

Овој леток е дел од серијата напишана од медицински сестри, лекари и експерти со искуство во грижата за стари лица. Серијата има за цел да го олесни вашиот пат до сместување во дом за нега на стари лица. Побарајте други летоци за прашања што треба да ги поставите за специфични потреби за нега. Овие може да се преземат на: www.10questions.org.au

Овие летоци може да ви бидат корисни:

- Во потрага по висококвалитетна установа за нега на стари лица
- При разгледување на квалитетот на вашата сегашна установа за нега на стари лица
- При одлучување помеѓу две резиденцијални установи за нега на стари лица кои изгледаат слично.

Важно е да има доволно регистрирани медицински сестри во комбинацијата на вештини на персоналот за да ги задоволат потребите на сите. Треба да поставувате прашања за тоа како ќе се задоволат вашите индивидуални потреби за нега.

Многу вработени носат слични униформи. Само затоа што некој изгледа како медицинска сестра не значи дека е. Еве ги разликите:

А **Регистрирана медицинска сестра (RN)**

има завршено минимум три години високо образование за диплома за медицински сестри. Тие можат да пружат нега, да ракуваат со лекови против болки и да помогнат да се спречат непотребните приемиво болница.

Заведена медицинска сестра (EN) работи под раководство на регистрирана медицинска сестра (RN). И двете се регистрирани од регулаторно тело. Регистрацијата обезбедува одржување на професионалните стандарди и ја штити јавноста.

Асистентите по медицинска нега (AIN) / Работниците за нега / вработените во

Службата за нега (CSE) работат под надзор на медицински сестри и обезбедуваат најголем дел од негата во станбените установи и во заедницата. Нивното ниво на обука е различно.



ВАШЕ ПРАВО Е ДА ПРАШАТЕ

Ако ви треба застапување или стручен совет за било кое прашање што не е опфатено во овој леток:

My Aged Care

☎ 1800 200 422

myagedcare.gov.au

Служба за писмено и усно
преведување (TIS)

☎ 131 450

Овој леток е составен и одобрен од:



За целосна листа на организации за поддршка,
посетете ја веб-страницата www.10questions.org.au

Ако имате загриженост
за некоја установа за
нега на стари лица,
контактирајте:

☎ 1800 951 822



Australian Government

Aged Care Quality and Safety Commission

www.agedcarequality.gov.au



10 Прашања да поставите

ЗА ВАШИТЕ ПОТРЕБИ ЗА МЕНТАЛНО ЗДРАВЈЕ ВО РЕЗИДЕНЦИЈАЛНА НЕГА ЗА СТАРИ ЛИЦА (MENTAL HEALTH - MACEDONIAN)



www.10questions.org.au

Ваше право е да добивате доверлива и сочувствителна нега доколку се разболите ментално. Социјалната изолација и депресијата се вообичаени во домовите за нега на стари лица, па затоа е важно персоналот да знае како да се грижи за вашето физичко и ментално здравје.

1 **Како персоналот ќе препознае ако се разболам ментално?**

Персоналот треба да ги процени вашите потреби за физичко и ментално здравје и да напише план за нега со вас. Ова треба да ги вклучува предупредувачките знаци кои ви даваат до знаење вам и на вашето семејство дека не се чувствувате добро. Важно е вашите потреби да се разгледуваат редовно, вклучувајќи и прегледи на менталното здравје и на лековите од вашиот општ лекар и/или терапевт.

2 **Дали персоналот може да ги поддржи моите потреби за ментално здравје?**

Обуката на персоналот може да варира и прометот може да биде голем, затоа проверете дали некој од вработените е обучен да поддржува низа состојби / симптоми на менталното здравје. Новиот персонал треба да биде свесен за вашите секојдневни потреби за менталното здравје и како да постапат ако почнете да се разболувате ментално. Малку места вработуваат регистрирани медицински сестри со специфични квалификации за ментално здравје, па ако ви треба специјалистичка нега, проверете како ќе го добиете тоа.

3 **Колку работници за нега работат дење и ноќе?**

Важно е да имате доволно персонал за да бидете безбедни и вие и другите. Со некои состојби на ментално здравје може да дојде до паѓање, и законски услов е да има доволно персонал да ве заштити. Проверете го соодносот меѓу персоналот и жителите и погледнете дали постојано има персонал наоколу.

4 **Каква поддршка давате за потребите за ментално здравје?**

Опсегот на обезбедени услуги за ментално здравје може да биде променлив, затоа проверете кои терапевтски услуги се нудат и договорете се како ќе дојдете до нив кога е потребно. Имате право на услуги од општи лекари и лекари за ментално здравје од надвор.

5 **Какви активности обезбедувате?**

Досадата може да го зголеми лошото расположение, затоа проверете дали е вработен диверзионален терапевт, колку често доаѓа и дали понудените активности се совпаѓаат со оние во кои уживате. Редовната активност, социјалното поврзување и имањето миленичиња наоколу исто така може да ја намалат анксиозноста. Структурен преглед на животот и Терапија за когнитивно однесување се исто така високо ефективни техники за подобрување на расположението.

6 **Дали ќе можам слободно да се движам низ местото?**

Просториите што ви се прикажани при вашата прва посета не се секогаш местата каде што ќе бидете згрижени кога ќе се преселите. Може да има специфични простории во кои се сместени лица со потреби за менталното здравје. Понекогаш тоа е потребно за безбедност, но слободата на движење никогаш не смее да биде ограничена поради други причини, како што е немањето доволно персонал.

7 **Дали има психолози или социјални работници на лице место?**

Многу малку места вработуваат психолози или социјални работници, па можеби ќе треба приватно да платите за посета на психолози. Во зависност од вашата подобност, можеби ќе можете да побарате финансиска поддршка*. Ако треба да посетите клиника надвор од установата,

*Некои приватни осигурителни компании нудат ограничени бенефиции за лекување кај психолози и социјални работници.

проверете дали ви се наплаќа превоз и персонал кој ќе ве придружува. Ако добивате поддршка за менталното здравје дома, погрижете се тоа да продолжи и кога ќе се вселите.

8 **Дали имам пристап до психијатар?**

Може да продолжите да го посетувате вашиот психијатар, иако можеби ќе треба да патувате за да го видите, затоа проверете дали треба да платите за превоз и за персоналот да оди со вас. Треба да има врски со локалните служби за ментално здравје, затоа проверете и како се даваат упати за нив. Психијатриски тимови за нега на стари лица може да бидат достапни и може да обезбедат проценка на вашите потреби во установата. Ако вие или вашите лекари сметате дека ви треба поинтензивна нега, може да бидете хоспитализирани.

9 **Дали моето семејство и пријателите ќе бидат вклучени во мојата грижа и дали ќе бидат поддржани?**

Семејството и пријателите треба да бидат консултирани за вашата историја на нега и преференции и да бидат вклучени во вашата грижа, со ваша согласност. Проверете како персоналот ќе ги информира вашите најблиски за вашата нега, кога можат да ве посетат и како да организираат ноќевања со вас. Пријателите и семејството кои ве поддржуваат исто така може да се чувствуваат вознемирени или депресивни. Некои објекти исто така нудат услуги за семејството и пријателите, како што се групите за поддршка, па проверете каква помош е обезбедена.

10 **Како можам да одржувам врски со мојата локална заедница?**

Важно е да одржувате контакт со услугите што ги примате дома, особено ако вашиот престој е привремен. Ова му помага на персоналот да ја персонализира вашата нега и соодветно да ве поддржува. Погрижете се персоналот да знае со кого да контактира и да го запишат тоа во вашиот план за нега.