

Руководство по выписке домой из учреждения реабилитации



Лучше всего начать планировать выписку сразу после того, как ваш родственник попал в больницу. Хотя может показаться, что еще рано думать о возвращении домой, планирование даст больше времени для подготовки.

В учреждении реабилитации: Подготовка к выписке

Начиная готовиться к выписке, спросите у доктора, как долго ваш родственник может пробыть в учреждении реабилитации. Во время приема врач или физиотерапевт могут дать вам общую идею об этом. Но они не могут знать заранее, на протяжении какого времени состояние вашего родственника будет улучшаться, а это является требованием по Medicare и другим медицинским страховкам. Как только улучшение останавливается или значительно замедляется, страховая компания перестает оплачивать лечение, что может очень ускорить выписку. Кроме того у страховки могут быть другие ограничения.

После больницы пациенты могут быть направлены:

- ▶ Домой, без необходимости ухода
- ▶ Домой, с необходимостью ухода со стороны лица, ответственного за медицинский уход
- ▶ Домой, с необходимостью ухода со стороны службы по уходу
- ▶ В учреждение долгосрочного ухода (дом престарелых или учреждение для проживания с уходом)

КТО ВХОДИТ В КОМАНДУ ПО ВЫПИСКЕ

Планировать выписку помогает много людей, их называют «командой». В команду входят:

- ▶ **Доктор.** Он или она утверждают решение о выписке.
- ▶ **Медсестра.** Часто это главная медсестра отделения, в котором находится ваш родственник. Она руководит инструктажем относительно лекарств и других вопросов по медицинскому уходу.
- ▶ **Социальный работник.** Этот человек организует выписку и следит за тем, чтобы все происходило в нужное время. Он ответственен за многое во время выписки.
- ▶ **Физиотерапевт или трудовой терапевт.** Он или она ответственны за оценивание прогресса вашего родственника в соответствии с профессиональными стандартами и требованиями медицинской страховки, а также за проведение терапии.
- ▶ **Вы, ответственный за медицинский уход.** Вы, скорее всего, тот, кто лучше всех знает вашего родственника.

Сообщите команде, что вы – ответственный за медицинский уход. Встретьтесь как можно скорее с социальным работником, чтобы поговорить о выписке. Во время беседы следует обсудить:

- ▶ Сколько времени вы можете уделять роли ответственного за медицинский уход
- ▶ Обеспечите ли вы уход полностью или частично
- ▶ Сможете ли продолжать работать на своей работе или должны будете взять отпуск
- ▶ Есть ли у вас проблемы со здоровьем или ограничения, такие как неспособность поднимать тяжелые вещи
- ▶ Есть ли у вас другие обязанности, такие как уход за маленькими детьми
- ▶ Все ваши вопросы и сомнения относительно выполнения роли ответственного за медицинский уход



Ваш родственник не должен покидать учреждения реабилитации до тех пор, пока не будет подготовлен безопасный и адекватный план выписки. Это должен быть отвечающий потребностям вашего родственника план, при выполнении которого вы сможете сделать то, что от вас ожидается.

Помогите подготовиться к выписке

Возможно, вы почувствуете некоторое давление со стороны команды, оказываемое с той целью, чтобы вы скорее забрали своего родственника домой. Ваш родственник тоже может настаивать на том, чтобы вы как можно скорее забрали его домой. Возвращение домой может оказаться лучшим вариантом для всех. Но это должно быть выгодным для вас обоих. Это означает, что дом, куда вернется ваш родственник, должен быть безопасен, должен быть оборудован телефоном и не требовать большого ремонта. Кроме того, это означает необходимость обдумать, как оплачивать уход и сочетать уход за родственником и остальные ваши обязанности.

Здесь нужно многое обдумать. Вам может потребоваться время на то, чтобы обдумать все. **Сообщите команде, если вы не готовы или не можете обеспечивать уход за своим родственником после его выписки. Они попытаются помочь вам решить проблему(ы).**

Обжалуйте решение о выписке (если необходимо)

Иногда учреждение реабилитации принимает план выписки, который вы не желаете принять, с которым вы не согласны или который вы считаете ненадежным. Вы имеете право оспорить (попросить его пересмотра) это решение. По закону учреждение реабилитации должно проинформировать, как подавать заявление на пересмотр решения и объяснить, что произойдет дальше. Проследите, чтобы учреждение реабилитации предоставила вам контактные данные местного отдела Организации по улучшению качества (QIQ), который рассматривает такие апелляции. Список отделов QIQ можно найти на сайте <http://qiosynergy.org/default.aspx?ID=qios>

Часто решение по апелляции принимается в течение одного-двух дней. Если апелляция отклонена, страховая компания не будет оплачивать эти дополнительные дни. Кроме того, в этом случае ваш родственник должен будет покинуть учреждение незамедлительно.

