



“照護者（蘇格蘭）法案簡介”（2016年）



## 致謝

照護者中心感謝以下個人對本指南的開發和製作所做的貢獻：

Anna Ridka（照護者中心法律實習生）

Eliza Corr（照護者中心法律實習生）

溫穗娟（中文翻譯）

精英語言學家公司（烏爾都語翻譯）

MECOPP  
Maritime House  
8 The Shore  
Edinburgh  
EH6 6QN

 **0131 467 2994**

 **info@mecopp.org.uk**

 **www.mecopp.org.uk**

Charity Number: SC029700 Company Number: SC202715



## 介紹

你是否照護一個人，因為他們有身體或精神疾病，殘疾，或因藥物濫用或年長而致的健康問題？您可以是父母，丈夫或妻子，伴侶，兒子或女兒，兄弟或姐妹或好朋友或鄰居。如果答案是肯定的 – 你也是一名照護者。照護別人可能會在身體上和情緒上產生壓力。它會影響您的健康，財務和人際關係。但是，如果您在需要時獲得了正確的幫助和支持，它也會帶來回報。本基本指南僅適用於成人照護者。

## 什麼是照護者法案？

“照護者法案”是蘇格蘭立法的新內容。這意味著從2018年4月1日開始，照護者享有蘇格蘭法律規定的新權利。這些權利可以幫助蘇格蘭的所有照護者獲得更多的支持，並且能夠在他們想要的時候繼續照護。

## 對照護者意味著什麼？

您作為照顧者獲得的支持應基於對您來說重要的事情。您現在可以更多地選擇並控制您希望如何滿足支持需求。如果及早提供支持，它可以讓您更好地控制您的照護情況。

您作為照護者的新權利是：

1. 擁有成人照護者支持計劃（ACSP）的權利：這通常被稱為照護者評估。對於年輕的照護者來說，這被稱為“年輕照護者聲明”（YCS）。這是您的需求及其滿足方式的記錄。您可以要求您的地方當局（市政會）完成一個。如果他們知道或認為您可能是在照護者，也可以提供給您。所有照護者都有此權利，但這並不意味著地方當局必須提供社會照護服務。
2. 如果您達到當地政府規定的門檻，則有權作為照護者獲得支持：ACSP將幫助當地政府在您獲得支持之前確定您是否達到他們所需級別（他們設定的門檻）。如果您達到此級別（門檻），他們必須為您提供支持。可以通過多種方式提供此支持，您可以從中進行選擇。如果您未達到此級別（門檻），則當地機構仍可通過幫助您獲取當地社區中的資源和信息來為您提供支持。例如，讓您與當地支持組織聯繫。

您的成人照護者支持計劃還應包含有關您在緊急情況下所照護的人員的計劃的信息。這可能是因為您必須住院或有個人緊急情況。寫下這些安排就是“應急計劃”。它是當您不在時需要做的的工作的記錄。

3. 參與出院計劃的權利：如果您正在照護的人被送往醫院，他們回家後可能需要支持。作為他們的照護者，您有權參與他們的出院計劃，以便做出適當的安排。醫務人員需要盡快知道您是照護者，以便他們採取合理和實際的措施與您交談。
4. 建議和信息的權利：地方當局必須確保其所在地區的照護人員能夠獲得建議和信息服務。高質量的建議和信息對於支持照護人員至關重要。照護人員有權以適合其需要的方式獲取信息。例如，用不同的語言。地方當局還必須提供有關其所在地區短期休息服務的信息。
5. 參與規劃的權利：地方當局必須制定計劃，規定如何支持他們所在地區的照護者。他們將通過制定本地照護員策略來實現這一目標。地方當局和健康委員會必須讓照護者規劃他們提供的服務。鼓勵照護者和支持照護者的組織參與服務規劃，以確保他們是照護者想要和需要的。在可能的情況下，地方當局在制定短期休息服務聲明時還必須考慮照護者和支持照護者的組織的意見。
6. 作為照護者，您有權決定您需要什麼幫助：這將通過您的成人照護者支持計劃來實現。地方當局還必須考慮您對提供給您所照護的人的支持的看法。

