

資料書

支援性居處及支援性住宅 (Assisted Living & Supportive Housing)

家和療養院之分別

支援性居處安排場所和其他形式的支援性住宅是特意為那些在日常生活中需要額外幫助但不需要傳統療養院 24 小時全天專業護理的人設計的。

幸運的是，過去二十年來的發展趨勢是生活空間選擇的日趨多樣化，這些生活居所與過去的機構化設施相比更趨家庭化。本資料書對這些可供選擇的生活居所做了綜述，並且在查找資訊和諮詢方面提供指導。這樣做的目的是為您的親人找到一個舒適、安全、合適、負擔得起的生活居所。

離開自己的家，搬進一個有護理的居住場所，其生活方式將發生巨大的變化，這可能會產生很大的壓力。因而只要可能，相關人員應充分討論後再做出決定。此外，家庭成員、社工、個案管理員、出院後規劃員、財務計劃員和心理諮詢師也都會提供幫助，確保個人的需要得以滿足，使整個家庭對搬遷感到滿意。

名稱的含義是什麼？

人們可根據支援性住宅的規模、費用、服務和設施做出不同的選擇。不同的州描述這些生活居所用的術語各不相同。以下表格列出最常見的術語和它們之間的差異：

場所的名稱/類型	特點
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 個人護理中心 ▪ 庇護住宅 ▪ 成人之家 ▪ 居住及護理處 ▪ 家庭護理 ▪ 成人安養中心 ▪ 老年之家 	採用這些名稱的場所比較小（少於 10 人），費用更加低廉。其中很多都設在住宅附近的傳統家庭。一般是公用浴室、臥室和生活空間。
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 居住護理場所 ▪ 支援性居處安排場所 ▪ 成人連合式住宅 	本組的場所是專門為年老體弱者或殘障者設計的住宅，強調獨立和隱私，比較大，也比較昂貴。這類場所大部份提供私人房間或單元住宅，並有較大面積的公共活動和用餐區域。
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 退休者不間斷護理社區 ▪ 生活護理場所 	這些場所通常為大型、綜合性場所，可提供從獨立起居至專業家庭護理範圍內的多種選擇。這些場所是特別為社區內的日常生活護理而設計的。選擇這一類場所是最昂貴的。

此表格僅是一個概括性指南。當您開始選擇生活居所時，就會瞭解您所處的社區內不同生活居所的名稱。本資料書重點介紹**支援性居處安排場所 (assisted living facilities, ALFs)**。

州法規

「支援性居處安排設施」這一術語的定義在不同的州之間有差異。這些相似的生活居所有如此之多的不同名稱，其原因之一就是，每個州

用各自不同的開業許可要求和

服務

支援性居處安排場所至少要提供 24 小時護工，飯廳每天供應 2-3 頓飯菜。其他標準服務項目還包括：

- 家務和洗衣服務
- 提醒服藥和/或協助服藥。
- 幫助「日常生活起居」(ADLs)，包括洗浴、用衛生間、穿衣和進食。
- 交通服務
- 安全服務
- 健康監護
- 護理管理
- 活動和娛樂

管理法規來管理這些生活居所，確保其護理質量。

- 觀察居住者和服務員工的相互關係。
- 與居住者交談。
- 瞭解服務員工接受何種類型的培訓，接受培訓的頻率。

評估清單

很多清單有助於對生活場所進行評估：

- 由消費者協會支援性居處安排場所分部 (CCAL) 出版的《選擇支援性居處安排場所時應考慮的問題清單》。可致電 (703) 841-233 或上網獲得，網址為：www.ccal.org。
- 由全國支援性居處安排場所中心 (NCAL) 出版的《支援性居處安排場所與住宅護理場所消費者指南》。可致電(202) 842-4444 或上網獲得，網址為：www.ncal.org/consumer/thinking.htm。

如何開始

您可以到當地的地區老年機構 (Area Agency on Aging, AAA) 開始尋找所需要的生活場所。您可致電老齡護理查尋 (Eldercare Locator)：(800) 677-1116，獲得地區老年機構的電話號碼。地區老年機構可提供如下服務：

- 您所在區域註冊的生活場所名單。
- 您所在州的開業許可法規。
- 您的長期護理監察官的聯繫資訊。
- 您所在州醫療補助和醫療保險 Medicaid 和 Medicare 的聯繫資訊。
- 在您所在社區的 202 住宅（即為老年人提供的政府補貼住宅）中獲得和聯繫資訊。

