

IHSS自我评估和公平听证会指南

2019年6月，出版物 #5013.04 - 英文

本指南旨在帮助您准备县IHSS工作人员的初始接收评估或年度评估。当您对所需要的家中支援服务（IHSS）小时数有争议时，本指南还将帮助您在公平听证会上代表您自己和他人。

进行自我评估将帮助您确定您需要多少小时以及向做评估的IHSS工作人员该指出什么。本指南未涵盖有关IHSS计划如何运作的所有内容。如果您对本指南未涉及的其他领域有疑问，例如IHSS加班规则、替代资源、申诉或听证会问题（例如拒绝接受授权书），或有关需要IHSS的永久居民或退伍军人的问题，请参阅我们其他的IHSS出版物或打电话给我们。

我们其他的IHSS出版物可在此处找到：

<https://www.disabilityrightsca.org/publications/in-home-supportive-services-ihss>

本指南有三部分。

1. **第一部分** 描述了IHSS评估以及如何准备、有关IHSS的问题和答案、如何请求和准备听证会，以及在听证会上该期待什么。
2. **第二部分** 是一个自我评估工作表，以确定您需要多少小时。
3. **第三部分** 有来自IHSS接受者的例子，解释为什么他们需要更多的IHSS时间。

第一部分：IHSS评估和公平听证会

IHSS评估流程是什么？

在IHSS评估期间，县工作人员将到您家中，确定您有资格获得哪些服务以及每月将获得多少小时。您将在以下时候获得县评估：

- 当您第一次申请IHSS时；
- 通常每年会有一次；以及
- 当您提出要求时。县应在您提出要求后30天内进行评估，并向您提供IHSS行动通知（Notice of Action, NOA）。

您的IHSS行动通知将说明该县决定您需要多少时间来帮助您需要的每项IHSS任务。IHSS行动通知中的时间以小时和分钟为单位。您的IHSS行动通知还将包含有关您的申诉权利的信息。

县如何衡量IHSS需求？

- 法律和法规
 - 衡量个人服务需求的标准登载于福利和机构法（Welfare and Institutions Code）第12300节。
 - 您必须因残障而无法做到您所需的服务。
 - 您需要服务，是为了（1）安全地呆在您自己的家中或您选择的住处，和/或（2）建立和维持独立的生活安排。
 - 被批准的时间取决于您的提供者做被批准的任务所需的时间。
 - 不会给您仅是为了让您“舒适”的服务。
 - 最多小时数为每月283小时。
- 州小时制任务指南：有关小时制任务指南（Hourly Task Guidelines, HTG）的详细信息，请参阅所有县信息通知（ACIN）编号I-82-17（2017年12月5日），登在此网址：<http://www.cdss.ca.gov/inforesources/2017-All-County-Information-Notices>

HTG告诉县IHSS社会工作者使用排序确定能力，然后根据排序给出小时数。

第一步：确定能力

IHSS社会工作者必须确定您**就每项IHSS任务来说**需要多少帮助。为此，他们使用HTG。IHSS社会工作者首先按您的以下能力进行排序：

- 家政服务（家务）；
- 洗衣；
- 购物和差事；
- 膳食准备/膳食清理；
- 活动（以前是室内活动）；
- 沐浴、口腔卫生和美容/常规床浴（沐浴和美容）；
- 穿衣/假肢装置（穿衣）；
- 大小便护理；
- 转移（换位置）；
- 进食；
- 呼吸；
- 记忆；
- 辨识方向；以及
- 判断力。

排序从1级到5级。例如，1级表示您是独立的，可以在没有帮助的情况下完成IHSS任务，而5级表示无论是否有帮助您都无法完成IHSS任务。根据您的能力情况，IHSS排序如下：

1级： 您是独立的—**能够在没有帮助的情况下完成IHSS任务**。如果某项能力排序为“1”，那么接受人无法获得该项服务的时间。

2级： 您可以通过**口头帮助**来做IHSS任务，例如IHSS提供者的提醒、指导或鼓励。

3级： 您可以在 **一些帮助**下做IHSS任务，包括但不限于IHSS提供者的直接身体帮助。

4级： 只能是在IHSS提供者的**大量帮助**下做IHSS任务。

5级： 您 无法做IHSS任务，无论是否有IHSS提供者的帮助。

如果您的能力在整个月内会有所起伏，则每项任务的能力等级应以您在不良日子的情况为基础。

第2步：使用HTG来根据能力批准时间

下一步是使用HTG确定每项任务可以被授权的时间。HTG旨在帮助IHSS社会工作者确定应为您需要帮助的 **每个IHSS任务** 提供多少时间。HTG还帮助IHSS社会工作者确定何时必须作出例外，以便IHSS接受者可以在每个IHSS任务上获得适当的帮助。

例如，对于您需要帮助的每个IHSS任务，HTG为每个能力索引等级提供了一个时间范围（从低到高）。所以，如果就穿衣任务，您的排序是2级，那么您获得的时间是在一个范围里进行选择的。请记住，只有在适合您个人情况的情况下才能使用HTG。这意味着您获得的时间可能比HTG里提到的要更多或更少，只要社会工作者记录了您需要更多或更少时间的原因。本指南的第3部分提供了有关何时因个人情况而不适用HTG的说明。