## 成人照護者支持計劃

### 什麼是成人照護者支持計劃？

成人照護者支持計劃可幫助您談論您為您所照顧的人提供的支持以及對您重要的事情。這可能包括實際幫助，支持您繼續工作，看望您的朋友或開始新的興趣。它可以幫助您決定實現這些目標所需的支持。成人照護者支持計劃還將包括您的應急計劃的詳細信息，以便其他專業人員，家庭成員和任何其他可能參與照護此人的人員知道如果您不在，該如何做。

### 為什麼成人照護者支持計劃很重要？

如果成人照護者選擇繼續照顧，他們需要支持。成人照護者支持計劃可以幫助您確定您作為照護者所需的支持類型。它記錄了您的需求以及如何滿足這些需求。

為了幫助地方當局決定是否必須向您提供支持，每個地方當局將根據他們設定的門檻評估您的需求。如果達到此級別，您有權獲得當地政府的支持。支持能夠以不同方式提供。信息應該以您所選擇的方式向您提供以滿足您的支持需求。

如果您未達到此級別，您仍有權獲得信息和建議，您還可以獲取當地社區的其他服務。您當地的照護者中心將能夠為您提供建議和支持。

### 您如何制定成人照護者支持計劃？

成人照護者支持計劃不僅包含您作為照護者提供的支持的信息，還包含其他對您很重要的信息。例如，您可能希望重返工作崗位或開始新的業餘愛好。這些被稱為“成果”。它們很重要，因為它們可以幫助您實現更好的生活質量。

為了幫助您為成人照護者支持計劃做好準備，可以想想每天您為受照顧者做些什麼事情。這可以包括幫助他們洗衣服，準備飯菜，給他們吃藥，帶他們赴約，並幫助他們與家人和朋友保持聯繫。作為照護者，您所做的事情每天都有所不同，具體取決於您所照顧的人的健康狀況。在這種情況下，想一下“好日子”和“壞日子”會是什麼樣子的可能會有用。您還應該考慮可以幫助您應付照護情況的支持類型是什麼。

這些信息以及將為幫助您而採取的措施將會被記錄下來。這是您的成人照護者支持計劃。您有權獲得此副本。如果您不懂英語，可以索取您所選擇的語言的副本。如果您願意，也可以將副本提供給您所選擇的任何其他人。

### 如何了解更多有關成人照護者支持計劃的信息？

不同的地方當局將在蘇格蘭各地做出不同的安排。您當地的照護者中心可以為您提供建議，或者您可以聯繫當地的管理部門以獲取更多信息。

## 支持照護者

如果您達到地方當局設定的支持門檻，他們有法律責任為您提供支持。可以通過多種方式提供支持。您應該獲得信息，以幫助您確定您想要什麼以及您希望如何提供。

如果您未達到門檻級別，這並不意味著您將無法獲得任何支持。地方當局必須確保照護者能夠在他們的區域內獲得可以幫助他們的準確和高質量的信息。

您的地方當局或照護者中心將能夠為您提供建議。



## 應急計劃

### 什麼是應急計劃？

它是如果您遇到緊急情況，對您所照護的人的安排的書面記錄。例如，您可能不得不進入醫院，或者，您可能會感到身體不適而無法在您康復之前照護。

### 為什麼應急計劃很重要？

緊急情況可能發生在我們所有人身上，但當您是照護者時，您可能會擔心在緊急情況結束之前您所照顧的人會發生什麼事情。這是應急計劃可以提供幫助的地方。制定計劃以防應對緊急情況可以幫助您對於您所照顧的人將會繼續得到支持方面感到更加自信。有關緊急情況下應採取的措施的信息應作為成人照護者支持計劃的一部分進行討論。

### 我應該讓誰參與緊急計劃？

您讓誰參與是由您自己決定的。完成緊急計劃可以是與家人和朋友在緊急情況下提供任何支持的好方法。讓家人和朋友參與可以幫助減少對您所照顧的人的日常工作的干擾。

您應該與您所照顧的人討論緊急計劃，以確保他們對所建議的安排感到滿意。

### 我可以在緊急計劃中包含哪些內容？

您應該包括有關您提供的照護和支持類型以及緊急聯繫人（如醫生）的信息。您還應該包括有關他們的健康需求以及他們希望如何完成工作的信息。考慮誰應該擁有您的計劃副本也很重要。這可能包括您的社工，參與您支持的任何其他人或家庭成員。

