



Northern Sydney
Local Health District

Simplified Chinese



当亲友在医 院去世



这本册子撰写的目的是提供一些当有亲友在医院去世时可能对您有帮助的信息。

如果您需要获得进一步的信息, 请于周一至周五工作时间联系社工部门。

皇家北岸医院 (Royal North Shore Hospital) : (02) 9462 9477

莱德医院 (Ryde Hospital) : (02) 9858 7680

霍斯比库岭盖医院 (Hornsby Ku-ring-gai Hospital) : (02) 9763 3555

莫娜维尔医院 (Mona Vale Hospital) : (02) 9998 6300



CONSUMERS
AND CARERS
APPROVED

目录

亲友刚去世	3
个人物品	3
安排丧礼	4
事先安排的丧礼	4
死亡证明	4
支付丧葬费用	5
法律事宜	6
向死因调查官通报的死亡	6
应该通知谁	7
关于悲伤	8
在悲伤期间支持自己	9
7天24小时免费支持热线	10
支持服务与网站	11
词汇表	12

可提供口译服务

北悉尼地方卫生区 (Northern Sydney Local Health District) 为英语不流利的患者、其照顾者和家人 (包括有听力障碍的人) 提供专业的医疗口译服务。

如果您需要面对面或电话口译服务, 请询问医院工作人员。



亲友刚过世后

逝者刚过世时，死者的亲友可能希望花点时间陪伴刚过世的死者。工作人员会尽可能安排亲友可以花点时间陪伴逝者。根据不同医院的情况，也许会在病房或是在医院的太平间。如果有亲友无法花时间在医院陪伴逝者，一般来说之后在殡仪馆还有机会可以陪伴死者。

患者病逝时，家属无须签署任何文件。

如果在此期间您有任何特殊要求，或者希望获得任何实际的、精神上的或文化方面的协助，请告诉我们。您可以要求在工作时间与社工谈谈。我们也有不同宗教信仰的神职人员能提供协助，请问社工或者护理人员。

您也可以请自己的宗教牧师或代表前来，如果这样更方便的话。您可以通过医院的总机联系原住民支持工作者。

个人物品

一般来说，当逝者的家属离开医院时，逝者的个人物品将会交给家属带走。如果当时不方便带走，家属也可在稍后的时间到病房领取。如果您或其他家属希望将某些首饰(例如：结婚戒指)由逝者身上取下或将其戴上，应尽快通知工作人员，这一点非常重要。



安排丧礼

无须在已故的亲友去世当天做任何与丧礼有关的安排。第一步应该检查遗嘱是否有死者针对丧礼方面的相关指示，并与家人讨论如何进行。遗嘱执行人应该有遗嘱的原件，在有些情况下可能有责任安排丧礼。

下一步则是应尽快联系殡仪馆（丧葬承办人）。殡仪馆将协助您安排丧礼。如果您将对发生的事情或者所需的时间有疑虑，请务必告知医院的社工部门。死者的遗体将停放在医院的太平间，直到选定的丧葬承办人接手将遗体运送至殡仪馆。

事先安排的丧礼

安排丧礼前，请先检查死者是否生前已有丧礼计划、殡葬保险基金或支付丧礼费用的人寿保险保单。

死亡证明

患者在医院过世时，医生会签署一份确认死亡和死因的表格，但是这份表格并非正式的死亡证明。

出生、死亡与婚姻登记处 (The Registry of Births, Deaths and Marriages) 负责提供死亡证明。殡仪馆提供的服务一般来说会包括通知登记处死者已去世。您也可以致电联系登记处，电话是：13 77 88。

可能需要几周时间才会收到死亡证明。如果您需要立刻取得死者已过世的书面确认，请向护理团队成员索取确认信。



支付丧葬费用

选择殡仪馆前,跟几家殡仪馆询问丧葬费用往往会有帮助。

其他应考虑的经济支持:

