

Овај летак је један у серији летакa који су написале медицинске сестре, лекари и стручњаци са искуством у нези старијих лица. Серија има за циљ да вам олакша прелазак у старачки дом. Потражите друге летке ако имате питања о специфичним аспектима неге. Можете их преузети са веб-сајта:

www.10questions.org.au

Можда ће вам ови леци бити од користи када:

- тражите висококвалитетни старачки дом
- преиспитујете квалитет старачког дома у коме се тренутно налазите
- одлучујете између два старачка дома који вам делују слично.

Важно је да има довољно виших медицинских сестара међу запосленима да се задовоље свачије потребе. Треба да питате како ће се задовољити ваше индивидуалне потребе за негом.

Многи запослени носе сличне униформе. Само зато што неко изгледа као медицинска сестра не значи да јесте. Ево које су разлике:

Виша медицинска сестра (Registered Nurse - RN) је стекла звање дипломиране медицинске сестре по завршетку најмање три године универзитетских студија. Она може да се бави сестринским пословима, даје лекове против болова и помогне да се спречи непотребна хоспитализација.

Нижа медицинска сестра (Enrolled Nurse - EN) ради по налогу више медицинске сестре. Обе су регистроване код одговарајућег регулаторног тела. Регистрацијом се осигурава одржавање професионалних стандарда и заштита јавности.

Медицинске сестре асистенти (Assistants in Nursing - AIN)/радници који пружају негу/радници служби које пружају негу (Care Service Employees - CSE) раде под надзором медицинских сестара и пружају већину неге у старачким домовима и другим установама за боравак и негу, као и у заједници. Ти радници имају различите нивое квалификација.



ИМАТЕ ПРАВО ДА ПИТАТЕ

Ако вам је потребан заступник или савет стручњака у вези са било којим питањем које није обухваћено овим летком:

My Aged Care

☎ 1800 200 422

myagedcare.gov.au

Служба за превођење и
тумачење (TIS)

☎ 131 450

Овај летак су саставили и подржали:



За комплетан списак организација које подржавају летак посетите www.10questions.org.au

Ако сте забринути у вези са неким старачким домом, контактирајте:

☎ 1800 951 822



Australian Government

Aged Care Quality and Safety Commission

www.agedcarequality.gov.au



10

Питања која треба да поставите

О

ЗАШТИТИ ВАШЕГ ПСИХИЧКОГ ЗДРАВЉА У СТАРАЧКОМ ДОМУ (MENTAL HEALTH - SERBIAN)



www.10questions.org.au

Ваше је право да добијете поверљиву и саосећајну негу ако психички оболите. Друштвена изолација и депресија су уобичајене појаве у старачком дому, тако да је важно да особље зна како да брине о вашем физичком и психичком здрављу.

1 **Како ће особље препознати да ми се психичко стање погоршало?**

Особље треба да обави процену потреба за очување вашег физичког и психичког здравља и да заједно са вама састави план неге. Ово би требало да укључује знакове упозорења који ће вама и вашој породици указати на то да вам се стање погоршава. Важно је да се ваше потребе редовно проверавају, укључујући контролне прегледе психичког здравља и ревизију лекова од стране вашег лекара опште праксе и/или терапеута.

2 **Да ли особље може да ми помогне са мојим психичким здрављем?**

Прилив и одлив особља може бити знатан, па проверите да ли међу особљем има оних који су обучени да пруже помоћ за низ различитих психичких стања/симптома. Нови кадрови треба да буду упознати са вашим свакодневним потребама када је у питању психичко здравље и како да реагују ако ваше психичко стање почне да се погоршава. Мали је број старачких домова који запошљава више медицинске сестре које су квалификоване за рад у области менталног здравља, па ако вам је потребна специјалистичка сестринска нега, проверите како ћете је моћи добити.

3 **Колико радника за пружање неге ради дању, а колико ноћу?**

Важно је да има довољно особља да и ви и други будете безбедни. Нека психичка стања могу довести до падова и закон налаже да дом има довољно особља ради ваше безбедности. Проверите однос броја особља и станара и погледајте да ли је особље присутно у сваком тренутку.

4 **Какву помоћ пружа дом да задовољи потребе психичког здравља?**

Број и врста услуга заштите психичког здравља које се пружају могу се разликовати од дома до дома, па проверите које се терапеутске услуге нуде и договорите се како ћете им приступити када затреба. Имате право да идете код лекара опште праксе и стручњака за ментално здравље који раде ван старачког дома.

5 **Које активности пружа дом?**

Досада може додатно допринети лошем расположењу, па проверите да ли дом запошљава терапеута за разоноду, колико често долази и да ли се понуђене активности подударају са онима у којима ви уживате. Редовна активност, друштвена повезаност и кућни љубимци такође могу смањити анксиозност. Структурирана ревизија живота и когнитивно бихејвиорална терапија су такође веома ефикасне технике за побољшање расположења.

6 **Да ли ћу моћи слободно да се крећем по дому?**

Део дома који сте обишли приликом прве посете не мора бити исти као и део дома где ћете бити збринуте када се уселите. Могу постојати посебне собе у којима су смештени људи којима треба помоћ са психичким здрављем. Понекад је то потребно ради безбедности, али слобода кретања никада не сме бити ограничена из других разлога, као што је мањак особља.

7 **Да ли психолози или социјални радници раде у дому?**

Врло мали број домова запошљава психологе или социјалне раднике, тако да ћете можда морати да платите приватног психолога. Ако испуњавате услове, можда ћете моћи да затражите финансијску помоћ*. Ако

*Нека осигуравајућа друштва за приватну здравствену заштиту нуде ограничене бенефиције за лечење под окриљем психолога и социјалних радника.

морате да посетите клинике ван дома, проверите да ли ћете морати да платите превоз и особље да иде са вама. Ако примате помоћ за ментално здравље код куће, обезбедите да се она настави и када се преселите.

8 **Да ли имам приступ психијатру?**

Можете наставити да посећујете свог психијатра, иако ћете можда морати ићи код њега на преглед, па проверите да ли ћете морати да платите превоз и особље да иде са вама. Требало би да је дом повезан са локалним службама за ментално здравље, па такође проверите како можете доћи до одговарајућег пута. Психијатријски тимови за негу старијих могу бити доступни и обавити процену ваших потреба у дому. Ако ви или ваши лекари сматрате да вам је потребан виши степен неге, можда ћете бити хоспитализовани.

9 **Да ли ће моја породица и пријатељи бити укључени у моју негу и да ли ће добити подршку?**

Породицу и пријатеље треба консултовати о нези коју сте примали раније и о вашим жељама и они треба да буду укључени у вашу негу, уз вашу сагласност. Проверите како ће особље обавештавати ваше најмилије о томе како вас негују, када могу доћи у посету и како могу организовати да преноће код вас. Пријатељи и породица који вам помажу такође могу бити анксиозни или депресивни. Неки старачки домови нуде услуге породици и пријатељима, као што су групе за подршку, па проверите каква се помоћ нуди.

10 **Како могу да останем у вези са својом локалном заједницом?**

Важно је да останете у контакту са услугама које имате код куће, посебно ако је ваш боравак привремен. Ово помаже особљу да персонализује вашу негу и пружи вам одговарајућу подршку. Проверите да ли особље зна коме да се обрати и да то забележи у вашем плану неге.