### 如何了解制定緊急計劃的更多信息？

您的地方當局或當地的照護者中心將為您提供建議。

## 出院計劃

### 什麼是出院計劃？

當一個人離開醫院時，他們可能需要照護和支持，以確保他們能夠安全返回家中。出院計劃有助於確定將提供什麼樣的支持和誰將會提供支持。不同的健康和社會工作專業人員可能參與出院計劃，以確保提供適當的支持。

### 為什麼參與出院計劃很重要？

當一個人從醫院回家時，對任何照護者來說都是一個壓力很大的時間。您可能不得不習慣做新事物，例如給您所照顧的人服藥或使用您不習慣的設備。您所照顧的人可能需要比以前更多的支持。您可能想要考慮這對您作為照護者的影響。

參與出院計劃的討論將有助於您為您所照顧的人回家作好準備。您可以獲得有關他們何時可能回家的信息以及將提供獲得什麼幫助。您還可以告訴醫院工作人員您認為自己將如何管理，以及您作為照護者可能需要的額外支持。您可以詢問有關他們所服用的任何藥物或哪些社區健康專業人士將參與的問題。

重要的是，讓醫院工作人員盡快知道您是照護者。告訴他們您想參與其中。如果他們不知道，他們可能無法考慮您的意見。

## 我應該讓誰參與？

您應該與您所照顧的人談論，以確保他們樂於讓您能夠討論他們的照護需求以及醫院出院事宜。如果您未獲得他們的許可，醫院工作人員將無法與您談論此人。這是因為患者保密責任。您仍然可以獲得關於期望內容的一般信息。

## 如何了解有關醫院出院的更多信息？

您可以向醫院病房的工作人員詢問有關出院的安排。如果您所照顧的人有社工或護理經理，他們將能夠幫助您。您也可以聯繫當地的照護者中心獲取信息和建議。

## 照護者的建議和信息

地方當局必須確保照護者能夠獲得準確和最新的信息。大多數地方當局已經有所支持的當地的照護者中心，這通常是您獲得的第一個聯繫點。如果沒有當地的照護者中心，地方當局可以選擇自己來為您提供建議和信息。

您有權以您可以理解的方式獲取此信息。例如，如果您不會說英語，您可以要求翻譯或以您選擇的語言將其提供給您。

## 讓照護者參與規劃

您可以通過多種方式參與規劃當地照護者服務。地方當局必須為當地制定關於如何支持照顧者的計劃。這被稱為當地的照護者策略。

## 什麼是當地照護者策略？

當地的照護者策略規定了地方當局，健康委員會和其他照護者支持組織如何識別和支持照護者。它將基於對當地照護者的了解。照護者和支持照護者的組織將有機會在策略最終確定之前發表意見。

當地的照護者策略必須由地方當局公佈。您可以索取該策略的副本，也可以在當地政府網站上獲取。

## 我為什麼要參與其中？

當地的照護者策略是一份重要文件。它規定了將在當地提供哪些服務。如果缺少關於特定照護者人群的信息，這可能意味著策略中不會包括或不會優先考慮他們的需求。

## 我怎麼能參與其中？

您當地的照護者中心將能夠為您提供有關如何參與的信息。



## 照護者的短暫休息

地方當局現在必須就其所在地區提供的短暫休息服務類型發表聲明。在可能的情況下，他們必須嘗試獲得照護者和支持照護者組織的意見以製作聲明。

### 什麼是短暫休息？

短暫休息可以幫助您擺脫常規的照護責任。

有不同類型的短暫休息。適合您的短暫休息類型取決於您自己的需求和情況。短暫休息的例子包括：

- 假期（單獨或與你所照顧的人一起）；
- 您所照顧的人暫住養老院；
- 其他人支持您所照顧的人幾個小時；或者，
- 提供資金使您可以做一些您想做的事情，如愛好或與朋友外出。

### 為什麼短暫休息很重要？

短暫休息可以幫助改善您的身心健康。他們可以幫助支持家庭關係，並確保您有時間陪伴自己。

### 我怎樣才能找到有關短暫休息的更多信息？

地方當局必須發布短期服務聲明，告知您當地可用的服務。

您可能需要完成成人照護者支持計劃，以了解您是否可以獲得短暫休息。

## 照護者章程

蘇格蘭政府製作了一份名為“照護者章程”的文件，其中規定了您作為蘇格蘭成年或年輕照護者所享有的權利。如果您想獲得照護者章程的副本，您當地的照護者中心將能夠為您提供幫助。