- 日志
 - 准备评估或公平听证会的关键部分是要用日志记录每天完成了哪些任务和每项任务用了多长时间。这是因为您可以获得完成每个需要帮助的IHSS任务所需的时间。人们很少意识到护理涉及的所有任务以及完成任务所需的时间。
 - 例如：对于浴室事故，清理时间（这是大小便护理的一部分）不仅只是清洁的时间，还包括取出清洁用品并再次将其放置回原位的时间。如果涉及体液或排便，则需要额外的时间来使用通用的预防措施。通用的预防措施包括每当您接触体液和废物（尿液、粪便、血液、阴道分泌物、精液、脓液、唾液）或接触脏衣服、衣物或其他被体液污染的物品时，需要洗手和使用手套或面罩。
 - 每项任务涉及的时间可能每天都会变。例如，由于肢体柔韧性的差异，在某一天为痉挛性四肢瘫痪脑瘫患者穿衣需要的时间可能是第二天的两倍。IHSS基于平均时间来计算小时数，所以重要的是要知道任务需要的时间范围。
 - 有时IHSS社会工作者可能并不总能确定您何时需要比HTG推荐的更多时间。要记住，**您有权获得完成每项您需要帮助的IHSS任务所需的时间**

- 。因此，您和您的提供者要记录您需要帮助的所有IHSS服务以及完成每项任务所需的时间，这非常重要。我们建议您在县工作人员进行初步评估或重新评估之前记录至少两周。
- 如果县IHSS工作人员的下一次访问是为了重新评估，请重新看一看目前被批准的做特定任务的小时数。如果被批准的时间超出了任何任务所需的时间范围，请准备好解释为什么您需要更多时间（比HTG允许的多）完成您需要帮助的IHSS任务。

我该如何进行自己的评估？

在您的家中评估或听证会之前，请完成第2部分中的IHSS工作表。此工作表将帮助您记录每个IHSS任务所需的时间。与县评估表一样，此工作表是基于1周的期限，除家政服务那个条目，家政服务时间为1个月。一旦您记录了一周内您完成需要获得帮助的每个IHSS任务所需的时间，您就可以将之与HTG进行比较。如果您需要的时间超过HTG推荐的时间，根据您的能力，只要您的社会工作者记录（即在IHSS案件文件中写下您需要更多时间的原因）为什么您需要额外的时间，您就可以获得更多时间。

在本指南中，我们使用的小时和分钟格式的描述在ACIN No. I-82-17 (2017年12月5日)，可在线获取：<http://www.cdss.ca.gov/inforesources/2017-All-County-Information-Notices> 您的IHSS行动通知也是小时和分钟格式。

如果您需要比HTG中的范围更多的IHSS时间（参见上面的ACIN No. I-82-17的链接），请说明您需要更多时间的原因。为了帮助您，本指南的第3部分是一个我们在个案中看到的“需要更多IHSS时间的因素或原因”列表。其中一些原因可能适用于您的情况。

我怎样才能为县评估做好准备？

家访的目的是看您可以为自己做什么、不能为自己做什么、您需要什么样的服务以及您的提供者做这些服务所需的时间。您要做的就是帮助县IHSS工作人员了解您的所有护理和特殊护理需求以及它们所需的时间。诚实坦诚很重要。不要轻描淡写您的残疾问题和护理需求，因为这样您最终可能无法获得所需的时间。即使您可能感到尴尬，也要充分解释事情，以便县工作人员能了解您的情况。

在县工作人员到达前，把第2部分的IHSS工作表准备好，填好您认为需要的时间。请记住，县只会批准您真正需要的时间，不会批准额外时间用于“舒适”服务。舒适服务的一个例子是额外的除尘，使房间看起来整洁。

准备解释您的工作表时间。做一个清单，这样您不会忘记任何事情：

- 您需要什么任务或您的提供者做什么任务
- 您如何确定每个任务需要的时间（如果县之前批准的时间与您认为现在需要的时间不同，那么这一点尤为重要）
- 为什么HTG不适合您的护理需求（可能不适用于您的情况）
- 需要考虑哪些特殊因素

我如何记录特殊因素？

从医生那里获取有关您的特殊需求的文件。例如：

- 一张说明，表明由于过敏或肺/呼吸问题，你需要无尘环境
- 一张证明大小便存在问题的说明
- 关于您需要每月更换床单超过两次的说明

什么是辅助医疗服务？

辅助医疗服务是由医生为您的健康而开具的，需要一些培训和判断力才能完成。常见的服务包括注射、结肠造口冲洗、导管插入/护理、吸气引液、G和NG管喂养、呼吸机和氧气护理、粪便嵌塞、改善功能的运动范围、伤口/褥疮溃疡护理以及其他需要无菌操作的服务。要求提供足够的时间来完成整个服务，从准备到清理。提供者有时不会要求记录可能所需的额外时间—例如糖尿病测试和注射给药。

辅助医疗服务很重要，因为这样可以使需要复杂医疗护理的人留在家里而不是去疗养院。只有医生能决定县必须提供哪些服务以及必须支付多少小时。县不能减少医生规定的服务时间。提供者做这些服务不需要任何特殊许可证。

