

## 辦理復健住院

### 什麼是復健？

您的家人可能因急性（當前的）病症、受傷或手術而住院，現已由醫院轉到復健中心。「復健」是一種治療，其目的是幫助病人恢復因健康受損而喪失的全部或某些行動能力或功能。

復健和醫療之間有很大的差異，會讓您和您的家人感到非常困惑。雖然您家人的病情可能還是很嚴重，需要繼續接受治療，但他（她）在復健過程中必須活動。

您會發現，復健中心的做法和醫院有所不同。您會看到許多病人和治療師都在走廊和治療室中活動。一般來說，您會發現復健中心有一種積極的「運動」氣氛，而不是讓病人躺著休息的地方。

**您的家人在復健過程中必須盡全力配合，而您也有許多責任。**舉例來說，您必須為您的家人提供寬鬆、舒適的衣物，讓他（她）在穿衣和參加療程時都更加容易。您也必須和醫療團隊開會。

許多病人和家屬都會覺得這個轉變令人困惑，尤其病人才剛出院。本指南會提供您一些基本資訊，來幫助您和您的家人了解復健程序。

以下是您必須牢記的五個要點：

1. 復健的目標是幫助病人獨立——也就是說，盡可能學習自理日常生活。
2. 復健的本質是與病人合作，而不是照顧病人。在復健療程中，您的家人必須願意與復健人員合作，而回家之後，他（她）也必須願意配合照護者，或者自己主動進行復健。
3. 病人的慢性（長期）病症（如高血壓或高膽固醇）會在復健期間獲得治療，但那不是他們住進復健中心的原因。
4. 大部份的復健服務只有幾個星期，而不是幾個月。
5. 多數保險公司都承保醫生所指示的復健，但可能會有額外費用產生。

## 復健服務

病人通常會接受兩種或更多種復健服務。其中包括：

- ▶ **物理治療 (PT)**。能幫助在移動、平衡、走路或其他行動方面有困難的病人。物理治療也能幫助那些使用義肢、鞋墊、輪椅、助行器和其他輔助器材的病人。
- ▶ **職能治療 (OT)**。能幫助病人在自我照顧和其他日常活動上變得更加獨立，比如吃飯、更衣、打字和使用電話等等。

- ▶ **言語治療。**能幫助病人重新學習語言技巧，如說話、閱讀和寫字；同時也能幫助有吞嚥困難的病人。
- ▶ **心理諮商 (或簡稱諮商)。**能幫助病人 (有時也包括他們的家屬) 適應因疾病或受傷所造成的生活重大改變。諮商的形式可能是一對一，也可能是團體諮商。

## 從醫院到復健中心到回家

- ▶ **從醫院到復健中心。**醫院的工作人員將告訴復健中心他們為您的家人做了哪些治療和護理。
- ▶ **穿著。**您的家人需要穿著舒適的衣物 (但不是睡袍) 參加療程 (例如物理治療或職能治療)。復健中心不提供這類衣物，所以您必須幫家人從家裡帶來或買新的。請務必在衣服上縫名條，在入院時交給復健中心。記得詢問復健人員如何為家人的衣服縫名條，以及復健中心對穿著的規定。
- ▶ **復健潛能的初次評估。**復健人員將在您家人入院後兩天內進行評估，其中最重要的一項資訊為「復健潛能」。這是指您的家人有可能從復健過程中恢復多少程度的功能 (行動或從事活動的能力)。復健潛能只和當前的病症有關，與任何慢性病 (如糖尿病、關節炎或失智症) 無關。只有當您的家人朝向復健潛能的目標有所進展時，保險公司才會支付復健費用。
- ▶ **開始復健。**您家人的復健時間要依復健中心的類型而定。在復健過程中，工作人員會評估您家人的情況，確保他 (她) 正朝復健潛能的目標進展中。



**返回醫院。**在復健期間，您家人的病情可能有變化，而需要回醫院接受住院治療。

如果發生這種情況，他（她）也許可以再回到復健中心來，或者長期住院復健對他（她）來說可能比較合適。請詢問社工人員或財務部門專人有關復健中心「預留床位」的規定—包括您家人在住院治療期間床位可以保留多久，以及保留床位的費用問題。

