



Advocacy & Services
for LGBT Elders

We refuse to be invisible

国家同性恋、双性及跨
性别者老龄资源中心

全国总部

合作：同性恋、双性及
跨性别者老龄服务及倡导
团体 (SAGE)

纽约市, 纽约州 10001

305 第七大道
六楼

212-741-2247 电话

212-366-1947 传真

info@lgbtagingcenter.org
lgbtagingcenter.org

国家同性恋、双性及跨性别者
老龄资源中心, 根据协议, 受到
来自美国卫生与人力资源部和联
邦老人局的部分支持。项目的承
授人被鼓励自由表达调查结果和
结论。然而, 这些内容并不代表
美国卫生与人力资源部的政策,
也并未获得联邦政府背书。保留
所有权利。

同性恋, 双性及跨性别者 (LGBT) 看护者需要知道的重要事情:

大部分看护者并未意识到自己是看护者。也许你只是帮助一名朋友或者“尽配偶的责任”, 但是呢, 如果你一直向需要帮助朋友或者爱人提供任何支持---做饭, 带他们去看医生, 帮助他们洗澡, 或者看看他们过的好不好---你都是一名看护者!

你定义你的家人。“家人看护者”越来越多地被用于指代那些照顾家庭成员和爱的人的人, 并且与花钱聘请的看护者区分开来, 比如护士, 护工或者家庭健康助手。大部分情况下, 家人看护者中的“家人”有着广泛的定义, 包括亲密的朋友, 未婚伴侣, 以及其他你认为是家人的人。

LGBT 看护者更有可能独立地进行看护, 也更有可能与被看护的人在同一年龄段!

¹ 出于以上两个原因, 找到可以帮助的人, 包括专业服务人员, 是一种保证爱人不会因为看护者劳累过度或者健康问题而错失看护的重要方式。

LGBT 人群更经常成为看护者。妈妈生病了, 姐姐事业心极强, 哥哥忙着养小孩, 最后大部分时间都是你在照顾妈妈。听起来耳熟吗? 不仅仅是你。婴儿潮时期和千禧年代出生的 LGBT 人群照顾年迈父母的比率不同寻常地高。即使 LGBT 人群有伴侣, 家人通常会把他们看作是单身, 并且依赖他们。如果没有孩子的话, 我们也许不会被看作是“三明治世代”, 但我们同时也在照顾朋友和社区成员, 其实结果也是同时做几件事又很难做好的局面。

看护者的身心健康通常比非看护者要差。² 对于已经有健康差异的人群来说, 这是个严重的问题。照顾好你自己很重要, 虽然你可能更专注于照顾别人。保持常规预约就医, 需要的时候寻求情感支持, 腾出时间来做自己喜欢的事情, 这些都会帮助你成为一个更好的看护者。

看护的成本会加剧财力差异, 无论是直接 (药物治疗的费用) 还是间接 (错失工作) 成本。大部分 LGBT 老年人在需要长期医疗看护的时候, 没有足够的财力。³ 而且照顾 LGBT 老年人的看护者较少, 每名看护者要花更多的钱。

许多 LGBT 人群已经是看护者了, 尤其是在艾滋病危机的时候。如果现在照顾你爱的人会让你想起痛苦的记忆或者感觉, 找个人谈谈也许会有所帮助。查看右侧的信息栏。

大部分州都通过了看护者 (看护者建议、记录及授权) 法案, 要求医院在每一位病人入院即刻询问是否有指定的看护者。通常不需要是配偶或是家庭成员; 病人可以指定想要的任何一人。之后医院负责通知指定的看护者有关出院准备计划, 同时为看护者提供家内看护指导。与当地的退休者协会联系来获取更多关于该州

看护者法案的信息

如果某人的主要看护者并不是法律上的“直系亲属” --- 通常是配偶，父母或是儿女，则此人需要预设医疗指示，比如医疗护理委托书，生前遗嘱，以及授权委托书。无论与被看护者关系如何，如果他提前写下了自己的希望，看护者有权在必要的时候做医疗决定，管理财产，以及处理相关事情。与当地区域老人机构，该州健康部门，或者右侧的信息栏获取这些法律文件的信息。

你不是一个人！
可以利用的资源

SAGE (GLBT 老年人服务及倡导团体)
在纽约市和全国 30 多家联盟会员处提供服务。
www.sageusa.org

SAGE LGBT 老年人热线 --- 同龄人支持，相关信息以及当地资源 1-888-234-SAGE
www.sageusa.org/programs/hotline.cfm

国家 LGBT 老龄资源中心 --- 为提供者，LGBT 老年人及看护者提供资源和教育
www.lgbtagingcenter.org

SAGECAP 巴尔的摩 --- SAGE 与 Chase Brexton 的 LGBT 健康资源中心合作项目
resourcecenter.lgbt

阿尔茨海默组织 --- 为照顾阿尔茨海默病和相关失智症病人的看护者提供资源
www.alz.org

AARP --- 为看护者提供资源
www.aarp.org/caregiving

老年人护理定位器 --- 利用美国联邦老人局提供的资源组成可搜索数据库
www.eldercare.gov

家庭看护者联盟 --- 为 LGBT 看护者提供资源和互助组
www.caregiver.org

国家医疗决策日 --- 关于预设医疗指示的资源
www.nhdd.org

国家暂缓定位器 --- 暂缓项目的可搜索数据库
www.archrespice.org/respitelocator

由国家 LGBT 老龄资源中心和 SAGECAP 项目提供，同时有来自哈利和珍妮特温伯格基金会的支持。