

Αυτό το φυλλάδιο είναι μέρος μιας σειράς φυλλαδίων που γράφτηκε από νοσηλευτές, γιατρούς και ειδικούς με πείρα στη φροντίδα ηλικιωμένων. Στόχος της σειράς αυτής είναι να κάνει ευκολότερη τη διαδικασία εισαγωγής σας σε γηροκομείο. Αναζητήστε άλλα φυλλάδια για ερωτήσεις που μπορείτε να κάνετε που αφορούν συγκεκριμένες ανάγκες φροντίδας. Μπορείτε να τα κατεβάσετε από: [www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

Αυτά τα φυλλάδια μπορεί να σας φανούν χρήσιμα όταν:

- Ψάχνετε για ένα γηροκομείο υψηλής ποιότητας
- Επανεξετάζετε την ποιότητα του γηροκομείου που είστε τώρα
- Αποφασίζετε μεταξύ δύο γηροκομείων που φαίνονται παρόμοια.

Είναι σημαντικό να υπάρχουν αρκετοί διπλωματούχοι νοσηλευτές στις ειδικότητες του προσωπικού για να καλύπτουν τις ανάγκες όλων. Θα πρέπει να κάνετε ερωτήσεις για το πώς θα καλύπτονται οι ατομικές σας ανάγκες φροντίδας.

Πολλοί υπάλληλοι φορούν παρόμοιες στολές. Αν κάποιος μοιάζει με νοσηλευτή δεν σημαίνει ότι πράγματι είναι. Αυτές είναι οι διαφορές:

Ένας **Διπλωματούχος Νοσηλευτής (Registered Nurse - RN)** έχει φοιτήσει για τουλάχιστον τρία χρόνια για να πάρει Πτυχίο Νοσηλευτικής. Μπορούν να κάνουν νοσηλευτικές διαδικασίες, να διαχειριστούν φάρμακα για τον πόνο και να βοηθήσουν στην αποφυγή περιττών εισαγωγών στο νοσοκομείο.

Ένας **Εγγεγραμμένος Νοσηλευτής (Enrolled Nurse - EN)** εργάζεται υπό τις οδηγίες ενός RN. Και οι δύο είναι εγγεγραμμένοι από ρυθμιστικό φορέα. Η εγγραφή διασφαλίζει τη διατήρηση των επαγγελματικών προτύπων και προστατεύει το κοινό.

**Οι Βοηθοί Νοσηλευτικής (AIN) / Εργαζόμενοι Φροντίδας / Εργαζόμενοι Υπηρεσιών Φροντίδας (CSE)** εργάζονται υπό την επίβλεψη νοσηλευτών και παρέχουν το μεγαλύτερο μέρος της φροντίδας στα γηροκομεία και στην κοινότητα. Το επίπεδο εκπαίδευσής τους ποικίλλει.



## ΕΧΕΤΕ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ο καλύτερος τρόπος για να βρείτε ένα γηροκομείο που σας ταιριάζει είναι να επισκεφθείτε μερικά.

Για να βρείτε γηροκομεία στην περιοχή σας ή για περισσότερες πληροφορίες για τις υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων επικοινωνήστε με

**My Aged Care**  
☎ 1800 200 422  
[myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au)

Αυτό το φυλλάδιο συντάχθηκε με τη συμβολή των ADA NSW, Senior Smiles και CPSA.

Υποστηρίζεται από:



Για μια πλήρη λίστα των οργανισμών στήριξης, επισκεφθείτε το [www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

Αν έχετε κάποιο πρόβλημα για ένα γηροκομείο, τηλεφωνήστε στο:

☎ 1800 951 822



**Australian Government**  
Aged Care Quality and Safety Commission

[www.agedcarequality.gov.au](http://www.agedcarequality.gov.au)



# 10

## Ερωτήσεις που μπορείτε να κάνετε

### ΓΙΑ ΤΙΣ

# ΑΝΑΓΚΕΣ

# ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗΣ

# ΚΑΙ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ

# ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ

# ΓΗΡΟΚΟΜΕΙΟ

(DENTAL HYGIENE - GREEK)



[www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

*Το στόμα είναι μέρος του σώματος, επομένως η καλή στοματική υγιεινή είναι σημαντική για τη γενική υγεία σας. Η στοματική υγιεινή δεν είναι πολυτέλεια και θα πρέπει να σας στηρίζουν για να φροντίζετε το στόμα και τα δόντια σας καθημερινά.*