- 死者或许已安排了丧葬计划。
- 死者的银行存款一般可以用来支付丧葬费。请与死者的金融机构咨询相关信息。
- 预付福利或投资计划、养老金或人寿保险。
- 联邦退伍军人事务部 (Commonwealth Department of Veterans Affairs), 电话:13 32 54。
- 私人保险、工会、退休人士协会或其他死者生前可能参与的俱乐部。
- 如与交通事故有关,可咨询州保险监管机构 (The State Insurance regulatory Authority), 或者咨询工伤赔偿 (请确认理赔资格)。
- 新州原住民土地委员会 (NSW Aboriginal Land Council) 为居住在新州的原住民提供补助金, 以帮助他们支付丧葬费。请参见:
<https://alc.org.au/funeral-fund/>
- 澳大利亚服务部 (Services Australia) (即Centrelink), 电话:13 23 00, 可咨询是否符合领取痛失亲者协助/补贴。



法律事宜

遗嘱是一份载有死者遗愿的法律文件。遗嘱执行人负责向遗嘱中指定的受益人分派死者的遗产,并使用遗产(例如:房地产、金钱以及其他物品)偿还死者的所有债务。如果找不到任何由死者立的遗嘱,则死者属于无遗嘱死亡。这时建议向新州信托人与监护人机构(NSW Trustee and Guardian)咨询法律意见(电话是:1300 109 290, www.tag.nsw.gov.au) LawAccess NSW (电话是:1300 888 529) 或者也可咨询私人律师(寻找律师 – 新州律师公会, 电话:(02) 9926 0333, www.lawsociety.com.au)。

向死因调查官通报的死亡案例

法律规定,医院必须将某些死亡案例(例如猝死或死因不明)提交至新州死因调查官。如果需要,我们将与您进一步讨论这方面的事宜。如果发生这种情况,死者的遗体将被带到利德科姆(Lidcombe)的死因调查法庭(1A Main Avenue, Lidcombe, NSW, 2414)。

丧礼安排仍然可以开始,不过丧礼的举行时间可能会延迟。请务必告知丧葬承办人死者在死因调查法庭。

如果您需要进一步了解将会发生什么、可能需要多长时间或者法庭最终会做什么决定,请联系新南威尔士州死因调查法院。电话是:(02) 8584 7777 或通过他们的网站联系他们: www.coroners.nsw.gov.au。

应该通知谁

有人去世时,可能需要通知某些人/机构。他们很可能会要求提供死亡证明的认证副本。要通知的一些主要机构有:

- 澳大利亚选举委员会 (Australian Electoral Commission)
- 澳大利亚税务局
- 银行、信用合作社
- Centrelink
- 儿童抚养费服务处 (Child Support Services)
- 移民局
- 退伍军人事务部
- 教育机构
- 雇主
- 全科医生/当地医生/医疗护理专业人员 – 牙医、验光师
- 私人医疗保险公司
- 保险公司
- 房东/房地产经纪人的
- 律师(如果需要),处理遗嘱认证/遗嘱等法律事务
- Medicare
- 养老金公司
- 公用事业公司(煤气、电、水)
- 车辆登记和发牌照机构
- 澳大利亚死亡通知服务 (Australian Death Notification Service, 简称ADNS) :
ADNS 网站让您可以在该网站以一站式方式通知许多组织某人已去世。
www.service.nsw.gov.au/transaction/australian-death-notification-service-adns
- 有关应该通知谁的更多信息, 请参阅Service NSW提供的指南:
www.service.nsw.gov.au/guide/death-and-bereavement

关于悲伤

悲伤是亲人去世时**正常和自然**的感觉。没有所谓“正确”或“错误”的经历悲伤方式，哀伤也没有固定的时间表。

常见的悲伤反应

亲友去世后，我们可能会经历多种感觉，如震惊、悲伤、愤怒、内疚或绝望，以及解脱、希望和接受。当死者生前是我们生活的中心时，悲伤感可能会更加强烈。悲伤会影响我们的注意力和思维。悲伤可能会引发身体症状，如睡眠困难、头痛或食欲不振。

