

## Short-term Rehabilitation Care: What You Need To Know

### Understanding Short-term Rehabilitation

After being in the hospital, most patients want to recover in their homes. Short-term rehabilitation — also known as transitional care — provides extra help and services not available in your home. For example, you may need physical therapy after knee surgery or speech therapy after a stroke.

You will receive care at a special facility that provides skilled care for people who have short-term needs like you. Services may include:

- weekly visits from a doctor or nurse practitioner
- nursing care
- physical, occupational or speech therapy.

An average stay in short-term rehabilitation is 10 to 14 days. Your stay will depend on your needs.

## Краткосрочная реабилитация: что вам надо знать

### Что такое краткосрочная реабилитация

После госпитализации большинство больных хочет восстанавливать свое здоровье дома. Краткосрочная реабилитация — известная также как временный / переходный уход — предоставляет дополнительную помощь и услуги, которые невозможно получить на дому. Например, после операции на колене может возникнуть необходимость в физиотерапии, или после инсульта будут нужны занятия с логопедом.

Вам предоставят уход в специализированном центре, обеспечивающем квалифицированный уход для больных, у которых есть кратковременная необходимость в этом, — для таких, как вы. В число предоставляемых услуг входят:

- еженедельные посещения врача или прошедшей специальную подготовку медсестры
- сестринский уход
- физиотерапия, восстановительная терапия или занятия с логопедом.

Среднее время пребывания на краткосрочной реабилитации составляет 10-14 дней. Продолжительность вашего пребывания будет зависеть от того, что будет вам необходимо.

Your long-term success depends on making the right choices after you leave the hospital. Finding the right care, in the right place and at the right time will help you get back to your regular routine.

## Planning for Discharge

During your hospital stay, your health care team will:

- provide the best medical care possible
- help you get you back into your home
- identify what you need for care
- work to keep you from coming back to the hospital.

Making plans for leaving the hospital is an important part of your recovery. And it will begin as soon as your hospital stay starts.

Together, you, your family members and your health care team will create a discharge plan to help you have a smooth transition back to your home or community after your hospital stay.

## Selecting Short-term Rehabilitation Care

You and your family will work with your discharge planning team to select short-term rehabilitation care facilities that are right for you.

## Leaving the Hospital

Your doctor and health care team will decide when you are ready to leave the hospital. Their goal is to make sure you are prepared to have long-term success. Your discharge planning team will help you make the transfer from the hospital to the short-term rehabilitation facility.

Насколько успешной будет реабилитация в длительной перспективе зависит от того, насколько правильными будут решения, сделанные вами после выписки из больницы. Надлежащий уход в надлежащем месте и в надлежащее время помогут вам вернуться к нормальной жизни.

## Планирование выписки из больницы

Во время госпитализации лечащая вас бригада будет делать следующее:

- обеспечит самое лучшее возможное медицинское лечение и уход
- поможет вам вернуться домой
- установит, в каком конкретно лечении и уходе вы нуждаетесь
- предпримет меры для того, чтобы вам не пришлось снова вернуться в больницу.

Важной частью выздоровления является планирование того, что будет после выписки из больницы. И оно начинается с момента госпитализации.

Вы вместе со своими родственниками и лечащей вас бригадой составите план выписки, который после пребывания в больнице поможет вам благополучно вернуться домой или в свое привычное окружение.

## Выбор ухода краткосрочной реабилитации

Вы и ваши родственники, в сотрудничестве с группой планирования выписки из больницы, сможете выбрать подходящие вам учреждения краткосрочного ухода.

## Выписка из больницы

Лечащий врач и лечащая вас бригада будут решать, когда вам можно будет покинуть больницу. Их цель – уверенность в том, что вы подготовлены к благоприятному исходу в долгосрочной перспективе. Группа планирования выписки из больницы поможет вам в переводе из больницы в учреждение краткосрочного реабилитационного ухода.

## Questions and Answers

### What type of care will you receive?

#### ■ What is “skilled care?”

Skilled care is specialty care provided by nurses and many different specialists based on your care needs. This may include:

- nurses to provide wound care or give intravenous (IV) medicines
- physical therapists
- occupational therapists.

The skilled nursing facility staff will talk with your health care team as needed and share your questions or concerns.

#### ■ Where is skilled care given?

You may need to go to a transitional care center or a transitional care unit in a skilled nursing facility before you return home.

### How will you choose where to go for short-term rehabilitation?

#### ■ Where do you start?

Once you know short-term care is right for you, your family and your discharge planning team will start looking for options right away.

## Вопросы и ответы

### Какой вид ухода вы будете получать?

#### ■ Что такое «квалифицированный уход»?

Квалифицированным уходом является специализированный уход, который предоставляют медсестры и другие различные специалисты, в зависимости от того, в каком уходе вы нуждаетесь. Например:

- медсестры, обеспечивающие уход за раной или внутривенное введение лекарств
- физиотерапевты
- специалисты по восстановительной терапии.

Персонал квалифицированного медсестринского центра, по мере необходимости, будет обращаться к лечащей вас бригаде и обсуждать с ней возникшие у вас вопросы и выраженные вами опасения.

