



Chúng tôi có Cần được Trợ giúp Không?

Đôi khi, quý vị cần phải thuê người giúp đỡ từ bên ngoài để đảm bảo chăm sóc sức khỏe tốt nhất cho người thân của mình. Tập sách này mô tả nhiều loại nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc khác nhau. Ngoài ra còn liệt kê các ưu và nhược điểm khi làm việc với các cơ quan hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc độc lập.

Gia đình có thể bắt đầu tiến trình bằng cách thuê một quản lý chăm sóc người cao tuổi (hoặc “người già”). Người này có thể giúp xác định loại chăm sóc nào là cần thiết nhất và sau đó sẽ trợ giúp thu xếp loại chăm sóc đó. Quản lý chăm sóc người cao tuổi là một chuyên gia đã được đào tạo, được cấp giấy chứng nhận và có kinh nghiệm, ký hợp đồng “hưởng lương theo dịch vụ” để hỗ trợ người chăm sóc và cá nhân trong việc ra quyết định. Họ có thể đánh giá các nhu cầu chăm sóc tại nhà, chuẩn bị các kế hoạch ngắn hạn và dài hạn, giúp chọn lựa nhân viên chăm sóc, điều phối hỗ trợ y tế và giám sát các dịch vụ hỗ trợ cũng như cung cấp hướng dẫn về các lựa chọn nhà ở.

Quản lý chăm sóc người cao tuổi là y tá đã đăng ký, nhân viên xã hội được cấp phép hoặc chuyên gia chăm sóc sức khỏe chuyên về sức khỏe và phúc lợi cho người cao tuổi. Quý vị nên tìm một người có trình độ thạc sĩ và giấy chứng nhận chuyên môn. Tìm hiểu thêm tại www.aginglifecare.org.

Ai là Người chăm sóc?

Người chăm sóc là người chịu trách nhiệm chăm sóc một người không thể tự chăm sóc đầy đủ cho chính mình. Họ thường xuyên thực hiện các công việc chăm sóc cá nhân như: tắm, cho ăn và mặc quần áo. Người chăm sóc có thể là thành viên trong gia đình, bạn bè hoặc một cá nhân khác. Tùy theo từng nền văn hóa mà có thể có nhiều thành viên khác nhau trong cộng đồng tham gia vào việc chăm sóc cho một người. Người này thường không được trả lương.



Chăm sóc Người cao tuổi và Hỗ trợ Người chăm sóc

Hiệp hội Alzheimer

Alz.org

Nhận trợ giúp để giải quyết những khó khăn của chứng mất trí và việc chăm sóc. Hiệp hội này cung cấp các chương trình giáo dục miễn phí tại địa phương, tư vấn chăm sóc sức khỏe và các nhóm hỗ trợ.

Đường dây trợ giúp 24 giờ

1-800-272-3900

Connect-A-Ride

connectaride@AccessJCA.org

Tìm hiểu hàng loạt các lựa chọn về phương tiện đi lại tại địa phương. Tổ chức này cung cấp các phương tiện được giám sát chặt chẽ theo tiêu chuẩn cố lỗi vào cho xe lăn.

301-738-3252

Trung tâm Nguồn lực Người chăm sóc Holy Cross

holycrosshealth.org/caregivers-resource-center

Nếu quý vị đang sống với cha mẹ già hoặc chăm sóc cho người thân hay bạn bè - Trung tâm này cung cấp hỗ trợ, giáo dục, các lời khuyên về sống lành mạnh khi lớn tuổi cũng như giúp giải thích các chẩn đoán và điều trị bệnh.

301-754-7152

Hạt Montgomery ARC - Chăm Sóc Thay phiên

thearcmontgomerycounty.org/what-we-do/respite

Tiếp cận dịch vụ chăm sóc tại gia ngắn hạn có giám sát, tạo điều kiện để những người chăm sóc không lương có thời gian làm các việc vặt, đến các cuộc hẹn cũng như chăm sóc bản thân.

301-816-9647

Nếu quý vị có thắc mắc hoặc cần giới thiệu, hãy gọi:
Dịch vụ Người cao tuổi và Khuyết tật của Hạt Montgomery
240-777-3000

Tập sách này cũng có sẵn ở các định dạng khác. Hãy gọi **240-777-3000** (hoặc Dịch vụ Tiếp âm MD theo số 711) để được trợ giúp.

Montgomery County Health and Human Services
401 Hungerford Drive, Rockville, MD
www.montgomerycountymd.gov/hhs



Hỗ trợ Chăm sóc Người cao tuổi

Các Lựa chọn Khi Tìm kiếm Dịch vụ Chăm sóc Người cao tuổi Tại Nhà



Các loại Nhà cung cấp dịch vụ

Để đảm bảo nhận được dịch vụ chăm sóc người cao tuổi tốt nhất, điều quan trọng là quý vị phải đánh giá mức độ chăm sóc cần thiết và nắm rõ sự khác biệt giữa các nhà cung cấp. Để tiết kiệm chi phí, quý vị có thể cần cân nhắc lựa chọn các nhà cung cấp khác nhau đối với các công việc khác nhau. Ví dụ: một người giúp việc có thể làm các việc vặt trong nhà, một người trợ giúp y tế tại nhà (HHA) có thể cung cấp dịch vụ chăm sóc cá nhân, một kỹ thuật viên dược có chứng nhận (CMT) có thể cho dùng thuốc và cung cấp điều trị tại nhà. Các nhà cung cấp là nhân viên của các cơ quan chăm sóc người cao tuổi được cấp phép hoặc làm việc độc lập.