如果要符合条件：

- 医生填写并签署订单，注明服务和所需的小时数：您的医生通过签署处方规定服务和时间来决定资格条件。县可能会把表格发送给您的医生。告诉医生办公室他们会收到表格，您可以参与其中并提供帮助。
- 您完全无法执行该服务：一些精神或身体上的损伤使您无法做这件事，例如注射或更换导管。
- 完成该服务需要培训和判断力：提供者接受医生或其他健康专业人员的培训，以了解采取的步骤以及如何进行每项步骤来完成该服务。这些步骤要求提供者仔细观察您以避免错误。

辅助医疗表格，SOC 321，在此网站：

<http://www.cdss.ca.gov/cdssweb/entres/forms/English/SOC321.pdf>

县使用几种策略拒绝或改变医生批准的辅助医疗服务。有办法阻止这些策略。

- 县告诉您，某些服务可能不被允许作为辅助医疗服务。回应：与医生讨论服务。解释清楚，Medi-Cal/Medicare 涵盖的任何技术护理服务均符合资格。医生通常知道那些是什么。
- 县试图说服医生改变服务或时间的处方。回应：先咨询医生，并且根据您的日志 获得小时数的批准,讨论您的病况以及保持医患关系免受外界干扰的需要。解释说，医生在已签字的SOC321表格上的决定是最终决定，县必须遵守。
- 县护士观察了一天，并根据她的观察结果缩短时间并打电话给医生。回应：日记显示时间是变化的；平均时间要大于观察日那天。
- 县说家庭健康机构将提供服务，首先在那里申请。回应：家庭健康机构不是替代资源，因为家庭健康机构提供有时限的服务。
- 县说运动范围是个人护理服务，县决定资格和时间。回应：当医生开具的运动范围 是同时为了改善和保持功能时，那就是辅助医疗服务。

有关辅助医疗服务的更多信息以及如何获取辅助医疗服务的建议，请阅读我们的辅助医疗出版物，在此处：

<https://www.disabilityrightsca.org/publications/the-ihss-program-covers-paramedical-services>

什么是保护监督？

保护监督是监督有严重精神障碍的人，避免他们在家中伤害自己。当IHSS接受者需要24小时监督，并且如果受到监督就可以安全地呆在家中，那么可以向IHSS提供者付工资以观察此人，以防止受伤或事故。保护监督很重要，因为IHSS接受者可以获得大量的每月时间—对于非严重受损的人是至少195小时，对于“严重受损”的人则为283小时。即使县减少了其他一些IHSS服务的时间，IHSS接受者也会获得最大值（195或283）。

如果要符合条件：

- 此人必须表现出严重的精神损害；判断力差（做出关于健康或安全的错误决定），迷惑/迷失方向（盲目乱走，迷路，混淆人、日或时间）或记忆力差（忘记开始或完成某事）。智力残疾、自闭症、痴呆症和精神残疾可能会导致此类损伤。
- 如果此人独自在家就一定有受伤的危险（走出家门、让陌生人进来、打开煤气、点火、不关水龙头、吃错食物或吃不可食用的东西、撞头、咬自己、搔抓、使用刀具或其他锋利的家用物品）。
- 此人必须每天24小时被监督（住在家里的朋友或亲戚、学校或日间课程的老师、汽车或公共汽车的司机）。

如果此人需要保护监督，县可能会向治疗医生发送一份表格，要求提供有关接受者精神疾病的信息。告诉医生办公室他们会收到这个表格，以便您可以帮助医生填写表格。您也可以自己下载表格，并且让医生填好。表格在这里：

<http://www.cdss.ca.gov/cdssweb/entres/forms/English/SOC821.PDF>

如何评估儿童的保护监督？

全县信（ACL）15-25，第6页表示，县必须按照4个步骤确定保护监督的资格。县必须决定：

- 1) 该未成年人是否因为精神损害/精神疾病而无法进行自我指导？
- 2) 如果该未成年人患有精神障碍/精神病并且无法进行自我指导，他/她是否可能做有潜在危险的活动？
- 3) 依据加勒特诉安德森法庭命令，与没有精神障碍/精神病的年龄相仿的未成年人相比，他/她是否也需要“更多监督”？“更多监督”可以是更多时间、更大强度，或两者兼而有之。需要的额外监督必须大大多于日常儿童保育，而且不仅与儿童的能力限制有关，而且这种帮助使儿童能安全地呆在自己家中。例如，非残疾儿童会识别疼痛并停止有害行为。精神残疾的儿童可能无法识别疼痛，并且在受到重新指导之前会不断伤害自己。如果一直有需要进行更强烈的监督（即观察孩子）和不断需要重新指导以避免伤害，那么也可能需要更多监督。
- 4) 如果需要“更多监督”，是否需要24小时监督，以使未成年人能安全地呆在家里？

您可以在网上找到ACL 15-25，网址是：

<https://www.cdss.ca.gov/lettersnotices/EntRes/getinfo/acl/2015/15-25.pdf>

其他有关保护监督的ACL包括：

ACL 98-87，在线登于：

<https://www.cdss.ca.gov/lettersnotices/entres/getinfo/acl98/98-87.PDF>

以及

ACL 17-95，在线登于：<https://www.cdss.ca.gov/Portals/9/ACL/2017/17-95.pdf?ver=2017-09-14-113431-017>。