選擇生活居所

以下建議有助於您選擇一個安全、舒適和合適的支援性居處安排場所：

- 長遠考慮：居住者的未來需求是什麼？生活居所如何滿足這些需求？
- 是否接納那些有嚴重的認知障礙或嚴重身體殘障的人？
- 支援性居處安排場所是否提供關於護理方法的書面聲明？
- 多次拜訪每一個生活居所，有時可不需通知而去拜訪。
- 可在吃飯時間察看此生活居所、品嚐食品、觀察進餐時間和服務質量。

- 審閱州發放營業許可報告書。消費者報告 (Consumer Reports) 最新研究表明，居住者認為優秀的服務人員、高質量的護理和人與人交流的對象比其環境更為重要。一個適合自己的生活居所，不僅要依靠高質量的護理，而且還依賴於該生活居所的服務和居住理念符合自己的需要和愛好。

除了有能夠滿足需要的服務以外，還有幾方面的內容需加以考慮：

- **財政上**——此場所是否在居住者能夠承受的範圍內？（關於支援性居處安排場所收費的更多資訊，參閱以下「支援性居處的費用」。）
- **規模**——小型的、有較多家庭氣氛的居住及護理場所是否值得您放棄一些更大型住所提供的私人空間？小型公用區域是否連成一個較大區域，提供了更多相互交流的親密空間？
- **設備**——是否有廚房或有限的烹調設備？對那些喜歡烹調的人來說，有個廚房是很重要的。而對那些患有癡呆症的人，有廚房反而增加危險。操作臺、碗櫃和照明開關是否能方便地觸摸到？對那些神志恍惚的人，是否有安全的、封閉的、供其走動的空間？
- **社交活動和娛樂**——是否為居住者安排了他們感興趣的活動？當您訪問此場所時，人們是否很忙碌？是否積極參加活動？居民的精

神或宗教需求能否得到滿足？對那些有認知障礙的人，是否安排了特別活動？

- **位置**——該生活居所是否靠近您家和朋友的家，以便於拜訪？購物中心是否在步行可到達的距離內？
- **氣氛**——居住者是否心情愉快並得到很好的照料？護理人員是否知道居住在此生活居所內的居住者的名字和愛好？護理人員是否詢問您和您的親人的需要和愛好？護理人員是否精神愉悅？居民們是否互相交流？

使用評估清單有助對此生活居所進行評估。和在此居住的居民交談、在一天的不同時間參觀此處、吃飯或過夜，有助於您瞭解此生活居所的真實生活畫面。

支援性居處安排場所某些方面的情況可能不是那麼顯而易見的，但對決定其護理質量和是否適合您同樣重要。應確保如下問題得到解答：

- 員工培訓、資格確認和營業額。
- 接到投訴的處理程式。
- 專業護理政策和床位保留政策（例如：居住者被送到醫院或療養院接受緊急治療，支援性居處安排場所可保留此居住者的居住位置多久）。
- 結帳、入住和保留政策。
- 在該生活居所內更換住房的政策。
- 居住者的權利。

二個值得特別考慮方面是：護理管理和風險管理。此場所是否有能力滿足居住者不斷增長的需求是很重要的。護理管理是指對這些需求（醫療的、功能的、情緒的、社交的需求）進行評估，使之得以滿足的方法。哪些人參與評估居住者的需求？居住者重新評估的頻率？誰負責護理計劃的不斷改進？一些家庭和居住者可能會參加所有這些會對居民的入住、結帳和/或額外的費用有影響的活動。

支援性住宅的全部目的就是向居住者提供盡可能多的獨立性。這種獨立性應和相應的風險相平衡。例如，喜歡烹調的居住者可能忘記關爐子，需要小心照料，以確保此居住者和整個場所的安全。以上的例子是相當簡單的，不同的人對風險有不同的見解。對那些易摔倒但堅決不願用輪椅或不要別人幫助的人來說，能夠自由的獨立走

動，值得冒摔跤的風險。但支援性居處安排場所可能不支持這種觀點。許多場所會要求居住者簽署一份經過協商的書面風險協議。在簽署任何協議之前，最好先請律師審閱一番。不僅居住者的獨立性受風險協議的限定，而且私人空間也會受到影響。通常，居住者要求的服務越多，他所得到的私人空間越少。居住者對獨立性和私人空間的體驗不同，對同樣一件小事的認識可能有巨大差異。例如，能夠鎖門、設定房間內溫度、調