## **1 Πώς θα με στηρίζουν για να φροντίζω το στόμα και τα δόντια μου;**

Η στοματική υγιεινή πρέπει να γίνεται καθημερινά. Αν χρειάζεστε βοήθεια για να βουρτσίσετε τα δόντια σας, ρωτήστε αν θα λάβετε βοήθεια όταν χρειάζεται. Ελέγξτε πώς το προσωπικό διασφαλίζει ότι όλοι οι ένοικοι βουρτσίζουν τα δόντια τους και αν υπάρχει χρόνος τα πρωινά και τα βράδια για να βεβαιωθούν ότι γίνεται αυτό. Ελέγξτε αν υπάρχει καθαρός χώρος φύλαξης για οδοντόβουρτσα, οδοντόκρεμα και εξοπλισμό στοματικής υγείας σας.

## **2 Πώς θα αξιολογούνται οι ανάγκες της στοματικής υγείας μου;**

Οι Επαγγελματίες Στοματικής Υγείας\* παρέχουν το μεγαλύτερο μέρος της στοματικής και οδοντιατρικής θεραπείας στα γηροκομεία γι' αυτό ελέγξτε τι ρυθμίσεις υπάρχουν για να λαβαίνετε τις υπηρεσίες τους και πόσο συχνά επισκέπτονται. Οι ανάγκες της στοματικής και οδοντιατρικής υγείας σας θα πρέπει να περιλαμβάνονται στο σχέδιο φροντίδας σας μαζί με τα σχέδια θεραπείας για υφιστάμενες οδοντιατρικές παθήσεις ή ασθένειες.

## **3 Ποιες διατροφικές επιλογές διατίθενται;**

Η υγιεινή διατροφή είναι σημαντική για τη γενική υγεία σας. Βεβαιωθείτε ότι τα μενού αποφεύγουν τροφές και ροφήματα που περιέχουν πολλή ζάχαρη. Ελέγξτε τις επιλογές μαλακών φαγητών αν έχετε πρόβλημα με το μάσημα ή την κατάποση. Μπορεί να χρειαστείτε διαιτολόγο για να αξιολογήσει ποιες τροφές είναι κατάλληλες μετά από οδοντιατρική επέμβαση ή νέες οδοντοστοιχίες κι αν χρειάζεστε συμπληρώματα διατροφής.

## **4 Μπορώ να συνεχίσω να βλέπω τον κανονικό οδοντίατρό μου;**

Ο κανονικός οδοντίατρός σας ίσως να μην μπορεί να εξυπηρετήσει την περιοχή στην οποία μετακομίζετε, επομένως επικοινωνήστε πρώτα μαζί του. Αν όχι, ρωτήστε αν μπορεί το προσωπικό να κανονίσει να έρθει οδοντίατρος και να σας περιθάλψει εκεί. Η πληρωμή για οδοντιατρική φροντίδα σε γηροκομείο είναι η ίδια σαν να ήσασταν ακόμα στο σπίτι σας. Θα πρέπει να καλύψετε το κόστος της θεραπείας εκτός αν δικαιούστε δωρεάν θεραπεία μέσω του δημόσιου οδοντιατρικού συστήματος.

## **5 Υπάρχει κάποιο πρόγραμμα επισκέψεων ειδικού στοματικής υγείας στο γηροκομείο;**

Μπορεί να υπάρχουν προγράμματα επισκέψεων που παρέχουν οδοντιατρική ή στοματική θεραπεία. Ρωτήστε τι ρυθμίσεις υπάρχουν. Η στοματική σας υγεία θα πρέπει να αξιολογηθεί σωστά γι' αυτό ελέγξτε ότι το άτομο που παρέχει τη θεραπεία είναι διπλωματούχος οδοντίατρος, ειδικός οδοντιατρικής υγιεινής ή θεραπευτής στοματικής υγείας.