保护监督被拒绝，我该如何应对？

县提出许多常见的借口来告诉某人没有资格。这里列出了反驳他们的一些方法。

是否有严重的精神障碍？

- 县的借口：在家访时未发现严重的精神障碍。回应：您的每日日志，医生声明，区域中心记录；家访太短，观察了行为但是没有回答准则问题；县评估文件显示严重的精神障碍。

- 县的借口：因身体受损而非精神损害需要保护监督。回应：由于精神损害不了解身体损伤，不理解或明白行为对身体损伤的后果（试图自己起床或走路，当这样做有受伤风险时；即使因糖尿病有受伤危险也要吃甜食；尝试去除绷带或管道或支具因为它疼或刺激等）。
- 县的借口：身体障碍导致危险行为。回应：精神障碍也会导致它；不要求表现精神是唯一原因。

家里有危险的行为吗？

- 县的借口：精神疾病的正式诊断不证明有需求。回应：医生对具有该诊断的人的典型行为的陈述。
- 县的借口：最近没有受伤。回应：接受人受到了良好监督。
- 县的借口：县工作人员家访时，没有看到有危险行为的证据。回应：频率不是每小时；错过了之前和之后的天；不能凭1小时的表现来概括一天24小时的情况。
- 县的借口：“完全”身体瘫痪可以防止接受者做危险的事情。回应：任何危险的有目的的行动，拔出导管、G管等。
- 县的借口：如果打某人或破坏财产，则具有攻击性和反社会性。回复：在成年人中：咬自己、头部撞击、破坏财产等自我伤害行为会导致自我伤害，这在精神病中很常见。在儿童中：正常行为通常具有攻击性和反社会性。

需要并得到了24小时监督吗？

- 县的借口：不需要24小时监督，因为有时无人监督—比如在公共汽车上、在汽车里。回应：总是受到监督，公共汽车/汽车是有成人驾驶员的受控环境。
- 县的借口：接受者有时一个人待着，不是24小时被监督。回应：经济上负担不起，有人在看，幸运没有意外，接受者的情况恶化。

- 县的借口：需要进行身体上的重新指导，而不仅仅是看着或口头指挥。回应：监督包括重新指导和一些干预。
- 县的借口：家庭不鼓励独立，对轻度智障人士过度保护。回应：在过去，更多的独立造成伤害或近乎意外；其他人（区域中心医生）建议24小时监督。
- 县的借口：改变环境以消除风险：移除炉灶的旋钮，锁好工具；支撑轮椅，把此人用带子固定到轮椅上；移除热水的旋钮；用较高的床栏，防止夜间游荡；固定好家具。回应：无法进行所有更改；其他人把家改成养老院或监狱；接受者年龄越大，在不失去房屋特色的情况下，可能的变化越少。
- 县的借口：孩子在外面玩，没有成人监督。回应：院子有围栏；无法爬出去；院子里没有危险。
- 县的借口：儿童总是需要由成年人监督。回应：父母并非总是在没有精神残疾的儿童视线范围内；孩子需要比同龄孩子更多的监督。孩子越年轻，行为就越严重。2岁以下儿童最难。
- 县的借口：去行为育儿班。回应：不会解决潜在的行为；已经去过但是不成功；将会去，但需要它直到被证实有效。

接受人不再符合条件吗？

县的借口：县不正当地给予了保护监督；重新评估显示没有资格终止通知。回应：关于精神能力排名的SOC 293，H行没有变化；接受者的家或身体状况没有变化，立即申诉保持IHSS，直至作出决定。此表在您的IHSS文件中。您可以要求县为你提供此表格的副本。

有关保护监督的更多信息以及如何获得保护监督的建议，请阅读我们的保护监督出版物，请在此处找到：<https://www.disabilityrightsca.org/publications/in-home-supportive-services-protective-supervision>

有精神残疾的人可以获得IHSS吗？

可以。IHSS不只是适用于身体或发育残疾的人群。如果您有精神残疾，并且如果您需要帮助才能住在自己家中或其他人家中，那么您可能有资格。“家”可能包括您

与其他人共享的一个公寓，或是一个酒店房间。如果您居住在护理设施中，您就没有资格获得IHSS或个人护理服务。但是，这些服务可以帮助您从护理机构转到您自己的公寓或酒店房间。

以下是您可能需要IHSS才能住在自己家或亲戚或朋友家的一些原因：

- 您需要“提示”才能在早上起床和做洗澡、梳洗、穿衣、服药、吃饭等任务。排序中的提示和帮助是描述人们在开始任务和从一个步骤到另一个步骤所需的帮助的术语。由于您的残疾或药物的副作用，如果没有人在场来指导您完成整个过程，您可能无法做到这一点。
- 同样，您需要“提示”来帮助您完成为了晚上上床睡觉的一系列任务。
- 准备饭菜，此人可能无法始终如一地、安全地独自完成。
- 提醒吃饭喝水。
- 购物、清洁、洗衣和菜单规划。
- 需要作为“保护监督”的监督和干预，因为您可能会把一种无害、良性的情况看作有个人威胁而且您认为需要作出反应，而此反应可能导致自我伤害。在这种情况下，您可能需要转移或重定向您的注意力，帮助您看到没有威胁，或采取措施防止受伤。

处理IHSS申请的县工作人员主要接触的是有身体残疾（使用轮椅或因严重关节炎而无法做事）或认知障碍（有智力障碍或痴呆症）的人。他们不常处理精神残疾的人的申请。这意味着县工作人员将需要您和帮助您的人的更多帮助，以了解为什么您需要家中护理帮助。您将需要您的心理医生、心理学家、您去的诊所的社会工作者或您的个案经理（或任何其他帮助您并了解您需求的人）的来信。信应该解释：

