

간병인이 되는 것

생명에 위협을 받는 심각한 진단을 받거나 시한부 삶의 판정을 받은 분을 돌보는 것은 어려우면서도 보람된 여정입니다. 귀하가 주 간병인이거나 가족, 친지와 함께 공동으로 간병을 하실 수도 있습니다. 어떠한 역할을 맡으시던 간에 향후에 대비하시는 것이 중요합니다. 간병인분들께 도움이 될만한 정보를 아래 제공하였습니다.

서비스 및 지원

가정의 (GP)

GP라고도 불리는 가정의에게 지원과 도움을 받으실 수 있습니다. 가정의가 도움을 드릴 수 있도록 어려운 점이나 염려사항을 알려시는 것이 중요합니다. 가정의들은 어떠한 서비스가 제공되는지 잘 알고 있으며, 필요한 경우 추가 지원을 받으실 수 있도록 도와드릴 수도 있습니다.

요구 평가 및 서비스 조정 팀 (NASC)

요구평가자가 가능한 지원 서비스에 대한 중요한 정보를 제공합니다.

가정의 혹은 GP가 NASC 서비스로 의뢰해 드릴 수 있습니다.

요구평가자가 가정을 방문하여 무슨 서비스가 필요한지 사정할 것입니다.

요구평가자는 제공되는 서비스에 대한 정보를 알려드리고, 수혜 자격이 되면, 도움을 드릴 수 있는 분을 귀하의 가정으로 보내드릴 것입니다.

요구평가자는 또한 귀하께서 보건부의 **간병인 지원 서비스**를 받으실 수 있는지 알려드릴 수 있습니다.

간병인 지원 서비스는 간병인이 간병 임무에서 잠시 벗어나 휴식을 취할 수 있도록 재정적 지원을 합니다.

이 서비스는 가정 혹은 시설에서의 단기보호(Respite Care)를 받는 비용을 일정 수준 지원합니다.

본 서비스에 대한 보다 자세한 정보를 원하시면 GP나 요구평가자와 의논하십시오.

<https://www.health.govt.nz/your-health/services-and-support/disability-services/types-disability-support/respite/carer-support>

WINZ 지원

간병인은 WINZ (노동 소득청)으로부터 재정 지원을 받을 수도 있습니다.

재정 지원은 소득이 정해진 기준보다 낮은 분들에게 제공됩니다. 신청 방법에 대한 보다 자세한 정보는 사회개발부 홈페이지 (<https://check.msd.govt.nz>) 에서 보실 수 있습니다.

호스피스 서비스

때로는 간병인 자신을 돌보는 일을 소홀히 하거나 힘들어 질 수도 있습니다. 이러한 경우 도움이 될만한 방법들이 몇가지 있습니다. 본인에게 가장 잘맞는 방법을 찾는 것이 중요합니다.

다음과 같은 방법들이 있습니다:

- 사회 관계 유지 - 친구 및 사회 관계망을 계속 유지하는 것은 외부 사회와 관계를 맺고 소속감을 느끼게 하는 좋은 방법입니다.
- 정기적인 휴식 - 간병 임무로부터 휴식을 취하는 것은 스트레스를 풀고 재충전할 수 있는 중요한 방법입니다.
- 도움 요청 - 간병은 어렵고 힘든 일입니다.

주저하지 말고 도움을 청하세요. 가정의나 친구, 가족들에게 기분이 어떤지 알리고 어떠한 도움이 필요한지 이야기하세요.

도움을 받아들이는 법을 배우는 것이 쉽지 않을 수도 있습니다.

빨래 개기, 장보기, 약 받아오기, 반려견 산책 등과 같은 간단한 일들을 기꺼이 돕고 싶어하는 분들이 있다는 것을 잊지 마세요.

간병 및 귀하의 거주 지역에서 제공되는 간병인 지원 서비스에 대한 보다 자세한 정보는 www.carers.net.nz 에서 보실 수 있습니다.