Следующий шаг: Подготовка к возвращению домой

Во время подготовки к возвращению вашего родственника из учреждения реабилитации домой, нужно обдумать многое. Вот некоторые моменты, которые стоит учесть:

Оборудование и материалы

Приобретите все необходимое оборудование и материалы. Узнайте, что предоставляет учреждение или служба по уходу на дому, а что вам нужно приобрести самостоятельно. Вот некоторые вопросы, на которые следует ответить:

- ▶ Понадобится ли моему родственнику трость, инвалидное кресло, приспособление для ходьбы, специальные подушки, поручни и другие вспомогательные приспособления? Кто приспособит их таким образом, чтобы они подходили моему родственнику? Кто обучит моего родственника правильно пользоваться ими?
- ▶ Нужна ли моему родственнику больничная койка, кресло для душа, комод, кислородный бак или другое оборудование? Если да, где я могу достать эти вещи?
- ▶ Какие материалы нужны мне (сменные простыни, одноразовые перчатки и средства для ухода за кожей).
- ▶ Мне предоставит их учреждение или служба по уходу на дому или мне нужно купить их самостоятельно?
- ▶ Если мне нужно купить эти материалы, где я могу их найти?
- ▶ Оплатит ли их страховка моего родственника?
- ▶ У моего родственника дома уже есть такое (или похожее) оборудование. Можно ли его использовать снова?
- ▶ Что делать со старыми лекарствами, оставшимися дома? Оставить их или выбросить? Если выбрасывать, то как сделать это безопасным образом?

Домашнее пространство

Дом вашего родственника должен быть удобен, безопасен и пригоден для медицинского ухода. Спросите у команды, нужно ли вам как-то специально подготовиться. Например:

- ▶ Освободить место для больничной койки или другого большого оборудования.
- ▶ Убрать предметы, которые могут привести к падению, например, ковры и электропровода.
- ▶ Подготовить подходящее место для хранения медицинских препаратов.
- ▶ Подготовить место, чтобы было удобно сидеть рядом с вашим родственником.
- ▶ Найти место для хранения важной информации, такое как доска объявлений, блокнот или ящик стола.

Задачи медицинского ухода

Скорее всего, во время ухода за своим родственником вам нужно будет выполнять ряд задач. Важно знать, как выполнять их правильно. **Постарайтесь узнать об этом как можно больше, пока ваш родственник еще будет находиться в учреждении.** Вы научитесь этому, следя за действиями физиотерапевта или трудового терапевта в то время, как они выполняют эти задачи. Можно попросить их посмотреть за вами, в то время как вы попытаетесь выполнить их самостоятельно.

Иногда персонал реабилитационного учреждения начинает обучать выполнению этих задач только тогда, когда приближается день выписки. Однако это может оказаться не самым подходящим временем, если вы будете чувствовать перегруженность. Узнайте все, что можете, и попросите телефон того, кому можно позвонить в случае, если вам потребуется помощь дома.

Вам могут дать телефон кого-либо из учреждения, медсестры по уходу на дому или другого медицинского специалиста.

Сообщите, если боитесь выполнять какие-то задачи (например, уход за раной) или не можете помочь с личной

гигиеной (например, помогать вашему родственнику принимать душ или ходить в туалет). Некоторые ответственные за медицинский уход спокойно могут менять простыни своему подопечному, а другие чувствуют себя очень неудобно при выполнении такой задачи. Подумайте о том, как будете ощущать себя вы и ваш родственник. **Команде нужно знать, какие задачи вы можете выполнять, а какие нет, чтобы можно было подготовить необходимую помощь.**

Специальные продукты питания

Узнайте у команды, есть ли какие-то продукты, которые вашему родственнику можно или нельзя есть. Это могут быть отдельные продукты питания, например, молоко или мясо, и в целом отдельные виды продуктов, например, очень мягкая еда или жидкости. Если ваш родственник нуждается в особых продуктах питания, постарайтесь купить их до выписки, когда вам проще найти время, чтобы сходить в магазин.

Лекарственные средства

Одной из ваших обязанностей в качестве ответственного по медицинскому уходу может быть организация приема лекарств, когда вам нужно будет следить за тем, чтобы ваш родственник принимал нужное лекарство в нужное время и в нужном количестве. Вот несколько вопросов, которые помогут вам справиться с этой работой:

- ▶ Какие новые лекарства нужно будет принимать вашему родственнику?
- ▶ На протяжении какого времени ему нужно будет принимать новые лекарства?
- ▶ Должно ли это лекарство приниматься во время приема пищи? В определенное время каждый день?
- ▶ Есть ли у этого лекарства какие-либо побочные эффекты?
- ▶ Можно ли его принимать с другими лекарствами?