- 您需要帮助的事情和您需要哪种帮助。
- 为什么您因为残疾而需要这种帮助。例如，他们可以解释您的药物加上您的残疾使您很难按时起床，很难在没有帮助的情况下做早晨需要做的其他事。
- 得不到所需的帮助，可能意味着您不能继续在自己的家里或酒店房间或公寓里独自生活。
- 如果不能获得所需的帮助，可能会使您的病情恶化。例如，如果没有人每天帮助您起床并保持公寓整洁，您的日常生活可能会感到混乱并导致您陷入危机。如果没有帮助提供生活中的结构和秩序，您将面临危机，甚至可能意味着去急诊室。

儿童可以得到IHSS吗？

可以。儿童可以得到：

- 个人护理服务（洗澡、上厕所、穿衣、喂食、行走辅助等）。
- 相关服务（膳食准备、计划和清理、洗衣、去买食品）。
- 辅助医疗服务（如果由医生开处方—注射、导管、管饲、抽吸）。
- 保护监督（24小时监督，以防止受伤）
 - 不是固定的儿童保育或监督
 - 必须显示残疾儿童与其他同龄儿童之间的差异。
- 儿童无法获得家政服务

我的父母可以成为我的提供者吗？

可以。如果您是成年人，您可以不受限制地有父母提供者。

未成年子女的父母可以成为孩子的IHSS提供者吗？

如果您有个接受IHSS的未成年子女，您可以成为父母提供者，前提是：

- 因为必须照顾您的孩子，所以您辞职或者找不到工作， 而且
- 没有其他合适的护理提供者（有意愿并且有能力）， 而且
- 您的孩子面临家外安置或护理不足的风险。

如果父母双方都住在家里，一方父母可以在另一方父母工作、上学、睡觉或残疾时获得报酬。当您购物、做差事或为家人做其他事时，您的孩子每周也可获得8小时的休息时间（来自非父母提供者）。

有关更多信息，请参阅“关于与父母同住的未成年接受者的规定的澄清”，ACL 19-02（2019年1月9日），在此处：

<http://www.cdss.ca.gov/inforesources/2019-All-County-Letters>

您也许还想查看ACL 15-45，其中有“与父母同住的未成年接受者的问题和答案”，在此处：

<http://www.cdss.ca.gov/lettersnotices/EntRes/getinfo/acl/2015/15-45.pdf>.

IHSS父母提供者申请遭拒，我该如何应对？

父母是否有资格作为提供者（有能力并且有时间）？

县的借口：父母可以将孩子放在课后日托，然后全职工作（每周40小时）。回应：没有合适的日托，雇佣不起最低工资的保姆，孩子需要父母的特殊激励。

县的借口：父母工作不到40小时，但可以全职工作。回应：经常去看医生，其他紧急情况或压力导致不能全职工作，失去了以前的全职工作。

父母的IHSS收入会影响未成年子女的SSI福利吗？

父母因向其未成年子女提供IHSS服务而获得的IHSS收入不会影响孩子的SSI金额。但是，父母收到的其他收入可能会影响孩子的SSI金额。

我可以获得IHSS并仍然可以从区域中心获得暂息机会吗？

可以。区域中心提供的暂息服务与IHSS不同。您应该能够获得IHSS，包括保护监督，而不会失去任何暂息小时。如果区域中心因为您获得IHSS而试图减少您的暂息，请致电Disability Rights California。

我的配偶可以成为我的提供者吗？

可以。对于非医疗个人服务（见工作表的第4类）和辅助医疗服务，您的配偶或其他任何人可以成为获得工资的IHSS提供者。关于保护监督，您的配偶可以是您的提供者，前提是：

- 您的配偶离开了全职工作；或者
- 由于没有其他合适的提供者，因此无法获得全职工作；以及
- 因此有不适当的家外安置或护理不足的风险。

如果您的配偶不能或不在，则其他人可能会提供这些和其他IHSS服务。“不在”包括配偶因工作或其他必要原因离开家的时间，或配偶在睡觉或满足其他家庭成员的需要时。

如何获得IHSS每月最长小时数283？

您必须是“严重受损”并获得保护监督，或者您必须每月至少需要283小时的IHSS服务（不包括保护监督）。要确定您是否有资格成为“严重受损”的接受人，请把第2部分中工作表上用星号（*）标注的“基本”服务类别加起来。如果它们每周总共20小时或更长时间，您就是严重受损者。

如果您有资格获得保护监督，如果您“严重受损”，您将获得283小时。如果您没有资格获得保护监督，但如果您的护理需求每月总计达到这一数额，您也将获得283小时。

如果您有资格获得保护监督，但如果您没有严重受损，您的时间至少为每月195小时。您收到的总小时数取决于县评估以及您所参加的IHSS计划。如果您对自己所参加的IHSS计划有疑问，请先咨询您的县工作人员。如果您在与县工作人员交谈后有疑虑或疑问，可致电DRC的接收热线：1-800-776-5746。