#### ■ Где предоставляется квалифицированный уход?

Вам, возможно, перед тем как вернуться домой, будет нужно перейти в центр по уходу в переходный период или в отделение по уходу в переходный период в центре квалифицированного медсестринского ухода.

### Как выбрать место, куда вы направитесь для краткосрочной реабилитации?

#### ■ С чего начать?

Как только вы узнаете, что вы нуждаетесь в кратковременной реабилитации, ваши родственники и бригада, планирующая выписку из больницы, сразу начнут рассматривать варианты.

## ■ What do you look for and what questions should you ask?

It is important for you and your family to get information about the facilities you choose. This can include visiting the facilities, checking out websites or calling the admissions coordinators.

Here are some tips for learning more:

- Go to [medicare.gov/nursinghomecompare](http://medicare.gov/nursinghomecompare) to see how facilities compare to each other related to quality of care.
- Ask the admissions staff who will manage your health care during short-term rehabilitation.
- Ask the admissions staff to describe features of their short-term rehabilitation program.
- Find out if the rooms private or semi-private and if you will share a bathroom.
- If you visit in-person, are the staff members friendly, courteous and attentive? Do they answer your questions and make you feel comfortable?

## ■ Who participates in the final decision of where to get skilled care?

You and your family members will help make the final decision. Your family members may need to give guidance and help if you can't.

Making the decision can be stressful, but your discharge planning team will support you.

## ■ Что вам нужно и какие вопросы вы должны задать?

Важно, чтобы вы и ваши родственники получили информацию о тех центрах, из которых вы будете делать свой выбор. Это включает в себя посещение центров, ознакомление с их веб-сайтами или разговор по телефону с координаторами приемного отделения.

Несколько советов:

- На сайте [medicare.gov/nursinghomecompare](http://medicare.gov/nursinghomecompare) вы можете посмотреть, как такие центры оцениваются по качеству ухода по сравнению друг с другом.
- Задайте вопросы сотрудникам, ответственным за прием в учреждение, где вы будете получать медицинский уход в ходе вашей краткосрочной реабилитации.
- Попросите у сотрудников, ответственных за прием, описать условия их программы краткосрочной реабилитации.
- Выясните, являются ли палаты отдельными или они рассчитаны на двух человек, и будет ли пользоваться ванной и туалетом кроме вас кто-то еще.
- Если вы придете в центр лично, обратите внимание на то, дружелюбны ли сотрудники, вежливы ли они и внимательны ли они? Отвечают ли они на ваши вопросы и прилагают ли они усилия, чтобы вы чувствовали себя комфортно?

## ■ Кто участвует в окончательном решении о том, где будет предоставляться квалифицированный уход?

Вы и ваши родственники помогут принять окончательное решение. Иногда родственники должны будут вас ориентировать и помогать вам, если вы не можете это сделать сами.

Принятие решения может оказаться трудным эмоционально, но бригада, планирующая вашу выписку из больницы, окажет вам поддержку.

Members of your discharge planning team will need to share some information about your care with the facilities you are looking at. This will help match your needs with the facility's ability to provide the care you need.

## How will you transfer to the rehabilitation facility?

### ■ Once you've chosen a facility, and there is an opening, what are the next steps?

Your discharge planning team will:

- call the facility to make sure space is available
- arrange a time for your arrival
- share specific information about your care with the short-term rehabilitation staff so they are ready to care for you when you arrive.

### ■ How will you arrive at the skilled nursing facility?

If you are physically able, your family may drive you. If not, a member of your discharge planning team will arrange for a ride with a medical transportation company.

Your discharge planning team will talk with you about the cost.

## What should you bring to the rehabilitation facility?

### ■ What should you bring?

- Bring any teaching or educational materials that you received in the hospital. The skilled nursing facility staff needs to see what education you were given so they can continue teaching you from the same materials.

Бригада, планирующая выписку из больницы, должна будет передать некоторую информацию об уходе за вами персоналу тех центров, которые вы рассматриваете. Это поможет согласовать ваши нужды с возможностями центра, чтобы обеспечить нужный вам уход.

## Как вы будете переходить в реабилитационное учреждение?

### ■ Когда вы выбрали центр, и там есть для вас место, что произойдет после этого?

Бригада, планирующая выписку из больницы, сделает следующее:

- позвонит в этот центр, чтобы убедиться, что для вас есть место
- договорится о времени, когда вы туда поступите
- Сообщите сотрудникам учреждения краткосрочного ухода специфическую информацию о необходимом вам уходе, чтобы они смогли подготовиться ко времени вашего прибытия.

### ■ Кто перевезет вас в центр квалифицированного медсестринского ухода?

Если ваше состояние позволяет, ваши родственники могут отвезти вас туда. Если ваше состояние этого не позволяет, то член бригады, планирующей выписку из больницы, организует для вас переезд, используя услуги фирмы, обеспечивающей транспортировку больных.

Бригада, планирующая выписку из больницы, обсудит с вами стоимость транспортировки.