Chăm sóc Người giúp việc

Hỗ trợ các công việc thường ngày của gia đình và giúp hòa nhập xã hội. Không yêu cầu đào tạo cụ thể.

- Vệ sinh nhà cửa nhẹ nhàng và giặt ủi
- Chuẩn bị bữa ăn và mua sắm
- Hộ tống đến các cuộc hẹn khám
- Bầu bạn



Trợ lý chăm sóc Sức khỏe tại Nhà (HHA)

Trợ lý này có thể trợ giúp các hoạt động cá nhân trong cuộc sống hàng ngày. Được đào tạo và có chứng nhận cho cả hai vai trò là trợ lý điều dưỡng có chứng nhận cũng như trợ lý chăm sóc sức khỏe tại nhà của Bộ Y tế Maryland.

- Cho ăn
- Tắm rửa và chăm sóc răng miệng
- Mặc quần áo
- Trợ giúp đi vệ sinh
- Hỗ trợ luyện tập vận động



Kỹ thuật viên Dược được Chứng nhận (CMT)

CNA/HHA có đào tạo bổ sung được chứng nhận để cho dùng thuốc và cung cấp hỗ trợ điều trị (có y tá đã đăng ký và/hoặc bác sĩ giám sát). Được đào tạo, chứng nhận và đã đăng ký với Bộ Y tế Maryland.

- Dùng thuốc
- Điều trị bệnh mãn tính
- Vật lý trị liệu
- Chăm sóc vết thương



Cơ quan chăm sóc tại nhà hay Nhà cung cấp độc lập?

Khi chọn người cung cấp dịch vụ, quý vị phải quyết định giữa việc tìm kiếm các dịch vụ của một cơ quan chăm sóc sức khỏe tại nhà được cấp phép — trong đó cơ quan này là bên sử dụng lao động của người chăm sóc hoặc thuê một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc độc lập mà quý vị và gia đình của quý vị sẽ là người sử dụng lao động.

1. **Trợ lý của cơ quan chăm sóc tại nhà được cấp phép** (cơ quan là bên sử dụng lao động)
2. **Nhà cung cấp tự do là người làm thuê độc lập** (gia đình/khách hàng là bên sử dụng lao động)

Điều quan trọng là quý vị phải nắm rõ những ưu điểm và nhược điểm khi thuê dịch vụ hỗ trợ tại nhà qua một cơ quan được cấp phép hoặc chọn một nhà cung cấp độc lập.

Cơ quan Chăm sóc tại Nhà (bên sử dụng lao động của nhà cung cấp)

Ưu điểm

- Tuyển dụng nhân viên và giám sát nhà cung cấp
- Nhân viên tiến hành kiểm tra lý lịch, xác minh các nguồn tham khảo và kinh nghiệm làm việc
- Nhân viên điều phối quá trình lên lịch làm việc của nhà cung cấp
- Có thể cung cấp dịch vụ khách hàng 24/7 và nhân viên dự phòng

Cơ quan chịu trách nhiệm về việc trả lương, tất cả các khoản khấu lưu (thuế, an sinh xã hội), bảo hiểm trách nhiệm, bảo đảm uy tín và mọi vấn đề phát sinh qua việc sắp xếp nhà cung cấp

Nhược điểm

- Chi phí cao hơn
- Người khác lựa chọn nhà cung cấp
- Có thể có hạn chế về công việc hoặc yêu cầu số giờ tối thiểu cho mỗi lần đến làm việc

Độc lập (nhà cung cấp tự do)

Ưu điểm

- Thường tính phí thấp hơn theo giờ
- Quý vị có toàn quyền kiểm soát việc lựa chọn nhà cung cấp
- Có thể thương lượng để có một lịch làm việc linh hoạt hơn
- Nhà cung cấp có thể thực hiện các loại công việc đa dạng hơn

Nhược điểm

- Tốn thời gian và công sức để thuê nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc cho người cao tuổi
- Khách hàng/gia đình phải chịu trách nhiệm hoàn toàn cho việc giám sát và kiểm soát
- Khách hàng/gia đình chịu trách nhiệm về việc trả lương, bao gồm cả các khoản thuế tiểu bang và liên bang cũng như an sinh xã hội
- Khách hàng/gia đình chịu trách nhiệm hoàn toàn cho bảo hiểm trách nhiệm và xử lý các vấn đề pháp lý
- Không có nguồn dự phòng khi nhà cung cấp vắng mặt



Đảm bảo An toàn cho Người thân của Quý vị

Nếu quý vị có quan ngại về vấn đề cầu thả, trục lợi tài chính hoặc lạm dụng thể chất/tình dục, hãy gọi cho Dịch vụ Bảo vệ Người trưởng thành theo số **240-777-3000**. Quý vị không cần phải chứng minh rằng việc lạm dụng đang xảy ra, các nhân viên đã qua đào tạo sẽ chịu trách nhiệm điều tra những mối nghi ngờ này. Nếu có người đang ở trong tình trạng bị đe dọa tính mạng hoặc nguy hiểm trực tiếp, hãy gọi **9-1-1**



Hạt Montgomery cũng đã phát hành một tập sách tổng quát trực tuyến:

Hướng dẫn Thuê mướn Nguồn lực Chăm sóc Người cao tuổi Tại Nhà

Để xem, tải xuống và in, hãy truy cập: montgomerycountymd.gov/senior/caregiver.html