- ▶ Указано ли это лекарство в *Памятке по приему лекарств* среди других прописанных медицинских препаратов, лекарств, отпускаемых без рецепта, витаминов и травяных добавок, принимаемых моим родственником?
- ▶ Это лекарство я получу в своей аптеке или в больнице?
- ▶ Оплатит ли страховка моего родственника эти лекарства? Если нет, то можно ли найти другие лекарства, которые имеют такое же действие, но стоят дешевле?

Справочник по организации приема лекарств и *Памятка*, которые помогут вам разобраться с информацией о лекарствах, необходимых вашему родственнику, находятся на сайте www.nextstepincare.org

Дома: Предоставление ухода

Знайте, кому позвонить и что сделать

Во время первых дней пребывания вашего родственника дома у вас может возникнуть множество вопросов. Удостоверьтесь, что у вас есть номер телефона социального работника из учреждения реабилитации, а также номер телефона сотрудника из службы по уходу на дому, которая принимает участие в уходе за вашим родственником.

Удостоверьтесь, что знаете все необходимое для ухода за своим родственником. А именно:

- ▶ Если ли какие-либо симптомы, о наличии которых вы должны немедленно сообщить (например, жар, сильная боль, нехватка дыхания). Если вы заметите такие симптомы, кому нужно звонить и что следует делать?
- ▶ Если ли какие-либо ограничения деятельности вашего родственника? Например, может быть так, что ваш родственник не может сам принимать ванну, поднимать тяжелые предметы, подниматься или спускаться по лестнице.

- ▶ Можно ли оставлять вашего родственника одного?
Если нет, что вы должны сделать, если, например, вам нужно идти на работу?

Организируйте дополнительный уход



Вам нужно узнать все о местных ресурсах. Во многих жилых районах вам могут оказать помощь, например:

помочь с транспортировкой или дружеской поддержкой.

Могут найтись волонтеры, которые захотят приходить к вашему родственнику с дружескими визитами.

Это также может быть служба консультирования, группы поддержки и группы временной помощи (отдых от ухода) для ответственных за медицинский уход

По возвращении вашего родственника домой в его лечении могут принять участие один или несколько новых специалистов-медиков. Но даже если новых специалистов нет, **необходимо, чтобы ваш родственник сходил к своему лечащему врачу.**

Вот некоторые вопросы, которые могут у вас возникнуть в связи с этим визитом.

- ▶ К каким врачам должен сходить мой родственник?
- ▶ Кому нужно позвонить, чтобы организовать прием?
- ▶ Где будет проходить прием? В офисе, на дому или где-то еще?
- ▶ Что делать, если я не могу добиться приемов в определенное время?
- ▶ Как лечащий врач моего родственника узнает, что происходило в больнице и в учреждении реабилитации?



Забота о другом – тяжелая работа независимо от того, находится ваш родственник в больнице, в реабилитационном центре, готовится к выписке домой или уже дома. **Вам нужно заботиться не только о своем родственнике, но и о себе.** Уделяйте внимание своим ощущениям и физическому здоровью. Находите время лично для себя, пусть и совсем не много, но каждый день.

Планирование ежедневного ухода

Несмотря на то, что один день не похож на другой, планирование ежедневного ухода вам очень поможет. Планирование означает учет того, какие задачи нужно будет выполнять каждый день, и кто будет их выполнять. Если вы работаете со службой по уходу на дому, узнайте, какие обязанности будут выполнять они, а какие – вы.

Оплата услуг по уходу

В какой-то момент вам придется иметь дело со счетами за лечение вашего родственника. **Внимательно читайте эти счета, удостоверьтесь, что ваш родственник получал все перечисленные в них услуги. Проинформируйте учреждение или страховую компанию в случае возникновения каких-либо проблем.**

Иногда бывает сложно разобраться со всеми счетами, и ответственные за медицинский уход обращаются за помощью к другим родственникам. Возможно, вам также придется разбираться с другими вопросами касательно денег и страховки. Каждый раз во время обсуждения этих вопросов с представителем записывайте, с кем вы говорили и что обсуждали. Если вы услышите, что Medicare или другая страховка не будет оплачивать необходимые услуги, самостоятельно проверьте факты.

Вот как это можно сделать:

- ▶ Поговорите с сотрудниками учреждения, которые планировали выписку вашего родственника. Может быть, они смогут организовать оплату за уход на дому.
- ▶ Позвоните в Программу поддержки по вопросам медицинского страхования вашего штата (SHIP). Контактные данные программ SHIP можно найти на сайте Medicare www.medicare.gov/contacts/static/allStateContacts.asp.
- ▶ Если у вашего родственника есть Medicare, то можно позвонить в Центр по правам Medicare (Medicare Rights Center). Наберите номер 800-800-333-4114 и попросите к телефону специалиста Medicare. Кроме того, можно зайти на сайт www.medicarerights.org.