

Questo opuscolo fa parte di una serie creata da infermieri, medici ed esperti di assistenza agli anziani. La serie ha l'obiettivo di semplificare il vostro percorso verso l'assistenza residenziale per anziani. In caso di domande in merito a specifiche esigenze di assistenza, consultate gli altri opuscoli. I documenti possono essere scaricati all'indirizzo: www.10questions.org.au

Questi opuscoli possono essere utili per:

- Cercare una struttura residenziale per anziani di alta qualità.
- Rivalutare la qualità della vostra attuale struttura residenziale per anziani.
- Decidere tra due strutture residenziali per anziani che sembrano simili.

È importante che il numero di infermieri professionali sia sufficiente per soddisfare le esigenze di tutti. Dovreste fare domande sul modo in cui le vostre esigenze individuali di assistenza verranno soddisfatte.

Molti dipendenti indossano uniformi simili. Il fatto che una persona abbia l'aspetto di un infermiere non significa che lo sia. Ecco le differenze:

Un infermiere professionale (**Registered Nurse, o RN**) ha completato un corso di laurea in infermieristica di almeno tre anni. È qualificato per l'esecuzione di procedure infermieristiche, la gestione di farmaci antidolorifici e l'assistenza alla prevenzione di ricoveri ospedalieri non necessari.

Un infermiere generico (**Enrolled Nurse, o EN**) lavora sotto la direzione di un RN. Entrambi sono registrati ad un ente regolatore. La registrazione garantisce il mantenimento degli standard professionali e la protezione del pubblico.

Gli **assistenti infermieristici/gli operatori sanitari/gli addetti ai servizi di assistenza** lavorano sotto la supervisione degli infermieri e forniscono la maggior parte dell'assistenza nelle strutture residenziali e nelle comunità. Il loro livello di formazione è variabile.



È VOSTRO DIRITTO FARE DOMANDE

Se avete bisogno di servizi di patrocinio o di una consulenza specialistica per qualsiasi questione non trattata in questo opuscolo, consultate:

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

Servizio di traduzione e interpretariato (TIS)
☎ 131 450

Questo opuscolo è stato creato e approvato da:



Per un elenco completo delle organizzazioni sostenitrici, visitare il sito www.10questions.org.au

Se avete preoccupazioni circa una struttura residenziale per anziani, contattate:

☎ 1800 951 822



www.agedcarequality.gov.au



10 Domande da porre

RIGUARDANTI LE VOSTRE ESIGENZE DI SALUTE MENTALE NELL'ASSISTENZA RESIDENZIALE PER ANZIANI (MENTAL HEALTH - ITALIAN)



www.10questions.org.au

È vostro diritto ricevere assistenza in modo riservato e compassionevole in caso di problemi di salute mentale. L'isolamento sociale e la depressione sono comuni nelle strutture residenziali per anziani, quindi è importante che il personale sappia come prendersi cura della vostra salute fisica e mentale.

1 In che modo il personale riconosce problemi di salute mentale?

Il personale dovrebbe valutare le vostre esigenze di salute fisica e mentale e stilare un piano di assistenza con voi. Questo dovrebbe includere i segnali di allarme che permettono a voi e alla vostra famiglia di capire quando vi state ammalando. È importante che le vostre esigenze vengano rivalutate regolarmente, anche per quanto riguarda la salute mentale e i farmaci, dal vostro medico di famiglia e/o dal terapeuta.

2 Il personale è in grado di supportare le mie esigenze di salute mentale?

La formazione del personale può variare e il ricambio può essere elevato, quindi è bene verificare che il personale sia adeguatamente formato per assistere ad una serie di condizioni/sintomi di salute mentale. Il personale di nuova assunzione dovrebbe essere informato sulle vostre esigenze quotidiane di salute mentale e su come rispondere in caso non stiate bene. Solamente poche strutture impiegano infermieri professionali con qualifiche specifiche per la salute mentale, quindi se avete bisogno di assistenza infermieristica specializzata verificate in che modo potete accederla.