審核支援性居處安排場所的資源

- 要求審閱最近一次執業檢驗報告。
- 與長期護理監察官聯繫，瞭解此支援性居處安排設施最近是否接到投訴。在許多州，監察官現在也負責支援性居處安排場所。
- 與當地的商業改善局聯繫。
- 如果支援性居處安排場所岌岌養院的附屬機構，也要瞭解療養院控有關資訊。
- 有關岌岌養院的資訊可在醫療保險網站獲取，網址為：
www.medicare.gov/nhcompare/home.asp。

換餐桌的座位或有客人過夜都會使居住者體驗到所有權和獨立性。

當您做出選擇時

當您為家人選定生活居所後，一般可以和管理人員一起對入住該生活居所進行預評。為了確定您家人對此生活居所的適應性，此生活居所的工作人員將評估您家人的生活能力、精神狀況和對社會援助服務的需求。您可能會被要求提供一份完整的醫生評估報告。管理人員應對生活居所的規章制度加以解釋，說明所提供的服務並回答您或親屬提出的任何問題。

入住手續將會要求填寫一些表格。其中最重要的是入住或居住協議。請您仔細加以審閱。該協議可能包括下列內容：一份應提供服務的清單，如果有經協商同意的額外服務，尚需列出額外服務清單；費用明細、費率和應付款日期；終止服務、結帳和資金返還政策；行為限制與責任；探訪時間。應特別注意居住者需求發生變更時，此生活居所的相應政策。如果由於身體健康情況惡化或醫療條件的需要不斷增加，要求更高級別的護理，居住者是否會被迫移居到其他地方；此生

活居所是否會處理居住位置的變動或不斷提高護理水平？

支援性居處的付費問題

支援性居處的費用從一年少於 \$10,000 到一年 \$50,000 以上不等。就全國而言，每月平均費用約\$1,800。不同的居住條件、房間大小/類型（例如，公用或私人的）和居住者所要求的服務不同而收費也相應不同。大部份生活居所要求支付每月基本費用，包括租金和公用事業費用。服務的費用是另行支付的。許多生活居所還要求支付一次性入住費。請您確定自己完全理解基本費用所包括的內容，並且實事求是地預計一下可以支付多少額外費用。有些生活居所連幫助居住者進入飯廳也要收費。

支援性居處的費用會隨時間推移而增加。對生活居所而言，每年收費增加 3%—5% 是很正常的。額外服務收取的費用也會隨時間推移而增加。生活居所應告之您關於收費變化的政策。

決定您付費能力的時候，其他其他一些因素也應考慮：

- 是否可從公益計劃中獲得資助？不太寬裕的老人可通過 Medicaid 補助豁免方案獲得一些資助。
- 居住者是否享有承擔支援性居處費用的個人長期護理保險？如果有的話，政策上有哪些限制，對居住者需現金支付的費用有哪些影響？
- 有些生活居所要求居住者在指定的藥房或醫院看病配藥。確定這些醫藥設施是與您家人的健康保險掛鉤的。尤為重要的是，如果涉及 HMO，這就可能意味著需要更換保健醫生。這對那些已由一個醫生照料多年的居住者來說，可能有些困難。
- 如果家庭成員計劃幫助您付費，請確定您已理解法律對居住者接受財政援助的規定。例如，在一些州，家庭成員的援助可能使居住者沒有資格享受 Medicaid 補助所涵蓋的服務（既包括支援性居處安排場所也包括健康保險）。如果州法律允許家庭成員提供援助，捐贈的錢應直接付給生活居所，而不是付給工作人員個人。
- 諮詢資金返還政策。有些生活居所提供試用期，以確保該住所適合居住者需要。務必瞭解關於這一期間的條款規定。

如上所述，對許多人來說，承擔支援性居處相當昂貴。但如果一個人擁有一幢房子，可以利用房屋產權幫助支付支援性居處的費用。一份養老金可抵沖房屋貸款，居住者可每月獲得定期的生活補貼。有很多種房屋產權轉換貸款，屋主可出售房屋產權或根據房屋的價值借款。與商業改善局 (Better Business Bureau) 或其他地區消費團體聯繫，查看貸款人的商業記錄，這是較謹慎的做法。購買養老保險前，可諮詢在地產計劃方面有豐富經驗的律師，確保未來應享有的公共補貼資格不受到損害。

除了考慮居住者的經濟來源，考慮生活居所的經濟來源也是很重要的。對那些有許多空房間的生活居所應提高警惕。生活居所如進行強行推銷，可能意味著他們遇到了財務困難。如果可以的話，向生活居所索要一份最新的年度報表總是明智的做法。

資源

Gaddy, Karen (2000). *Special Care Environments: An Overview of State Laws for Care of Persons with Alzheimer's Disease*. Bifocal: Newsletter of the ABA Commission on Legal Problems of the Elderly, Vol. 21, No. 2. Washington, DC.

