

本传单出自一套系列文宣，由具备老年人护理经验的护士、医生和专家撰写。该系列文宣旨在帮助您更容易了解养老院的护理服务。如需咨询具体的护理问题，可查找其他传单。下载网址为：[www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

这些传单有助于您：

- 寻找高品质的养老院
- 审视您目前的养老院的品质
- 在两家不相伯仲的养老院之间做出选择。

重点在于，工作人员队伍内有足够的注册护士来满足每个人的需求。个人护理需求如何满足，应该是您关心的问题。

许多工作人员的制服都很相似。仅仅因为某人看起来像护士并不意味着该人就是护士。不同之处如下：

**注册护士 (RN)** 已完成至少三年的护理学学士学位课程。他们可以开展护理程序，管理止痛药并避免患者在非必要情况下住院。

**登记护士 (EN)** 在注册护士的指导下工作。两者均由监管机构注册。注册能确保遵守专业标准并保护公众。

**护理助理 (AIN)/护工/护理服务雇员 (CSE)** 在护士的监督下工作，养老院所和社区内的大部分护理服务由这几类人员提供。他们的训练水平参差不齐。



## 您有提问权

若您在本传单找不到所需的宣导信息或专家意见：

**My Aged Care**

☎ 电话：1800 200 422

网站：[myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au)

全国口笔译服务 (TIS)

☎ 电话：131 450

本传单由以下人员制作和认可：



如需了解所有支援机构，请浏览  
[www.10questions.org.au](http://www.10questions.org.au)

若您对养老院有疑虑，请联系：

☎ 电话：1800 951 822



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



# 10个可提出的

关于

## 您在养老院中精神健康需求的问题 (MENTAL HEALTH - SIMPLIFIED CHINESE)



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

若您出现精神疾患，您有权获得慈心关怀，而且是保密的。养老院内经常出现社交孤立和抑郁的情况，因此作为工作人员，知道如何照顾您的身体和精神健康非常重要。

## 1 如果我出现精神疾患，工作人员将如何辨别？

工作人员应评估您的身体和精神健康需求，并与您一同制定护理计划。其中应包括相关警告信号，让您和您的家人知道您出现疾患。务必定期复查您的需求，包括请家庭医生和/或治疗师复查您的精神健康和用药。

## 2 工作人员能否支持我的精神健康需求？

员工培训可能有差别，人员流动率也可能很高，因此请了解清楚是否有工作人员接受过一系列的精神健康疾患/症状支援培训。新员工应了解您的日常精神健康需求，以及在您出现精神疾患的苗头时该如何应对。很少有地方会雇用具备特定精神健康资质的注册护士，因此如果您需要专科护理，请咨询相关获取渠道。

## 3 日班和夜班护理人员有多少？

拥有足够的工作人员保障您和他人的安全非常重要。某些精神健康疾病可能会导致跌倒，法律规定要有足够的工作人员来保障您的安全。了解工作人员与住户的比例，并询问院舍内是否全天候都有工作人员。

## 4 你们为精神健康需求提供哪些支持？

所提供的精神健康服务范围可能会变化，因此请了解清楚所提供的治疗服务并约定好您在需要时如何获得这些服务。您有权获得家庭医生服务并寻求外部精神健康执业人员。

## 5 你们提供什么活动？

无聊可能会加剧情绪低落，因此请了解清楚养老院是否聘请了康乐治疗师、治疗师参加的频率，以及所提供的活动是否与您喜欢的活动相匹配。定期活动、社交联系和养宠物也可以减少焦虑。条理化生活回顾 (Structured Life Review) 和认知行为疗法 (Cognitive Behaviour Therapy) 也是非常有效的情绪改善技巧。

## 6 我可以在院舍内自由走动吗？

您第一次参观时看到的区域未必就是您搬进来后接受护理的区域。养老院内可能有特定的房间供有精神健康需求的住户入住。有时这是出于安全考虑，但绝不能因人手不足等其他原因而限制行动自由。

## 7 现场有心理学家或社工吗？

很少地方会聘请心理学家或社工，因此您可能要付费请私营心理学家过来。根据您的资格条件，您也许可以申请一些经济援助\*。如果您必须到院舍外

的诊所就诊，请了解清楚您是否需要支付交通费和工作人员陪同费。如果您正在家中接受精神健康辅助，就请确保您在搬进养老院后继续接受这种辅助。

## 8 我可以去看精神科医生吗？

您可以继续看自己的精神科医生，但您可能要出行看诊，因此请了解清楚您是否需要支付交通费和工作人员陪同费。与当地的精神健康服务机构应该有联系，因此还要了解转介方式。养老院可能设有老年人护理精神科团队可评估您的需求。如果您或您的医生认为您需要更多重症监护，您可能需要住院治疗。

## 9 我的家人和朋友会参与我的护理并获得支援吗？

关于您过往的护理情况和偏好，应咨询您的家人和朋友，他们应在您同意的情况下参与您的护理。了解清楚工作人员如何告知亲人您的护理情况、他们何时可以探访以及他们如何安排陪您过夜。您的支援亲友也可能感到焦虑或沮丧。某些养老院还为亲友支援团等提供服务，因此请了解清楚所提供的帮助。

## 10 我怎样才能与当地社区保持联系？

务必与您的居家服务机构保持联系，尤其在短期入住的情况下。这有助于工作人员为您提供个性化的护理服务并给予适当支持。确保工作人员知道该联系谁，并将此记录在您的护理计划中。

\*由心理学家和社工开展的治疗，部分私人保险公司提供有限的赔偿金。