- ▶ **照護計畫（團隊）會議。**這場會議將在復健開始後召開。開會的工作人員包括護士、社工人員、營養和復健人員，他們將討論您家人的進展情況。您和您的家人也必須參加。這是您提出問題和反映疑慮的最佳時機。
- ▶ **出院回家。**當復健團隊經過評估，認為病人已經達到穩定期時（此時病人的狀況沒有進展，也不再惡化），病人就必須從復健中心出院。這表示病人的情況應該不會再有任何進展。當您的家人達到穩定期時，復健人員將給您一張書面通知，說明聯邦醫療保險或其他保險的給付將到某個日期為止（通常是發出通知的隔天）。**如果您認為您的家人需要更多時間，請說出來讓工作人員知道。**
- ▶ **當您的家人無法回家時。**雖然您的目標可能是讓家人出院回家，但有時無法如願。有些病人會被轉往專業照護機構的一般長期照護部門，因為他們在家完全無法自理生活。您應該知道會有這種可能情況發生。在轉院之前，您必須事先規劃，並謹慎考慮您家人的需求和您自己的狀況。如果您對於這種轉變有任何顧慮或疑問，請告訴社工人員。
- ▶ **出院後的復健。**許多病人在離開復健中心之後，會繼續進行復健。他們可能成為門診病人，在家裡或社區裡進行復健。許多病人回到熟悉的家之後會感覺更好，進步得更快。

## 影響病人復健進展的因素

再次強調，復健很辛苦。以下列出一些可能影響病人進展的因素：

- ▶ **病人的積極度 ( 病人配合復健的意願 )**。積極度因人而異，這要依病人的病情、復健類型和復健潛能而定。病人的個性也是影響因素之一。有些人喜歡挑戰，但有些人在沒有壓力的時候反而表現的比較好。到底該採取溫和還是強硬的方法，有時很難判斷。讚美絕對有幫助，即使進展緩慢也要多加鼓勵。家庭照護者可以告訴復健人員他們的家人曾經遭受過哪些其他方面的困難，如此將有助於復健。
- ▶ **與治療師的關係**。您的家人可能會和許多位治療師合作。當然，每一位都會有自己的方式。您應該讓每位治療師知道哪一種方式最有效，並要求治療師將這項資訊寫入治療計畫中。
- ▶ **期望**。復健最難的部份之一，就是對病人能夠復原的程度保持實際的期望。有些病人能完全恢復到生病前的狀態，但有些病人只能得到一些改善。您和您的家人必須要調整期望，學習用新的方式來進行日常活動。
- ▶ **情緒**。病人在復健期間可能會有一連串的情緒發生。這些情緒可能來自傷害或疾病本身，對復健和復健潛能的態度，或者對復原所抱的期望。疲累、生氣、氣餒和不知所措都是復健過程中的正常反應。如果您認為這些情緒太過強烈，可能影響到復健的進行，請告訴工作人員。您身為病人的家庭照護者和復健過程中的一員，也會有許多強烈的情緒，需要向別人訴說心事。您可以和社工人員討論這些情緒，或者詢問工作人員誰能幫助您處理這些情緒。

## 家庭照護者可以採取的協助方式

- ▶ **與復健人員建立良好的關係。**與工作人員討論復健計畫的內容。詢問您的家人，了解他（她）對治療的感受。如果您對您家人正在接受的治療有任何疑慮，請儘管說出來。
- ▶ **鼓勵獨立自主。**復健的目的是協助病人盡可能獨立自主。您可以鼓勵您的家人盡量自理日常事務。這是一種關心的表現，而不是不尊重。過度保護不但沒有幫助，反而會阻礙病人的進展。
- ▶ **在您必須知道的事情和您家人希望得到的隱私之間找到平衡。**雖然有些病人希望照護者隨時陪在身邊，但也有人寧可獨自接受治療。與您的家人討論這兩種選項之間最好的平衡點在哪裡。
- ▶ **了解何時探訪以及多久探訪一次最恰當。**您一定想幫忙您的家人，但您也有其他工作和家庭責任。即使只能在晚上探訪，您還是可以和夜間輪班的工作人員討論，或者與工作人員安排其他碰面時間。
- ▶ **想辦法幫忙。**您可以做的事情包括：探望、從家裡帶照片過來、參加照護計畫會議、與工作人員討論出院事宜、參加復健療程、與治療師配合等等。



