



Pennsylvania
Department of Aging

最初 **5** 步

父母照护者入门指南

PA CareKit

Joe 和 Eric 的故事

Joe 与儿子 Eric 同住，自 Eric 母亲去世后独自照顾他。Eric 患有唐氏综合症，在咖啡店兼职工作，并与朋友打篮球。Joe 协助处理日常事务，如烹饪、洗衣、账单和医疗保险。他还确保 Eric 按时上班和赴约。在家时，Eric 不愿独处太久，有时连一小时都不行。

最近，Joe 被诊断出患有 COPD，呼吸变得困难。他们的日常散步时间缩短，且 Joe 难以为 Eric 开车见朋友。清洁和帮 Eric 准备工作等家务变得更加困难。管理两人财务和医疗保险也变得力不从心。

确诊后，Joe 一直在思考他和 Eric 的未来。他希望确保若自己无法继续照护，Eric 仍能生活安稳。

PA CareKit 为 Joe 和 Eric 提供了多个机会。Joe 可能未意识到老年服务适用于他，但可通过当地 Area Agency on Aging (AAA) 联系照护经理。作为 55 岁以上照顾残障亲属者，Joe 或符合 Pennsylvania 州 Caregiver Support Program 资格。CSP 可协助福利申请、保险或其他医疗保险表格填写，并为 Eric 提供财务规划。

Joe 或许有资格申请报销个人护理助理的费用，助理可以在工作日早晨协助 Eric，这样 Joe 就能有时间照顾自己的健康。

他的 AAA 照护经理可以帮他联系遗产规划相关的法律服务。Joe 可用重要文件工作表整理关键财务和法律文件，如银行信息和税务记录。照护工作很艰难，但 PA CareKit 提供资源和支持，使其变得容易一些。



照护者资源

地方 Area Agencies on Aging: 您地方的Area Agency on Aging (AAA) 是您社区获取老年服务的门户。您所在地的 AAA 拥有熟练的工作人员，他们可以提供有关服务的信息，并帮助您获取这些服务。在 pa.gov/aging/AAA 找到您当地的 AAA。

成人日间中心: 成人日间中心 (ADC) 为老年人和患有痴呆症或帕金森病等病症的人提供一个安全、有监督的场所。它们提供个人护理、护理、社会服务、活动、膳食和紧急护理。一些中心还提供物理治疗、职业治疗、言语治疗和其他医疗服务。这些中心通过提供一种替代居住式护理机构的方案来支持照护者。在 pa.gov/aging/ADC 找到当地的 ADC。

老年社区中心: 老年社区中心 (SCC) 遍布全州。除了提供营养餐外，中心还提供社交活动、一系列信息性项目、创意艺术、锻炼、志愿者机会、社区服务以及各中心特有的其他特别活动。在 pa.gov/aging/SCC 找到您所在地区的 SCC。

The PA Link to Aging and Disability Resources: PALink 帮助残障人士和老年人找到信息，以连接到他们社区的支持和服务。致电 PALink 800-753-8827 或发送电子邮件至 carelink@pa.gov。在 pa.gov/PALink 了解有关 PALink 的更多信息。

Caregiver Support Program: Pennsylvania 州的 Caregiver Support Program (CSP) 提供资源和援助，以支持照护者并帮助他们与所照护的人保持健康、持续的关系。通过联系您当地的 Area Agency on Aging (AAA) 申请 CSP。在 pa.gov/aging/caregiver 了解更多信息。

有用的可打印文件

工作表和清单可以帮助您和您照护的人保持条理。在 pa.gov/CareKit 找到以下可打印文件。

- 预算工作表
- 照护需求工作表
- 照护者协调工作表
- 照护者决策工作表
- 应急准备工作表
- 生命末期规划工作表
- 葬礼规划工作表
- 家庭健康雇佣工作表
- 家庭安全工作表
- 重要文件工作表
- 当面访问工作表
- 长期护理机构工作表
- 药物和补充剂管理工作表
- 医疗预约工作表
- 老年人住房需求工作表



Aging
Our Way, PA
A Plan for Lifelong Independence

本手册是Pennsylvania州 **“Aging Our Way”** 计划的成果，这是Pennsylvania州的一项十年战略计划，旨在改造基础设施，为我们老龄化进程中的老年人提供支持。

由Pennsylvania州纳税人税款资助。

如需更多照护信息和资源，请在
pa.gov/CareKit 查找 PA CareKit。