悲伤是一种个人的经历

每个人都会以自己的方式悲伤。外人并不能总是从一个人外在的表现看出这个人悲伤的程度。有些人以公开的方式表达悲伤，他们哭泣并想倾诉。有些人则较私密，或者他们可能不愿意说话并希望让自己保持忙碌。尊重彼此的悲伤方式很重要，即使我们不一定能加以体会。

悲伤没有时限

悲伤可能是持续的或间歇性的。它可能随时被念头、物件、人、地方或声音触发。长时间感到悲伤并非罕见。无论距离亲友去世已经过了几周、几个月、几年甚至几十年，承认您正经历悲伤都是完全没问题的。

生命在悲伤中成长

悲伤的感觉会“消失”是一个常见的迷思。随着时间的推移，痛苦会减轻，但是悲伤的感觉可能会永远伴随我们。当人们悲伤时，他们其实是在接受生活中出现变化的事实。不会“恢复正常”；反之，我们必须学会接受新的常态，重新认识这个世界和我们自己。

何时寻求帮助

虽然悲伤可能非常痛苦，但许多人发现，在家人和朋友的支持下和自己慢慢调整后，他们逐渐学会平静地接受亲友已去世的事实，不需要寻求专业帮助。

然而，有时亲者去世可能特别令人痛苦，或者生活中的某些情况可能使您悲伤的状况变得复杂。如果您感觉每天都情况艰难，去见家庭医生或悲伤辅导员可能会有所帮助。承认自己好像快被悲伤压垮是可以的。如果您寻求帮助，没有人会因此看不起您。

致谢：以上信息基于澳大利亚悲伤和丧亲中心 (Australian Centre for Grief and Bereavement) 出版的《关于悲伤》。

在悲伤期间支持自己

以下是一些在悲伤时支持自己的有用方法：

- 给自己时间和空间来悲伤。也许需要请一段时间的假休息一下。
- 允许自己私下表达想法和感受；也许是一个能让自己思考、写作或哭泣的特别地方；收集照片，听特别的音乐或点蜡烛。
- 与亲密的家人和好友在一起。
- 与朋友和家人说话，与他人分享自己的感受可以减轻悲伤带来的寂寞感和孤独感。
- 通过书籍、视频或文章了解他人的经历。
- 接受帮助 – 允许他人帮忙做饭、打扫卫生、送孩子上学、接受别人的帮助。
- 允许自己对自己有切合实际的期望。您可能无法直接做您通常会做的事情。
- 健康饮食（限制酒精和咖啡因）、运动和放松。
- 原住民和托雷斯海峡岛民 – 花时间亲近家园和大自然。
- 寻求悲伤服务或网站的支持，考虑与处于类似情况的其他人一起加入支持小组；与悲伤辅导员讨论您个人的情况。
- 在您失去亲人后的早期，您可以致电医院的社工寻求支持，或参考本手册中列出的“支持服务与网站”和“7天24小时免费支持热线”。

您可以使用Medicare医疗保险回扣去看心理学家或有心理健康认证的社工进行悲伤咨询。请咨询家庭医生，了解更多信息和转介的流程。您还可以通过您的员工协助计划（Employee Assistance Program，简称EAP）获得免费咨询。请咨询您的雇主。

