

## 個案研究



圖片由Leanne提供

### Leanne 和她的父母

Leanne 全職照顧她的父母，他們需要大量持續的支援。她的母親今年 92 歲，認知能力明顯下降。她的父親今年 91 歲，雙目失明，有輕度認知障礙，走路也有困難。

Leanne 每天的大部份時間都在擔任照顧者的工作。

“我的父母需要全天候照顧。我為他們準備膳食、為他們洗澡和穿衣服，並確保他們正確服藥。” Leanne 說。

“我為他們提供舒適和安全的的生活，尤其是我的母親。我媽媽不會說英語，所以想留在家中，這對她來說是一個安全的地方。她害怕被拋棄和感到無助，這讓照顧她變得更加困難。”

Leanne 認為，母親的身體狀況和不懂英語會讓她難以住在養老院。於是，Leanne 辭去了工作，成為了父母的全職照顧者。

“由於我父親雙目失明，所以留在家中讓他感到更自在。他在外面陌生的地方時，會感到迷失方向，不知所措。”

Leanne 是獨生女，所以沒有其他家庭成員來分擔照顧的工作。

“在我的文化，尋求幫助是一件很尷尬的事情，因為在外人眼中我應該照顧我的家人，而尋求幫助就是把照顧的責任推給別人。” Leanne 說。

“但我最終聽取了朋友的建議，給 Carer Gateway 打電話。這讓我恍然大悟。”

Leanne 發現她可以通過 Carer Gateway 獲得暫息護理以及其他支持和幫助。

**“我明白到尋求幫助並不尷尬。如果沒有 Carer Gateway 提供的暫息服務，我不知道還有誰能夠照顧我的父母。”**

Leanne 同意每個人時不時都需要一些暫息的機會，而 Carer Gateway 的支持意味著她有更多的時間陪伴丈夫。

**“我以前不知道 Carer Gateway 有多好。如果我早點知道就好了。”**

Leanne 正在探索 Carer Gateway 網，加入同伴支持小組，籍此與其他照顧者聯絡、分享體驗、互相支持鼓勵。

**“我知道我不再孤單，也並非孤立無援，因為我認識了有類似情況的朋友。我也期待參與一些有關自我照顧的網上課程。”**

“Carer Gateway 是一項非常棒的服務。我絕對會向所有願意瞭解的人推薦這項服務，讓更多人受惠。”

### Carer Gateway 隨時為您提供幫助

Carer Gateway 隨時為您提供幫助。請在週一至週五上午 8 點至下午 5 點致電 1800 422 737 Carer Gateway，或瀏覽 [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au) 瞭解有哪些支持可以為您提供幫助。

如果您說英語以外的語言，可以使用翻譯及傳譯服務 (TIS)。TIS 每週 7 天、每天 24 小時提供服務。無論您身在澳洲何處，都可以按本地電話費用收費致電 131 450。Carer Gateway 會根據照顧者的個人需求和情況提供量身定制的支持。



An Australian Government Initiative