如果您不同意IHSS的小时数，您应该 上诉并要求公平听证会。

我什么时候要求听证会？

如果县减少您的小时数或结束您的IHSS，您必须在IHSS行动通知中提到的减少生效前申请公平听证会。如果您在IHSS行动通知提到的变化发生前要求举行听证会，您将继续收到您的所有小时数，直至听证会结束。IHSS行动通知的第一页将告诉您IHSS行动通知何时生效。如果您没有收到IHSS行动通知，或您的行动通知在您收到后的不到10天后生效，您应该在您的听证会之前要求听证会和支付的援助。当您要求听证会时，您需要解释您没有收到IHSS行动通知或您收到的IHSS行动通知来晚了。如果县拒绝了您的更多IHSS小时的申请或要求，您必须在90天内提出申诉。

我该如何要求听证会？

您可以通过网络、电话、邮件或传真要求听证会。

[点击此处在线申请听证会](#)

通过电话申请听证会：

拨打州听证会部门的免费电话
(800) 743-8525 或 (855) 795-0634

公众咨询和回应免费电话
(800) 952-5253 或 TDD (800) 952-8349

以书面形式要求听证会：

将您的请求提交给县福利部，用行动通知上面的地址或邮寄至：

California Department of Social Services
State Hearings Division
P.O. Box 944243, Mail Station 9-17-37
Sacramento, California 94244-2430

把听证会请求传真给：(833) 281-0905

如果您需要口译员，或者您需要为将要作证的人（例如您的IHSS提供者）提供口译员，请在您的请求中包含这一点。有关听证程序的更多信息，请单击此处访问[州听证会部门网站](#)。

我怎样才能获得我的听证会的信息？

收集有关县IHSS工作人员如何确定您被批准的时间的信息。

- 预约去您的IHSS办公室查看您的IHSS案件档案。
- 向您的工作人员索取最新的“需求评估”表格副本。县的表格将包括关于为什么给或不给小时的说明。您还应该索取最新的SOC 293表格的副本。SOC 293表格包含有关您能做什么和不能做什么的能力排序的信息。如果您要对小时数的减少进行挑战，请索取新的和旧的县评估表和新的和旧的SOC 293表的副本。
- 索取文件中的相关记录的副本，这些记录包含了过去一年中与您的联系和家访情况。
- 索取县的HTG的副本。
- 索取您的档案中的任何医生或医疗报告的副本以及任何辅助医疗表格的副本。
- 如果IHSS减少了您的小时数，请向您的工作人员索取减少通知上列出的规章制度的副本。

如果县工作人员不从我的文件中提供副本怎么办？

告诉工作人员您有权查看您的文件，这也可能意味着县为您提供文件副本。您可以给工作人员[ACL 18-52的一份副本](#)，此文件的名称是“向申请人/ 接受人或授权代表发布家中支援服务（IHSS）个案记录”（2018年5月9日）。这封信包含有关您的档案的法律法规和对县的指示。

我在哪里可以找到有关IHSS的法律？

IHSS法规在社会服务部《政策和程序手册》第30部分。 [点击这里看IHSS法规](#)。第30部分的法规有4个条目。 跳过第一个条目。 IHSS法规从第2个条目大约第5 页开始，在第3个条目继续并在第4个条目结束。

全县信是州社会服务部发给县的指令。 信件涵盖很多计划。 只有几个是关于IHSS。 [点击这里查看全县信](#)。

全县信息通知是州社会服务部发给县的公告。 通知涵盖了很多计划。 只有几个是关于 IHSS。 [点击此处查看全县信息通知](#)。

我申请听证会后会发生什么？

在您提出上诉后，州政府会向您发送有关您的听证会权利的信息。 该信息将包括县上诉工作人员的姓名和联系信息。 县上诉工作人员是在听证会上代表县的人。 您的IHSS文件可能在那个办公室。 许多上诉工作人员试图在没有听证会的情况下解决纠纷。 上诉工作人员通常比您在IHSS办公室接触的人员更有经验和知识。

上诉工作人员可能会打电话给您，告诉您“有条件撤回”是什么，以便进行新的评估。 如果您同意有条件撤回您的听证请求（上诉），您将无需参加听证会。 县将必须做某事（例如完成新的评估），这是您撤回听证会的条件。 县将通过向您提供一个被称为“有条件撤回表”的文件来这样做。 在签署（同意）撤回听证请求前，您必须确保已收到、审阅、理解并同意您的有条件撤回表格。 如果您提出要求，大多数县将同意通过电子邮件提供您的“有条件撤回”文件。 如果您不同意新的评估或者县不批准追溯福利，您可以要求再次安排听证会。

听证会之前我可以获得该县证据的副本吗？

可以。您有权在听证会开始前至少2个工作日获得县的立场声明。例如，如果您的听证会是在星期五，那么您有权在星期三上午获得立场声明。规定中没有任何内容阻止县提前向您提供，如果可以的话。如上所述，您也可以随时查看您的档案，无论您是否有未决的听证会。县的立场声明将帮您确定您需要的其他证据和证人。如果您在听证会快开始前还没有得到副本，您可以要求“让记录保持开放”以提交其他证据（如信件或声明），以回应县立场声明中的任何内容。即使您及时得到了县的立场声明，您仍然可以要求将听证会记录保持开放状态，以便提交更多证据。

在听证会上会发生什么？

县首先会说明为什么您的时间减少或为什么您不应该有您认为需要的额外时间。如果县减少您的小时数或取消某种服务（如保护监督），县需要表明您的情况如何有了改善或生活环境的改变如何意味着您需要更少小时。

