

Tờ thông tin này là một phần trong loạt bài viết của các y tá, bác sĩ và chuyên gia có kinh nghiệm về chăm sóc người cao niên. Loạt bài này nhằm mục đích làm cho hành trình của quý vị vào cư xá cao niên dễ dàng hơn. Tìm các tờ thông tin khác về các câu hỏi để hỏi về các nhu cầu chăm sóc cụ thể. Những tờ thông tin này có thể được tải xuống tại: www.10questions.org.au

Ngoài các câu hỏi có trong tờ thông tin này, quý vị cũng nên quan sát môi trường của từng cư xá cao niên khi tham quan để quyết định xem liệu quý vị có muốn sống ở đó hay không.

Cư xá cao niên không nên để bốc mùi hôi. Điều này có thể cho thấy vấn đề vệ sinh kém hoặc quản lý vấn đề tiêu tiểu kém.


Mọi người nên hoạt động và không thấy họ buồn chán và rảnh rỗi, điều này có thể cho thấy không đủ nhân sự hoặc thiếu các hoạt động cá nhân.

Nhân viên (bao gồm cả người quản lý) nên đối xử với cư dân một cách tôn trọng. Đây sẽ là nhà của quý vị và quý vị nên được đối xử với sự tôn trọng. Nhân viên nên công nhận điều này và bảo đảm họ bao gồm quý vị trong các cuộc thảo luận.

Quý vị có thể đặt cuộc hẹn để đặt câu hỏi với nhân viên và ban quản lý và để có một chuyến tham quan chính thức cư xá cao niên. Có lẽ quý vị cũng có thể muốn đến viếng thăm không báo trước, để quan sát sinh hoạt hàng ngày trong cư xá cao niên ra sao.

Tỷ lệ nhân viên và các hoạt động có thể khác nhau tùy thuộc vào ngày thường hay cuối tuần, vì vậy hãy cố gắng thay đổi giờ giấc quý vị viếng thăm.

Xem liệu quý vị có thể nói chuyện với những cư dân khác và người thân của họ về trải nghiệm cá nhân của họ khi sống ở đó hay không.



QUÝ VỊ CÓ QUYỀN HỎI

Cách tốt nhất để tìm một cư xá cao niên phù hợp với quý vị là đến thăm một vài cơ sở.

Để tìm các cư xá cao niên tại địa phương của quý vị hoặc để biết thêm thông tin về các dịch vụ chăm sóc người cao niên, quý vị hãy liên lạc

My Aged Care
☎ 1800 200 422
myagedcare.gov.au

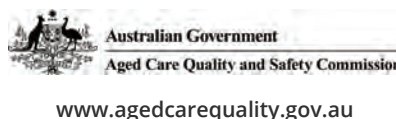
Tờ thông tin này đã được soạn và thừa nhận bởi:



Để có danh sách đầy đủ các tổ chức hỗ trợ, vui lòng truy cập www.10questions.org.au

Nếu quý vị có mối quan ngại về một cư xá cao niên, hãy liên lạc:

☎ 1800 951 822



10 Câu hỏi để hỏi

VỀ

CƠ SỞ VẬT CHẤT VÀ LỐI SỐNG TRONG CƯ XÁ CAO NIÊN (AC LIFESTYLE - VIETNAMESE)



www.10questions.org.au

1 Tôi có thể có loại phòng nào?

Chọn phòng khác nhau có thể có giá khác nhau và quý vị có thể cần phải nằm trong danh sách chờ đợi cho loại phòng mình muốn. Hãy hỏi những gì được bao gồm trong mỗi phòng và những gì quý vị cần phải mang theo. Có phòng đôi không? Các phòng dùng chung được phân bổ như thế nào và liệu quý vị có thể đổi phòng nếu không hợp với bạn cùng phòng không? Quý vị có được cho khách ở qua đêm không?

2 Cư xá có những khu vực chung nào?

Có thể là những khu vực chung như khu vườn hoặc phòng sinh hoạt chung mà quý vị sử dụng, nhưng hãy kiểm tra xem có quy định nào về thời điểm quý vị có thể vào những khu vực này không. Hãy hỏi về quyền tự do đi lại trong cư xá. Khi nào quý vị có thể ở bên ngoài? Có nơi để theo đuổi thú vui riêng và sở thích mà quý vị vui hưởng không?