3 Quanto personale di assistenza è impiegato giorno e notte?

È importante che il personale sia in numero sufficiente a garantire la sicurezza vostra e degli altri. Possono verificarsi cadute a causa di alcune condizioni di salute mentale, e la presenza di personale sufficiente a garantire la vostra sicurezza è un requisito legale. Controllate il rapporto numerico tra personale e residenti, e verificate se il personale è sempre presente.

4 Quale supporto offrite per le esigenze di salute mentale?

L'offerta di servizi per la salute mentale può variare, quindi è bene verificare quali sono i servizi terapeutici offerti e concordarne le modalità di accesso in caso di necessità. Avete diritto ad accedere ai servizi del medico di famiglia e ad operatori di salute mentale di provenienza esterna.

5 Quali attività offrite?

La noia può accentuare il malumore, quindi verificate se è presente un terapeuta diversionale, con quale frequenza e se le attività proposte corrispondono a quelle che vi piacciono. Anche l'attività regolare, i rapporti sociali e la presenza di animali domestici possono ridurre l'ansia. Anche le tecniche come la revisione di vita strutturata e la terapia cognitivo-comportamentale sono molto efficaci per migliorare l'umore.

6 Potrò muovermi liberamente all'interno della struttura?

Le aree che vi vengono mostrate durante la prima visita non sono sempre quelle in cui siete assistiti quando vi trasferirete. Potrebbero esserci stanze specifiche per ospitare persone con esigenze di salute mentale. A volte questo è necessario per la sicurezza, ma la libertà di movimento non deve mai essere limitata per altri motivi, come la mancanza di personale.

7 Ci sono psicologi o assistenti sociali in loco?

Poche strutture impiegano psicologi o assistenti sociali, per cui potrebbe essere necessario pagare per farsi visitare da psicologi in privato. A seconda della vostra idoneità, potreste essere in grado di richiedere un sostegno economico*. Se dovete visitare ambulatori fuori sede, verificate se vi viene addebitato il costo del trasporto e del personale che vi accompagna. Se ricevete

*Alcune assicurazioni private offrono prestazioni limitate per le terapie psicologiche e con assistenti sociali.

supporto per la salute mentale a domicilio, assicuratevi che questo continui anche quando vi trasferite.

8 Ho accesso ad uno/a psichiatra?

Potrete continuare a vedere il vostro psichiatra di fiducia, anche se potrebbe essere necessario farlo all'esterno della struttura, quindi verificate se è necessario pagare per il trasporto e il personale che vi accompagna. Dovrebbero esserci dei collegamenti con i servizi di salute mentale locali, quindi verificate anche come vengono emesse le impegnative. Le équipe psichiatriche per anziani possono essere disponibili e fornire una valutazione delle vostre esigenze all'interno della struttura. Se voi o il medico ritenete di aver bisogno di cure più intensive, potreste essere ricoverati/e in ospedale.

9 La mia famiglia e i miei amici saranno coinvolti nella mia assistenza e saranno sostenuti?

I familiari e gli amici dovrebbero essere consultati in merito al vostro trascorso medico e alle preferenze di cura, e dovrebbero essere coinvolti nella vostra assistenza, con il vostro consenso. Verificate in che modo il personale terrà informati i vostri cari sulle cure che vi vengono prestate, quando potranno visitarvi e come potranno organizzare i pernottamenti con voi. Anche gli amici e i familiari che vi supportano possono sentirsi ansiosi o depressi. Alcune strutture offrono anche servizi a familiari e amici, come gruppi di supporto, quindi verificate quale sia l'aiuto fornito.

10 Come posso mantenere i legami con la mia comunità locale?

È importante che manteniate i contatti con i servizi che avete a casa, soprattutto se il vostro soggiorno è temporaneo. Ciò aiuta il personale a personalizzare l'assistenza e a fornire un supporto adeguato. Assicuratevi che il personale sappia chi contattare e che lo registri nel vostro piano di assistenza.