

支援照顧 重病兒童 的人

當一個家庭成員或朋友正在照顧一個重病孩子時，您可能不知道該說些什麼或做些什麼。只要您向這個家庭伸出援手救可能會有所幫助，因為您想幫助他們的意願可能會讓他們感到安慰。

通常在這種時候人們不知道該說些什麼或做寫什麼，因此他們什麼都不做，等待家人主動向他們尋求協助。這個家庭裡的人可能會感到孤立和悲傷，他們可能不知道如何或何時去尋求協助。

提供援助的方法有許多。您可以讓您的朋友知道您能做些什麼。如果您不確定如何支援他們，問問他們需要您可以做什麼來提供幫助。

請記住以適合這個家庭的方式來提供支援為目標。有的人們會感到很難要求或接受他人的幫助，所以儘量以實用、有同理心的，他們容易接受的方式提供支援。

伸出援手

即使您不知道該說些什麼，向這些家庭伸出援手是很有幫助的。諸如短訊、電郵、或心意咭之類的簡單行為都是表達您關懷的方式。聽到「我一直在想你」這樣的話語，可以給予人們安慰和力量。

如果您要給生病的孩子送禮物，試著給他們的兄弟姐妹也準備一份小禮物或向他們表達一些特別的關懷。幫助患者的兄弟姐妹們盡可能保持日常規律的生活也是很好的表達您的支援的方法。當患者身體不適要帶他們前去就診時提出帶其他兄弟姐妹們去參加課外活動或照顧他們，這些都是一些能夠提供簡單協助的方法。

患者的家人有時需要傾訴他們的經歷，而有時候他們會選擇不這樣做。請留心觀察他們是想要傾訴、分散注意力，還是只想要人安靜地陪伴。

尊重

尊重患者的家庭、他們的家、他們的日常生活，以及他們對私隱的要求。要去拜訪前應與患者的家庭確認會比較好。要做好心理準備可能時機不對，不宜拜訪，或者他們當天可能太忙了。

如果他們要求您不要過去拜訪，不要感到失落。對於照顧重病孩子的家庭來說，每天都是不同的。在孩子生病期間與這些家庭保持聯繫並繼續給予支援。

要考慮到孩子的病情。如果您身體不適或身邊有其他人生病，在您感覺身體恢復健康以前請不要前去探望。

「有的人會感到很難要求或接受他人的幫助，所以儘量以實用、有同理心的，他們容易接受的方式提供支援。」

提供的幫助

提供一些實際的小幫助通常是很受歡迎的支援方式，這些幫助可能包括：

- › 準備提供一頓簡單的飯菜，並放在不需要退回的容器中
- › 通過幫助接送和照看孩子幫助家庭維持他們的日常生活
- › 看顧他們的寵物或帶牠們散步
- › 修剪草坪或修整花園
- › 買菜
- › 取藥或日常用品
- › 協助進行吸塵、洗衣、熨衣或其他家務
- › 幫助這個家庭代接電話、留言及處理其他信件
- › 親自提供或安排他人照顧他們的孩子

提供幫助的提議要切實，用患者家庭可以容易婉拒的方式表達。例如，給他們發這樣的短訊：「我在準備晚飯，您需要我帶些晚飯給您嗎？」或者「星期六下午我有空，您需要我照顧孩子嗎？」

有時家長們可能會覺得與朋友斷絕了聯繫。別忘了讓他們參與「日常」活動。這可能包括約他們去見面喝咖啡、去散步或者去看電影。

別忘了讓他們參與「日常」活動。這可能包括約他們去見面喝咖啡、去散步或者去看電影。

協調

輪值表或能幫助協調由朋友和家人為患者家庭提供的支援。輪值表可以有助確定能夠支援患者家庭的任務，其中可能包括膳食、接送和家務。對於那些不知道如何提供協助的人來說，輪值表也會很有用，因為表中可以列出該家庭所指定的具體任務，讓前來幫忙的人可以自行安排進行。建議可以委任一位值得信賴的朋友或家庭成員協調輪值表，這樣可以減少患者家庭需要處理事情的數量。

Anabelle 的藝術作品，15 歲