关于您和县不同意的每个服务类别区域，您和县可以提供有关您的需求的证据（证人证词、信件、日记、医疗报告）。您的证据应该解释：

- 您需要什么服务
- 提供服务需要多长时间
- 为什么您需要的时间多于评估或指南中规定的时间，以及
- 如果您没有获得该水平的服务，您可能会面临哪些风险。

IHSS公平听证会是非正式的。您坐在桌子旁而不是在法庭上。重要的是解释为什么需要更多时间。最好的证据来自提供护理的人，并且有所需时间的日记。证人可能包括您、过去和现在的IHSS提供者、区域中心顾问、朋友、家人以及其他任何有法官需要的信息的人。对于每个证人，列出您希望证人表达的意思，并在意思被表达时把它划掉。

我如何获得听证会的帮助？

我们的出版物：“[准备听证会：IHSS终止或减少小时数](#)”（[点击这里](#)）有更多关于听证会的宣传信息。它还有两种您可能需要使用的表格：

1. 从医生那里获取有关您的能力水平的医疗文件的表格

2. 根据您的能力情况，解释为什么您需要超过HTG允许的小时数的表格

如需更多帮助,请致电区域中心(如果您是区域中心客户)、独立生活中心、法律援助计划、老年人倡导计划、Disability Rights California 的免费电话:(800)776-5746,或残疾人权利法律中心,其电话号码是(213) 736-1031。要查找您所在地区的老年人倡导计划的电话号码,请致电您所在县的老年人办事处或州老龄部(800) 510-2020。

第2部分：自我评估工作表

(注意：以下部分并非完成可以无障碍访问。如果您需要这些工作表的不同格式，请与我们联系，电话：1-800-776-5746。)

家中支援服务（IHSS）自我评估工作表

家政服务：仅限成人。儿童没有资格获得家政服务时间。

家政服务通常限于每个家庭每月6小时，并除以家庭中的人数。如果由于接受者的残疾而导致每月需要超过6小时的家
政服务（例如，由于失禁导致更频繁的卫生间清洁，因为哮喘需要经常除尘等），请在下面的栏中标记所需的时间。

IHSS家政服务表，需要打印并填写空白

家政服务	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	总计
a. 清扫和吸尘								
b. 洗厨房的台子								
c. 清洁烤箱和炉子								
d. 清洁和解冻冰箱								
e. 储存食物和用品								
f. 把垃圾拿出家								

家政服务	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	总计
g. 除尘和捡拾								
h. 从院子里的燃料箱带来 加热或烹饪用的燃料， 杂项								
i. 更换床单								
j. 杂项								
家政服务总计								

相关服务： 膳食准备、膳食清理、日常洗衣、购物和其他差事。（周一至周日。）

IHSS相关服务表，要打印并填写空白处

相关服务	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五			星期六			星期日			总计			
早饭=B, 午饭=L, 晚饭=D	B	L	D	B	L	D	B	L	D	B	L	D	B	L	D	B	L	D	B	L	D	B	L	D	
a. 准备饭菜、端饭菜、切食物*																									
b. 膳食清理和菜单规划**																									
c. 洗衣、修补、熨烫、分类、折叠和收起衣服 (通常, 在家是每周60分钟, 不在家是每周90分钟)***																									
d. 其他购物/差事 (通常, 每周最多30分钟)***																									
相关服务总计																									

IHSS非医疗个人服务表，将被打印并填写空白处

非医疗个人服务	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	总计
重度清洁								
非医疗人员服务								
a. 呼吸*								
b. 大小便护理(包括帮助上/下马桶)*								
c. 吃饭和喝水*								
d. 床浴*								
e. 穿衣*								
f. 月经护理*								
g. 步行*								
h. 上床下床*								
d. 梳洗、沐浴、护发、 牙齿和指甲*								
j. 摩擦皮肤以帮助循环， 在床上翻身，在轮椅上调整位置，帮助上下车*								
k. 护理和假肢帮助*								

非医疗个人服务	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	总计
个人护理服务总计								

IHSS运输服务表，要打印并填写空白处

运输服务		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	总计
医疗运输									
a. 去看病***									
b. 去替代资源									
院子里的危险减少									
保护监督									
<u>辅助医疗服务</u>									
(即导管插入、注射、 运动范围练习等，请注明)									
每周服务总量									
(除家政服务外的一切)									
乘以4.33，以得到月总数									
加上家政服务									
(每月最多6小时，除非 上面第1页显示更多需要 的小时数)									

每月服务总计									
--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

* 如果加星号的小时数每周等于20小时或更长时间，则接受人是“严重受损”。

** 如果IHSS需要协助用餐准备和吃饭，那么在确定是否有严重受损时，也会纳入膳食清理时间。

*** IHSS将支付帮助您进出医疗预约的运输时间以及等待时间。为了得到去看病时等待时间的工资，提供者必须证明，当他们去接受者的医疗预约时，他们因为无法预测接受者的预约要花多长时间所以不能离开。有关往返医疗预约的运输以及去这些预约时提供者等待时间的更多信息，请参阅我们的IHSS提供者等待和旅行时间出版物，可在线获取。 [DRC 出版物 # 5607.01](#)。

