

Ovaj je letak dio serije koju su napisale medicinske sestre, liječnici i stručnjaci s iskustvom u skrbi za starije osobe. Serija ima za cilj olakšati vaše putovanje u dom za skrb starijih osoba. Potražite druge letke o pitanjima koja možete postaviti o specifičnim potrebama skrbi. Mogu se preuzeti na: [www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

Ove brošure mogu biti korisne kada:

- Tražite visokokvalitetnu ustanovu za brigu o starijim osobama
- Pregled kvalitete vaše trenutne ustanove za skrb o starijim osobama
- Odlučivanje između dvije ustanove za skrb starijih osoba koje izgledaju slično.

Važno je da postoji dovoljno registriranih medicinskih sestara u kombinaciji vještina osoblja kako bi se zadovoljile svačije potrebe. Trebali biste postavljati pitanja o tome kako će vaše individualne potrebe skrbi biti zadovoljene.

Mnogo osoblja nosi slične uniforme. Samo zato što netko izgleda kao medicinska sestra ne znači da to i jesu. Evo razlika:

A **Registrirana medicinska sestra (RN)** je pohađala minimalno trogodišnji studij prvostupnika medicinske sestre. Oni mogu poduzeti postupke skrbi, upravljati lijekovima protiv bolova i pomoći u sprječavanju nepotrebnih prijema u bolnicu.

**Upisana medicinska sestra (EN)** radi pod vodstvom RN (Registrirane medicinske sestre). Obadnje su registrirane od strane regulatornog tijela. Registracija osigurava održavanje profesionalnih standarda i štiti javnost.

**Medicinske sestre asistenti (Assistants in Nursing - AIN) / djelatnici koji pružaju skrb / djelatnici službi koje pružaju skrb (Care Service Employees - CSE)** rade pod nadzorom medicinskih sestara i pružaju većinu skrbi u staračkim domovima i drugim ustanovama za boravak i skrb, kao i u zajednici. Ti djelatnici imaju različite razine kvalifikacija.



# VAŠE JE PRAVO PITATI

Ako vam je potrebno zastupanje ili savjet stručnjaka o bilo kojem pitanju koje nije obuhvaćeno ovim letkom:

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

**Usluge prevođenja i tumačenja (TIS)**  
☎ 131 450

Ovaj letak je izradio i potvrdio:



Za potpuni popis organizacija za podršku posjetite [www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

Ako ste zabrinuti u vezi ustanove za skrb o starijim osobama, kontaktirajte:

☎ 1800 951 822



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



# 10 Pitanja

---

## VAŠIM POTREBAMA ZA MENTALNIM ZDRAVLJEM U DOMU ZA SKRB O STARIJIM OSOBAMA (MENTAL HEALTH - CROATIAN)



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

*Vaše je pravo na povjerljivu i suosjećajnu njegu ako postanete psihički bolesni. Društvena izolacija i depresija česte su u domovima za starije osobe pa je važno da osoblje zna kako se brinuti za vaše fizičko i mentalno zdravlje.*

## **1 Kako će osoblje prepoznati ako se psihički razbolim?**

Osoblje bi trebalo procijeniti vaše fizičke i mentalne zdravstvene potrebe i zajedno s vama napisati plan njege. To bi trebalo uključivati znakove upozorenja koji vama i vašoj obitelji daju do znanja da vam je loše. Važno je da vaš liječnik opće prakse i/ili terapeut redovito pregledava vaše potrebe, uključujući preglede mentalnog zdravlja i lijekova.

## **2 Može li osoblje podržati moje potrebe za mentalnim zdravljem?**

Osposobljavanje osoblja može varirati, a promjena može biti velika pa provjerite postoji li osoblje osposobljeno za podršku niza stanja / simptoma mentalnog zdravlja. Novo osoblje treba upoznati s vašim svakodnevnim mentalnim zdravstvenim potrebama i kako reagirati ako se počnete psihički osjećati loše. Nekoliko mjesta zapošljava registrirane medicinske sestre s posebnim kvalifikacijama za mentalno zdravlje, pa ako trebate specijaliziranu njegu, provjerite kako ćete to dobiti.