7天24小时免费支持热线

如果您需要立刻与人交谈寻求支持, 下列服务机构可以7天24小时接听您的电话。

救护车/警察/消防队.....	000
非上班时间全科医生/护士 (HealthDirect) *	1800 022 222
不再忧虑热线 (Beyond Blue)	1300 224 636
免费笔译/口译服务	13 14 50
悲伤热线 (GriefLine) **	1300 845 745
儿童帮助热线 (Kids Helpline)	1800 551 800
生命线 (Lifeline)	13 11 14
家的连系 (Links2Home) (提供住房支持)	1800 152 152
男性心理健康热线 (Mensline)	1300 789 978
新州心理健康热线 (NSW Mental Health Line)	1800 011 511
“张开双臂” 退伍军人危机支持热线 (‘Open Arms’ Veterans Crisis Support Line)	1800 011 046
红鼻子慈善机构 (Red Nose Australia)	1300 308 307
自杀电话回复服务 (Suicide Call back Service)	1300 659 467
新州慈悲之友 (The Compassionate Friends NSW)	1800 671 621

*周一至周五, 晚上 11 点至早上 7:30, 周六下午 6 点开始。周日及公众假期全天

**悲伤热线服务时间是澳大利亚东部夏令时早上6点至凌晨12点



支持服务与网站

澳大利亚悲伤和丧亲中心 (Australian Centre for Grief and Bereavement)

电话: 1800 642 066 或 (03) 9265 2100 www.grief.org.au

新州癌症协会 (Cancer Council NSW)

电话: 13 11 20 www.cancercouncil.com.au

新州慈悲之友 (Compassionate Friends NSW)

向痛失孩子的父母、兄弟姐妹和祖父母提供支持电话: 1800 671 621. www.tcfnsw.org.au

节哀顺变 (Good Grief) 为澳洲原住民和托雷斯海峡岛民提供的“疗愈季节”痛失亲友支持计划电话: 1300 379 569 <https://www.goodgrief.org.au/seasons-healing>

悲伤热线 (GriefLine) (早上6点至午夜, 一周7天) “整合悲伤计划” (Integrating Grief Program)。免费丧亲辅导及支持电话: 1300 845 745 www.griefline.org.au

哈蒙德护理 (HammondCare)

如果善终照顾团队知道提供面对面、在线远程医疗或电话免费咨询,

电话: 1800 427 255 <https://www.hammond.com.au/healthcare-services/bereavement-support-services>

犹太关怀 (JewishCare)

慈爱丧亲支持 (Chessed Bereavement Support)

电话: 1300 133 660 www.jewishcare.com.au/bereavement-support/

全国痛失亲友与悲伤协会 (National Association of Loss and Grief, 简称NALAG)

电话: (02) 6882 9222 www.nalag.org.au

全国儿童悲伤与丧亲C.A.R.E中心 (向成人及儿童提供辅导)

电话: 1300 654 556 www.childhoodgrief.org.au

新州家庭关系辅导服务 (Relationships Australia NSW)

电话: 1300 364 277 www.relationshipsnsw.org.au

新州慰藉慈善机构 (Solace NSW)

向丧偶者提供支持

电话: (02) 9519 2820 电邮: SolaceNSW@gmail.com www.solace.org.au/nsw/

救世军

电话: 13 72 58 www.salvos.org.au

退伍军人事务部 (DVA)

电话: 1800 838 372 www.dva.gov.au/

词汇表

术语	定义
澳大利亚死亡通知服务 (Australian Death Notification Service)	澳大利亚死亡通知服务 (简称ADNS) 允许人们以电子的方式通知多个机构某人已去世。
澳大利亚选举委员会 (Australian Electoral Commission)	澳大利亚选举委员会是独立的联邦机构, 负责组织、举行和监督澳大利亚联邦选举、补选和公民投票。
澳大利亚税务局 (ATO)	澳大利亚税务局 (ATO) 是澳大利亚的法定机构, 也是澳大利亚政府的主要税收机构。
受益人	受益人是人寿保险单或遗嘱中指定从遗产中获得利益/付款的个人或实体。
丧亲协助/津贴	澳大利亚的Services Australia政府部门提供福利金和服务, 可以帮助那些因亲友去世而经历悲伤并在生活上陷入困难的人。
Centrelink	Centrelink通过Services Australia向澳大利亚人提供社会保障福利金和服务。
神职人员	在生病、悲伤和痛失亲者时提供精神和情感支持的神职人员, 他们或代表某宗教, 或不隶属任何宗教。
儿童抚养费服务处 (Child Support Services)	儿童抚养费服务处通过Services Australia提供服务, 向儿童的父母和照顾者支付款项。
死因调查法庭	死因调查官确保所有突然、意外或因不明原因死亡的事件都得到适当的调查。死因调查官在悉尼利德科姆 (Lidcombe) 的死因调查官法庭办公。

