舒適護理或臨終護理

問題 2. 關於急性期後護理，我應該知道什麼？

- 重點是在於您在正確的時間以及正確的地點獲得正確的急性期後護理（PAC），藉此滿足您的個人目標和需要以便適應您的生活環境
- PAC 可以在家中、門診診所內，或者像是專業護理機構（SNF）等設施裡提供
- PAC 必須以符合文化要求的方式提供藉以獲得最佳成果
- PAC 服務的密集度與護理類型是有所區別的
- PAC 從一種環境轉遞至另一種環境，例如從醫院返家，是達到最佳成效並且避免再次入院的程序的關鍵部分

問題 3. 健康保險是否涵蓋急性期後護理？

- 瞭解您的健康保險或健康計劃如何涵蓋急性期後護理（PAC）非常重要
- 大多數的健康保險和健康計劃會涵蓋PAC，不過承保範圍則因保險公司而異
- 有些健康保險公司在支付家庭護理費用方面比較具有彈性
- 向您的健康保險公司和/或計劃諮詢以瞭解他們的承保範圍

問題 4. 我如何進一步瞭解關於品質的資訊？

- 瞭解品質很重要
- 要獲知您的供應者的品質可能具有挑戰性
- 向您的醫療團隊、您的健康計劃和您的家人/朋友詢問關於品質的資訊。Care Compare 是一項可供大眾使用的資源，它提供有關護理品質的資訊，以及關於成本與服務容量的其他資訊。請前往：https://www.medicare.gov/care-compare/

問題 5.急性期後護理設施有什麼差別？

- 瞭解急性期後護理（PAC）設施之間的差異很重要
- PAC 設施的差異是在於它們向患者提供的內容
- PAC 設施也專業處理一些狀況 根據您的護理需
- 求和健康保險範圍，您可選擇在家中護理或是在設施護理