對於您家人的照護和身體康復而言，復健是個重要部份。要使復健達到最大效果，您和您的家人必須了解復健服務的目標和限制，並且和工作人員密切合作。復健很辛苦，但結果會使一切努力都值得。

## 復健服務付款

保險的承保範圍可能令人困惑。您的家人可能有醫療補助、聯邦醫療保險、私人醫療保險或者這些保險計畫的某種組合。請徹底了解保險公司會支付和不會支付的費用有哪些。我們強烈建議您與您家人的復健中心的財務部門討論，以了解更多詳情。

**以下是一些有關復健付款的基本資訊：**

**醫療補助。**如果您的家人符合一套相關服務類型和服務量的嚴格條件，則醫療補助會支付復健費用。如果您的家人有資格申請醫療補助，但現在還未加入，則復健中心的工作人員能協助您申請。

**聯邦醫療保險。**聯邦醫療保險不一定會支付專業照護機構 (SNF) 所提供的復健服務。若要符合資格，您的家人必須：

- ▶ 需要接受一週七天的專業護理服務，或者一週五天的復健服務。必須由醫生或護理診斷師證明您的家人需要這些服務。
- ▶ 在住進專業照護機構之前三十天內，曾在醫院連續住院三天以上（不含出院當天）。
- ▶ 住進專業照護機構的病因和先前在醫院治療的疾病或傷害相同。
- ▶ 每週接受復健人員的評估至少一次，以了解他（她）是否已經達到復健潛能。**當病人達到復健目標時，聯邦醫療保險就會停止支付復健服務費用。**

聯邦醫療保險使用「給付期間」一詞來定義復健服務的持續時間。以下是一些相關資訊：

- ▶ 給付期間是從您的家人第一天到醫院或專業照護機構住院開始計算，最多 100 天。如果您的家人連續 60 天沒有接受醫院或專業照護機構的服務，則給付期間就會終止。
- ▶ 聯邦醫療保險將評估工作人員對您家人的進展所做的報告，並且在他（她）達到復健潛能時停止支付復健服務費用。所需時間可能不到 100 天。
- ▶ 如果聯邦醫療保險決定不再支付復健服務費用，您可以提出上訴。在此提醒您，到時會需要準備很多文件。如果想知道如何對聯邦醫療保險的某項決定提出上訴，請詢問復健中心的財務部門。
- ▶ 聯邦醫療保險對於病人能有幾個給付期間沒有限制。



- ▶ 當聯邦醫療保險支付復健服務費用時，它會支付頭 20 天的全額費用，以及接下來 80 天的部份費用。您的家人或您必須支付這 80 天中的共保額。這項費用是由聯邦醫療保險認定，而不是復健中心。

**聯邦醫療保險與醫療補助。**有些病人具有「雙重資格」；也就是說，他們同時得到醫療補助和聯邦醫療保險的承保。在這種情況下，醫療補助會支付聯邦醫療保險所不承保的復健服務費用。

**私人醫療保險。**多數醫療保險計畫都按照聯邦醫療保險的原則提供承保，但可能要求對病人做更多經常性的復健潛能評估。當您的家人住進復健中心時，以及在復健治療過程中，請隨時詢問保險公司有關費用方面的規定。

## 其他費用

即使聯邦醫療保險或其他保險支付全部或大部份復健費用，您或您的家人可能還會有其他費用需要支付。其中包括：

- ▶ **私人電話、理髮和其他私人照護服務。**
- ▶ **救護車載送。**雖然聯邦醫療保險或其他保險會支付將您的家人從醫院載送到復健中心的救護車費用，但可能不會支付救護車載往其他地方做其他檢查的費用。
- ▶ **病人達到復健潛能之後的服務。**某些病人需要更多時間來發揮他們的最大潛能。如果聯邦醫療保險或其他醫療保險已經終止給付，您的家人可能就必須轉院。工作人員會評估您家人的情況，了解他（她）需要哪些服務。您或您的家人必須支付保險公司所不承保的費用。這種情況相當普遍，尤其是對於老年人而言。往好的方面想，您的家人仍然朝復健目標進展中。