术语	定义
死亡证明	死亡证明是一份记录有关死者信息的官方文件。丧葬承办人一般会协助申请死亡证明。
移民局	联邦政府机构，现隶属于内政部，负责管理澳大利亚签证、移民和公民资格相关事宜。
不相信	无法或拒绝接受某件事情是事实或是真实的。
教育机构	获得教育的地方；例如：小学、中学、高等教育机构和大学。
雇主	雇用人员的个人或组织。
遗嘱执行人	当某人去世时，遗嘱执行人是由死者指定来管理其遗产的人。
金融机构	提供金融服务的企业；例如：银行和信用合作社。
丧葬承办人	协助安排丧礼并为死者的家人和朋友提供丧亲支持和建议的人。
殡葬保险基金	帮助支付殡葬费用的资金。
殡葬计划	与殡葬保险基金类似，殡葬计划包括预先支付的款项，以支付殡葬费用。
悲伤	亲人去世后强烈的悲伤和/或痛苦的感觉。
悲伤辅导	针对正在经历悲伤的人提供支持的辅导。
私人医疗保险基金	为客户提供不同程度的资金和医疗款项的公共或私营公司。
保险公司	提供和销售保险计划的公司。
断断续续	不定期发生。

术语	定义
无遗嘱死亡	人去世之前没有立遗嘱。
投资计划	
房东/房地产经纪人的	出租中的房产的所有者/管理人。
律师	从事法律工作并提供法律意见的人。
人寿保险单	保单持有人与保险公司之间的合同。根据保单的规定,被保险人死亡时保险公司将付款。
Medicare医疗保险	Medicare医疗保险为澳大利亚居民提供医疗保健和福利。
心理健康认证社工	在心理健康医疗场合提供服务的社工。
太平间	保存死者的遗体直到埋葬或火化的场所。
退休金领取者协会	
身体压力	因让人痛苦的情况而感到身体紧张和/或疲惫。
心理压力	感到情绪痛苦。
心理学家	心理学家专注于认知、情感和行为过程,为可能需要帮助的人提供治疗。
切合实际的期望	设定可实现和合理的目标。
震惊	突然令人不安或令人惊讶的经历。
联邦退伍军人事务部 (The Commonwealth Department of Veterans Affairs)	向曾在澳大利亚国防部服役的人及其家人提供支持的政府机构。
养老基金	退休后可以使用的长期投资基金。

术语	定义
遗产	这个术语指一个人死后留下的资产。
出生、死亡和婚姻登记处 (The Registry of Births, Deaths and Marriages)	登记新州所有生命事件的登记处。
工会	帮助解决工作场所问题的组织。
引发、诱发	由特定操作、流程或情况引起的反应。
遗嘱	一个人说明希望自己死后遗产如何分配的法律文件。



免责声明

请注意，北悉尼地方卫生区和皇家北岸医院重症监护室的社工部门不推荐任何特定的服务、组织或专业人员。我们在此提供的信息并不详尽，其他信息可以在网上、通过地方议会和协调组织找到。我们已尽力为您提供编制时可获得的最新信息，然而，由于资格要求、费用和服务指南的变化，我们建议您直接与服务提供机构联系查询。如果您对所列的服务或服务提供机构有任何意见，请随时联系您的相关社工部门。