## **3 Koliko je osoblja za njegu zaposleno danju i noću?**

Važno je imati dovoljno osoblja kako biste bili sigurni i vi i drugi. Padovi se mogu dogoditi s nekim psihičkim oboljenjima, a zakonska je obveza imati dovoljno osoblja koje će vas čuvati. Provjerite omjer osoblja i stanovnika i provjerite ima li osoblja u svakom trenutku.

## **4 Kakvu podršku pružate za potrebe mentalnog zdravlja?**

Raspon pruženih usluga mentalnog zdravlja može varirati pa provjerite koje se terapijske usluge nude i dogovorite se kako ćete im pristupiti kada zatrebaju. Imate pravo na pristup uslugama liječnika opće prakse i vanjskih stručnjaka za mentalno zdravlje.

## **5 Koje aktivnosti nudite?**

Dosada može pojačati loše raspoloženje pa provjerite je li diverzioni terapeut zaposlen, koliko često dolazi i odgovaraju li ponuđene aktivnosti onima koje volite. Redovita aktivnost, društvena povezanost i kućni ljubimci također mogu smanjiti tjeskobu. Strukturirani pregled življenja i kognitivna bihevioralna terapija također su vrlo učinkovite tehnike za poboljšanje raspoloženja.

## **6 Hoću li se moći slobodno kretati mjestom?**

Područja koja vam se pokažu pri prvom posjetu nisu uvijek mjesta na kojima će se o vama brinuti kada se uselite. Mogu postojati posebne sobe u kojima su smještene osobe s mentalnim zdravstvenim potrebama. Ponekad je to potrebno zbog sigurnosti, ali sloboda kretanja nikada ne smije biti ograničena iz drugih razloga, kao što je nedostatak osoblja.

## **7 Postoje li psiholozi ili socijalni radnici na licu mjesta?**

Vrlo malo mjesta zapošljava psihologe ili socijalne radnike pa ćete možda morati platiti posjete psihologa koje financira privatno. Ovisno o vašoj podobnosti, možda ćete moći zatražiti određenu financijsku potporu\*. Ako morate posjetiti klinike izvan mjesta,

\*Neki privatni osiguravatelji nude ograničene pogodnosti za liječenje kod psihologa i socijalnih radnika.

provjerite plaćaju li vam se prijevoz i osoblje koje vas prati. Ako kod kuće primete podršku za mentalno zdravlje, pobrinite se da će se to nastaviti i kada se uselite.

## **8 Imam li pristup psihijatru?**

Možete nastaviti posjećivati vlastitog psihijatra iako ćete možda morati putovati da ga vidite pa provjerite morate li platiti prijevoz i osoblje koje ide s vama. Trebale bi postojati veze s lokalnim službama za mentalno zdravlje pa također provjerite kako se ove upućuju. Psihijatrijski timovi za skrb o starijim osobama mogu biti dostupni i mogu dati procjenu vaših potreba unutar ustanove. Ako vi ili vaši liječnici smatrate da vam je potrebna intenzivnija skrb, možete biti hospitalizirani.

## **9 Hoće li moja obitelj i prijatelji biti uključeni u moju njegu i podršku?**

Treba se posavjetovati s obitelji i prijateljima o vašoj povijesti skrbi i preferencijama te ih treba uključiti u vašu njegu, uz vaš pristanak. Provjerite kako će osoblje obavijestiti vaše najmilije o vašoj njezi, kada mogu doći u posjet i kako mogu dogovoriti noćenje kod vas. Prijatelji i obitelj koji vas podržavaju također se mogu osjećati tjeskobno ili depresivno. Neki objekti također nude usluge obitelji i prijateljima, kao što su grupe za podršku pa provjerite koja se pomoć nudi.

## **10 Kako mogu održavati veze sa svojom lokalnom zajednicom?**

Važno je biti u kontaktu sa službama koje imate kod kuće, osobito ako je vaš boravak privremen. To pomaže osoblju da personalizira vašu njegu i pruži vam odgovarajuću podršku. Pobrinite se da osoblje zna kome se obratiti i da to zabilježi u vašem planu skrbi.