3 Cư xá cao niên sẽ hỗ trợ tôi trong cuộc sống hàng ngày như thế nào?

Hầu hết cư dân cần được hỗ trợ trong các hoạt động hàng ngày như đi lại, chải chuốt và ăn uống. Quý vị có thể chọn giờ mình thức dậy, đi tắm, ăn uống và đi ngủ không? Hay những hoạt động này được lên kế hoạch tùy vào số nhân viên? Quý vị sẽ cần đợi bao lâu để được trả lời khi mình bấm chuông gọi?

4 Tỷ lệ nhân viên trên cư dân cho mỗi ca là bao nhiêu?

Quý vị nên biết có bao nhiêu loại nhân viên, bao gồm cả nhân viên hoạt động, trong mỗi ca. Quan sát xem có đủ nhân viên đi vòng quanh để giám sát mọi người và giúp họ ăn, đi vệ sinh, giao tiếp và đi lại không. Tỷ lệ nhân viên vào đêm và vào cuối tuần là bao nhiêu?

5 Có những hoạt động xã hội và giải trí nào?

Các chuyên viên trị liệu đa dạng được đào tạo để lập kế hoạch và thực hiện các hoạt động có ý nghĩa nhằm hỗ trợ an sinh về mặt xã hội, tâm thần và thể chất. Yêu cầu nói chuyện với chuyên viên trị liệu đa dạng về các hoạt động được cung cấp và sự tham gia hàng ngày của họ trong việc điều hành các hoạt động. Những hoạt động này có làm quý vị thích thú không? Quý vị có được lên tiếng về những hoạt động nào quý vị thực hiện không?

6 Những lựa chọn thực phẩm nào có sẵn?

Thực phẩm có thể được nấu nướng tại chỗ, ăn liền hoặc cần hâm nóng khi được giao đến. Hỏi về thực đơn và bao lâu thì thực đơn thay đổi một lần. Hãy chắc chắn rằng có nhiều loại bữa ăn khác nhau mà quý vị thích và có nhiều tùy chọn để lựa. Các yêu cầu chế độ ăn uống đặc biệt của quý vị sẽ được giải quyết bằng cách nào?

7 Khách có thể đến viếng thăm tôi vào bất cứ lúc nào hay không?

Một số cư xá cao niên có giờ thăm viếng nghiêm ngặt và nhiều cư xá cao niên khác có giờ giấc linh hoạt hơn. Hãy hỏi xem khách có thể đến viếng thăm quý vị vào bất cứ lúc nào, hoặc có những giờ giấc nào trong ngày mà khách không được phép đến viếng thăm. Có được mang thú cưng đến thăm không? Trong những trường hợp nào cư xá cao niên có thể không cho phép gia đình hoặc bạn bè đến thăm?

8 Quý vị sẽ giúp tôi cảm thấy được an toàn, thoải mái và chào đón như thế nào?

Đây sẽ là nhà của quý vị và điều quan trọng là quý vị cảm thấy an toàn, được chào đón và hỗ trợ bởi cả cư dân và nhân viên. Niềm tin và sở thích của quý vị sẽ được tôn trọng và quý vị được tự chủ về cách thể hiện văn hóa và bản dạng của mình. Nếu điều đó quan trọng đối với quý vị, hãy hỏi xem có cư dân nào trong cư xá cao niên có cùng niềm tin hoặc sở thích với quý vị không. Quý vị không cần phải làm bạn với tất cả mọi người, nhưng quý vị vẫn có thể thoải mái trong một môi trường được hỗ trợ.

9 Làm thế nào để giảm thiểu việc chuyển đến bệnh viện?

Quý vị có thể trở nên không khỏe và cần phải đến bệnh viện, nhưng có những điều mà nhân viên có thể làm để giảm thiểu nhu cầu phải chuyển đến bệnh viện và giảm thời gian quý vị nằm bệnh viện. Có ít nhất một y tá có đăng ký (RN) trong mỗi ca làm việc có thể làm giảm nguy cơ nhập viện, vì vậy hãy hỏi xem có bao nhiêu y tá có đăng ký được tuyển dụng và cân nhắc xem số lượng này có đủ với quy mô của nơi đó và nhu cầu của những người sống ở đó hay không.

10 Tôi có được góp ý về cách điều hành cư xá cao niên hay không?

Có cơ quan tư vấn người tiêu dùng hoặc cơ quan tư vấn người chăm sóc nào góp ý về cách mọi việc đang được điều hành không? Hãy hỏi về bất kỳ thay đổi nào gần đây đã được đưa ra sau khi cư dân và người chăm sóc đóng góp ý kiến. Quý vị cũng nên hỏi về việc khiếu nại và điều gì sẽ xảy ra khi có sự bất đồng giữa cư xá cao niên và cư dân hoặc người chăm sóc của họ.