Hawes, Rose M. and Phillips, C.D. (1999). *A National Study of Assisted Living for the Frail Elderly: Results of a National Survey of Facilities*. Myers Research Institute, Beachwood, OH.

Lieberman, Trudy and the editors of Consumer Reports (January, 2001). *Is Assisted Living the Right Choice?* Consumer Reports.

Mollica, R. (2000). *State Assisted Living Policy: 2000*. National Academy for State Health Policy, Portland, ME.

Stucki, B. R. and Mulvey, J. (2000). *Can Aging Baby Boomers Avoid the Nursing Home?: Long-Term Care Insurance for Aging in Place*. American Council of Life Insurers, Washington, DC.

推薦讀物

Consumer Reports Complete Guide to Health Services for Seniors 2000 by Trudy Lieberman and the editors of *Consumer Reports*. Published by Three River Press, A Division of Random House, \$19.95. Available by calling 800-500-9760 or on the web at www.consumerreports.org.

Beat the Nursing Home Trap: A Consumer's Guide to Assisted Living & Long-Term Care (3rd Edition) by Joseph L. Mathews. Published by Nolo Press, \$21.95. Available by calling 1-800-728-3555 or on the web at www.NOLO.com.

The Complete Eldercare Planner: Where to Start, Which Questions to Ask, and How to Find Help by Joy Loverde. Published by Time Books, (\$19.95). Available on the web at www.amazon.com and most bookstores.

資源

網址

Seniorresource.com
www.seniorresource.com

Elder Web
www.elderweb.com

組織機構

Family Caregiver Alliance (家庭看護者聯盟)
690 Market Street, Suite 600
San Francisco, CA 94104
(415) 434-3388
(800) 445-8106
電子郵件：info@caregiver.org
網址：www.caregiver.org

家庭看護者聯盟力求通過教育、服務、研究和倡導來幫助提高腦損傷患者的生活質量。

FCA 的全國看護提供中心 (National Center on Caregiving) 提供當前的社會、公眾政策和陪護問題的資訊，並向看護者提供援助，促進私人 and 公眾計劃的發展。

對舊金山灣區居民，FCA 直接對 Alzheimer's (阿爾茨海默) 病、中風、頭部損傷、帕金森氏病和其他危害成年人的癡呆性腦病病人的看護提供家庭支援服務。

Family Caregiver Alliance (家庭看護者聯盟) 與加利福尼亞州的 *Caregiver Resource Center (看護者資源中心)* 合作撰寫。National Academy for State Health Policy (州健康政策國家研究院) 副主任 Robert Mollica 審閱。加州精神健康部 (California Department of Mental Health) 提供贊助。本翻譯由舊金山老人服務辦事處通過美國家庭看護者支持計劃 (National Family Caregiver Support Program) 贊助。2001 年 1 月修訂。© 版權所有。

美國養老院及老年人服務協會 (American Association of Homes and Services for the Aging)

901 E Street NW, Suite 500
Washington, DC 20004-2001
(202) 783-2242
網址：www.aahsa.org

美國老年人居處協會 (American Seniors Housing Association)

5100 Wisconsin Avenue NW, Suite 307
Washington, DC 20016
(202) 237-0900
網址：www.seniorshousing.org

美國支援性居處安排聯盟 (Assisted Living Federation of America)

10300 Eaton Place, Suite 400
Fairfax, VA 22030
(703) 691-8100
網址：www.alfa.org/
電子郵件：info@alfa.org

支援性居處安排消費者集團 (Consumer Consortium on Assisted Living)

PO Box 3375
Arlington, VA 22203
(703) 841-2333
網址：www.ccal.org
電子郵件：Membership@ccal.org

國家支援性居處安排中心 (The National Center for Assisted Living)

1201 "L" Street, N.W.
Washington, D.C. 20005
(202) 842-4444
網址：www.ncal.org