## Что вам надо взять с собой в реабилитационное учреждение?

### ■ Что вам нужно будет взять с собой?

- Возьмите с собой все образовательные материалы, полученные вами в больнице. Персонал центра квалифицированного медсестринского ухода должен знать, какие образовательные материалы использовались в вашем случае, чтобы они могли продолжить этот процесс, используя те же самые материалы.

- ❑ Bring 4 to 5 full changes of clothing labeled with your name. Bring clothing and shoes that will allow you to move easily during physical therapy.
- ❑ Bring personal items such as:
  - razor, hairbrush or comb
  - family photos or comfort items from home (a favorite pillow).
- ❑ Bring your Medicare card, Social Security card, Medicaid or insurance cards (if you have either).
- ❑ Bring a copy of your health care directive, advance care plan or documents on power of attorney that you have already created.

- ❑ четыре или пять полных смен белья и одежды, помеченной вашим именем и фамилией. Возьмите с собой удобную не стесняющую движений одежду и обувь для физиотерапии.
- ❑ личные вещи:
  - бритву, расческу или щетку для волос
  - семейные фотографии или любимые вещи из дома (например, любимую подушку)
- ❑ карточку Medicare, карточку Social Security (социального страхования), карточки Medicaid или другого медицинского страхования (если они у вас уже имеются)
- ❑ копию вашего распоряжения о лечении и уходе или документы о доверенности или о ваших представителях по вопросам лечения и ухода, которые у вас уже есть.

## What kind of emotions might you have?

### ■ What feelings may you have about going to a skilled nursing facility?

Short-term rehabilitation may not have been what you were hoping for. You may have a range of feelings. You may be glad to have extra help before going home. Or, you may feel sad or disappointed that you can't go right home.

If you have negative or sad feelings, please talk with members of your discharge planning team. Family members should also feel at ease to share their feelings.

## Какие эмоции могут у вас возникнуть?

### ■ Какое у вас может быть эмоциональное восприятие решения о переводе в центр квалифицированного медсестринского ухода?

Краткосрочная реабилитация может оказаться не тем, на что вы надеялись.

Вы можете отнестись к этому по-разному. Вы можете испытать облегчение, что вам будет обеспечена дополнительная помощь до того, как вы вернетесь домой. Однако, вы можете огорчиться и разочароваться из-за того, что вы не сможете вернуться прямо домой.

Если у вас появилось чувство огорчения или негативное отношение к этой перспективе, поговорите с членами бригады, планирующей выписку из больницы. Родственники без всяких сомнений тоже должны высказать свое мнение.

## What resources can help you?

### ■ Who will pay for short-term rehabilitation care?

Benefits vary widely among Medicare, Medicaid and other insurance plans.

The hospital discharge planning team can help you determine how short-term rehabilitation care is paid for based on your insurance and personal resources. Your insurance company can verify your benefits.

### ■ Where can you find other resources on skilled nursing facilities?

#### Websites:

- **Allina Health:** [allinahealth.org](http://allinahealth.org)
- **Minnesota Help (including Senior LinkAge Line):** [minnesotahelp.info](http://minnesotahelp.info)
- **Wisconsin Department of Health Services:** [dhs.wisconsin.gov](http://dhs.wisconsin.gov)
- **Medicare:** [medicare.gov](http://medicare.gov)
- **Nursing Home Compare:** [medicare.gov/nursinghomecompare](http://medicare.gov/nursinghomecompare)

#### Other:

- your local library
- a senior center

#### Mental health resources:

- your health care provider or social worker
- [allinahealth.org/mentalhealth](http://allinahealth.org/mentalhealth)

## Какие ресурсы могут вам помочь?

### ■ Кто будет платить за краткосрочный реабилитационный уход?

Условия страховых полисов, предоставляемых программами Medicare и Medicaid и другими страховыми планами, сильно отличаются друг от друга.

Основываясь на информации о вашей страховке и ваших личных ресурсах, больничная группа, ответственная за планирование выписки, поможет вам определить, как будет оплачиваться ваш краткосрочный реабилитационный уход. Ваша страховая компания может подтвердить то, что она покрывает.

### ■ Где можно найти другие ресурсы информации о центрах квалифицированного медсестринского ухода?

#### Веб-сайты:

- **Allina Health:** [allinahealth.org](http://allinahealth.org)
- **Minnesota Help (включая Senior LinkAge Line):** [minnesotahelp.info](http://minnesotahelp.info)
- **Отдел здравоохранения штата Висконсин (Wisconsin Department of Health Services):** [dhs.wisconsin.gov](http://dhs.wisconsin.gov)
- **Medicare:** [medicare.gov](http://medicare.gov)
- **Nursing Home Compare:** [medicare.gov/nursinghomecompare](http://medicare.gov/nursinghomecompare)

#### Другие источники:

- местная библиотека
- центр для пожилых людей

#### Ресурсы психиатрической помощи:

- ваш лечащий врач или медсестра или социальный работник
- сайт [allinahealth.org/mentalhealth](http://allinahealth.org/mentalhealth)

## Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Для заметок

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---