第3部分：需要更多IHSS小时数的因素或原因

家政服务

州的法规通常只允许每个家庭每月获得6个小时用于家政服务。在颁布此法规时，州解释说，每月6个小时是基于每月获得两次家政服务。

如果4个人住在家里，接受者可获得的IHSS总小时数为每月1.5小时。如果接受者的室友住在那里只是作为照顾者，则不应按比例提供家政服务。

县应该只为家的公共区域按比例分配小时数—您自己的房间或浴室应该被单独批准。如果您需要更长时间的家政服务才能安全地呆在家中，那么县应该为HTG规定的每月6小时而做出例外。例如：

- 过敏或肺呼吸问题表明需要无尘环境并需要频繁的除尘和吸尘。
- 由于蟑螂或其他害虫问题，垃圾需要每天清除，或者比每月两次更频繁。
- 如果您洒出东西，那就需要经常清洁，特别是如果有蟑螂或害虫问题。
- 失禁导致需要经常局部清洁地板、家具等。
- 垃圾桶位于建筑物后部，需要通过两扇双锁门，需要10分钟才能到达并返回。
- 如果您在床上吃饭，必须每天3次将床吸尘并重新铺床以去除食物碎屑。由于溢出，床单必须更频繁地更换。
- 如果您有失禁/意外，床单必须每月更换两次以上（每天、每周三次、每周一次等。）
- 由于皮肤脆弱和褥疮的风险，床单需要保持光滑以防止出现急性湿性皮炎；需要确保床上用品没有任何东西摩擦或刺激皮肤。
- 因为您掉东西在地上，需要更多地收拾。
- 由于冰箱上的密封件磨损，因此需要更多时间来清洁和解冻冰箱。
- 因为您大部分时间都在床上或因为出汗，床单需要更频繁地更换，超过每月两次。
- 因为全建筑的蟑螂喷洒，需要一次性将所有物品从厨房清除，架子要被洗，并在喷洒后放回物品。（这段时间是合理的，不仅仅是由于健康和原因，也是为了建立和维持独立的生活状况，因为不遵守规定可能会使您面临被驱逐的风险。）

个人护理服务

个人护理服务必须单独评估。一定要计算整个任务的时间，从头到尾。如果您需要更多个人护理服务时间才能安全地呆在家中，县应该允许对指南的例外。例如：

- 轮椅无法进入卫生间。这意味着洗澡和其他个人护理/美容活动需要额外的时间。
- 在做大小便护理时，卫生间的意外事故需要额外的清理。
- 您对疼痛很敏感—即使梳头也感到很疼。个人护理服务必须缓慢而谨慎地进行。
- 您吃得慢咀嚼也慢，需要被劝说或您的下巴需要被人手动操作。每餐可能需要45分钟才能吃完。
- 虽然您可以自己进食，但您需要照顾者帮助举一些东西，还因为存在呛食问题。
- 由于溢出、失禁、皮肤问题，您每周需要洗澡两次以上。
- 您的皮肤很脆弱，很容易受到褥疮的影响；需要确保没有任何东西摩擦或刺激皮肤，如衣物或您坐在轮椅里的位置等。
- 由于头皮屑或头发中混入食物屑，您需要每周洗头一次以上。
- 需要额外的时间与IHSS提供者沟通（例如必须使用单词和字母板的脑瘫患者）。
- 容易得呼吸道感染，因此洗发后必须将头发擦干。

相关服务

用餐准备和/或菜单规划需要额外的时间，因为：

- 您需要特殊的饮食，如不含盐和糖的饮食或需要新鲜食物
- 您的食物需要被切成小块或泥状
- 您需要餐间饮品和零食
- 您的餐食和饮食习惯与其他家人不同，因此需单独准备膳食

由于脑瘫痉挛，您需要2-3倍的食物，因此需要更多时间来准备膳食，做菜单规划和清理、购物和喂养。

膳食清洁需要额外的时间，因为洒出造成餐桌、轮椅和地板需要清洁。

洗衣需要额外的时间，因为：

- 由于失禁、溢出，需要额外的床单和衣服更换，以及需要在洗涤前冲洗。
- 当涉及体液（尿液、粪便、血液、唾液、粘液、呕吐物）时，需要额外时间，以遵守通用预防措施，例如冲洗、与其他衣物分离和单独洗涤。
- 由于盗窃，需要在洗涤和烘干期间留在洗衣房。
- 由于皮肤敏感，衣服需要更多一个漂洗周期。

购物、差事需要额外的时间，因为：

- 与主要市场的距离。
- 需要更频繁地去市场或因特殊饮食而需要去多个地方，需要新鲜食物。
- 由于Medi-Cal对方大小的限制，经常需要去拿药，因为在一个地方无法满足所有药物需求。
- 生活在低收入地区，市场更少、更拥挤，意味着排队等待时间更长。
- 需要使用公共交通和出租车。

我们希望收到您的反馈！请填写以下关于我们出版物的问卷，并告知我们做得如何！[\[完成问卷\]](#)

如需法律援助，请致电800-776-5746或填写[援助申请表](#) 如有其他需求，请致电916-504-5800（北加州）；213-213-8000（南加州）。

Disability Rights California 由各种来源提供资助，如需资助者的完整名单，请访问
<http://www.disabilityrightsca.org/Documents/ListofGrantsAndContracts.html>