## **6 Πώς μπορώ να πάω σε οδοντιατρικό ραντεβού εκτός γηροκομείου;**

Ίσως χρειαστεί να καλύψετε το κόστος της μεταφοράς από και προς τα ραντεβού, συμπεριλαμβανομένου του κόστους ενός μέλους του προσωπικού που θα σας συνοδεύσει αν χρειαστεί. Το προσωπικό θα πρέπει να σας βοηθήσει να το κανονίσετε. Ίσως μπορείτε να υποβάλετε αίτηση για βοήθημα λόγω οικονομικής δυσκολίας για να καλύψετε το κόστος μεταφοράς. Ελέγξτε αν δικαιούστε δωρεάν οδοντιατρική φροντίδα σε δημόσια οδοντιατρική κλινική.

## **7 Τι τέλη θα πρέπει να πληρώσω για την καθημερινή μου στοματική φροντίδα;**

Η στοματική υγιεινή αποτελεί μέρος της γενικής προσωπικής φροντίδας, επομένως δεν θα πρέπει να χρεώνεστε πρόσθετες χρεώσεις. Θα πρέπει να σας παρέχεται οδοντόβουρτσα, οδοντόκρεμα και προϊόντα καθαρισμού οδοντοστοιχιών, αλλά θα χρειαστεί να πληρώσετε για έξτρα πράγματα, όπως οδοντικό νήμα. Ρωτήστε τι ακριβώς θα πρέπει να πληρώσετε επιπλέον και τι θα σας παρασχεθεί.

## **8 Τι θα γίνει αν οι οδοντοστοιχίες μου καταστραφούν ή χαθούν;**

Οι οδοντοστοιχίες σας θα πρέπει να φέρουν ετικέτα με το όνομά σας και να φυλάσσονται με ασφάλεια όταν δεν χρησιμοποιούνται. Ελέγξτε τις ρυθμίσεις για τη φύλαξη και τον καθαρισμό των οδοντοστοιχιών και τι θα συμβεί αν χαθούν. Μπορεί να χρειαστούν εβδομάδες για να πάρετε καινούργιες οδοντοστοιχίες και ίσως να καλύψετε το κόστος, ακόμα κι αν ήταν σφάλμα του προσωπικού που τις έχασε.

## **9 Έχει εκπαιδευτεί το προσωπικό στη στοματική υγεία;**

Το προσωπικό θα πρέπει να γνωρίζει πώς να σας βοηθήσει να διατηρήσετε καλή στοματική υγεία και πότε να καλέσετε οδοντίατρο ή ειδικό επαγγελματία στοματικής υγείας. Ρωτήστε αν η εκπαίδευση περιλαμβάνει φροντίδα στοματικής υγείας για άτομα με ειδικές ανάγκες, ιδιαίτερα άτομα με άνοια και άτομα που λαβαίνουν φροντίδα στο τέλος της ζωής τους. Η εναλλαγή του προσωπικού στις θέσεις εργασίας μπορεί να είναι υψηλή γι' αυτό ελέγξτε ότι όλο το νέο προσωπικό λαβαίνει κατάρτιση κατά την αρχική πρόσληψη.

## **10 Τι γίνεται αν χρειαστώ επείγουσα οδοντιατρική φροντίδα;**

Η πρόσβαση σε επείγουσα οδοντιατρική φροντίδα μπορεί να είναι δύσκολη και μπορεί να χρειαστεί να επισκεφθείτε νοσοκομείο, γι' αυτό ρωτήστε σχετικά με τις ρυθμίσεις για επικοινωνία με οδοντίατρο έκτακτης ανάγκης ή για επαγγελματία στοματικής υγείας, αν δεν μπορείτε να πάτε στον κανονικό σας οδοντίατρο. Τόσο για την επείγουσα όσο και για τη συνήθη φροντίδα, η οικογένειά σας ή ο νόμιμος κηδεμόνας σας μπορεί να χρειαστεί να δώσει τη συγκατάθεσή του για να λάβετε θεραπεία. Βεβαιωθείτε ότι το προσωπικό γνωρίζει πού να βρει τα στοιχεία επικοινωνίας του.

\*Επαγγελματίες Στοματικής Υγείας σημαίνει: Ειδικό Οδοντιατρικής Υγιεινής, Οδοντιατρικοί Θεραπευτές, Θεραπευτές Στοματικής Υγείας και Οδοντιατρικοί Προσθετολόγοι. Όλοι οι Επαγγελματίες Στοματικής Υγείας συνεργάζονται με Οδοντίατρος και πρέπει να είναι εγγεγραμμένοι σε φορέα αδειοδότησης.