

Bu broşür, yaşlı bakımı konusunda deneyimli hemşireler, doktorlar ve uzmanlar tarafından yazılan bir dizinin parçasıdır. Dizi, konutta yaşlı bakımına yolculuğunuzu kolaylaştırmayı amaçlamaktadır. Özel bakım ihtiyaçları hakkında sorulacak sorularla ilgili diğer broşürleri arayın. Bunlar şu adresten indirilebilir:

www.10questions.org.au

Bu broşürleri aşağıdaki durumlarda yararlı bulabilirsiniz:

- Yüksek kaliteli bir konutta yaşlı bakım tesisi arayışı
- Mevcut konutta yaşlı bakımı tesisinizin kalitesini gözden geçirmek
- Benzer görünen iki yatılı yaşlı bakım tesisi arasında karar vermek.

Personel beceri karışımında herkesin ihtiyaçlarını karşılamak için yeterli sayıda kayıtlı hemşire olması önemlidir. Bireysel bakım ihtiyaçlarınızın nasıl karşılanacağı hakkında sorular sormalısınız.

Birçok personel benzer üniformalar giyer. Birinin hemşireye benzemesi, hemşire olduğu anlamına gelmez. Farklılıklar şunlardır:

Bir **Kayıtlı Hemşire (RN)** en az üç yıllık bir Hemşirelik Lisans kursu almıştır. Hemşirelik prosedürlerini üstlenebilir, ağrı kesici ilaçları yönetebilir ve gereksiz hastane başvurularını önlemeye yardımcı olabilirler.

Bir **Kursa Kayıtlı Hemşire (EN)** bir RN yönetimi altında çalışır. Her ikisi de düzenleyici bir kurum tarafından tescil edilmiştir. Kayıt, mesleki standartların korunmasını sağlar ve halkı korur.

Hemşirelik Asistanları (AIN) / Bakım Çalışanları / Bakım Hizmeti Çalışanları (CSE) hemşirelerin gözetimi altında çalışır ve bakımın çoğunu konaklamalı bakım tesislerinde ve toplumda sağlarlar. Eğitim seviyeleri değişkendir.



SORMAK HAKKINIZDIR

Bu broşürde yer almayan herhangi bir konuda savunuculuk veya uzman tavsiyesine ihtiyacınız varsa:

Yaşlı Bakımım

☎ 1800 200 422

myagedcare.gov.au

Yazılı ve Sözlü Çeviri Hizmeti (TİS)

☎ 131 450

Bu broşür aşağıdakiler tarafından geliştirilmiş ve onaylanmıştır:



Destekleyen kuruluşların tam listesi için lütfen www.10questions.org.au adresini ziyaret edin

Bir konutta yaşlı bakımı tesisi hakkında endişeleriniz varsa, iletişime geçin:

☎ 1800 951 822



www.agedcarequality.gov.au



10 Soru

KONUTTA YAŞLI BAKIMINDA AKIL SAĞLIĞI İHTİYAÇLARINIZ HAKKINDA (MENTAL HEALTH - TURKISH)



www.10questions.org.au

Akıl sağlığı sorununuz olursa gizli ve şefkatli bakım almak sizin hakkınızdır. Sosyal izolasyon ve depresyon, konut yaşlı bakımında yaygındır, bu nedenle personelin fiziksel ve zihinsel sağlığınıza nasıl bakacağını bilmesi önemlidir.

1 Personel akıl sağlığı sorunu olup olmadığını nasıl anlayacak?

Personel fiziksel ve akıl sağlığı ihtiyaçlarınızı değerlendirmeli ve sizinle birlikte bir bakım planı yazmalıdır. Bu, size ve ailenize hasta olduğunuzu bildiren uyarı işaretlerini içermelidir. Doktorunuz ve / veya terapistiniz tarafından akıl sağlığı ve ilaç incelemeleri de dahil olmak üzere ihtiyaçlarınızın düzenli olarak gözden geçirilmesi önemlidir.

2 Personel akıl sağlığı ihtiyaçlarını destekleyebilir mi?

Personelin eğitimi farklı olabilir ve devir hızı yüksek olabilir, bu nedenle herhangi bir personelin bir dizi akıl sağlığı durumunu/ belirtilerini desteklemek için eğitilmiş eğitilmediğini kontrol edin. Yeni personel, günlük akıl sağlığı ihtiyaçlarınız ve akıl sağlığı bozulmaya başlarsa ne yapacakları konusunda bilgilendirilmelidir. Çok az yerde belirlenmiş akıl sağlığı konusunda nitelikli kayıtlı hemşireler çalışmaktadır, bu nedenle uzman hemşirelik bakımına ihtiyacınız varsa bunu nasıl alacağınızı kontrol edin.

3 Gece ve gündüz kaç bakım personeli çalışıyor?

Hem sizi hem de başkalarını güvende tutmak için yeterli personele sahip olmak önemlidir. Bazı akıl sağlığı sorunları düşmelere yol açabilir ve sizi güvende tutmak için yeterli personele sahip olmak yasal bir gerekliliktir. Personelin sakinlere oranını kontrol edin ve her zaman etrafta personel olup olmadığına bakın.

4 Akıl sağlığı ihtiyaçları için ne gibi destekler sağlıyorsunuz?

Sağlanan akıl sağlığı hizmetleri yelpazesi değişken olabilir, bu nedenle hangi tedavi amaçlı hizmetlerin sunulduğunu kontrol edin ve gerektiğinde bunlara nasıl erişeceğinizi onaylayın. GP hizmetlerine ve dış kaynaklı akıl sağlığı pratisyenlerine erişme hakkına sahipsiniz.

5 Hangi aktiviteleri sağlıyorsunuz?

Can sıkıntısı düşük ruh halini artırabilir, bu nedenle bir akıl sağlığına uygun etkinlik tasarlayan bir terapistin istihdam edilip edilmediğini, ne sıklıkta geldiklerini ve sunulan aktivitelerin hoşlandıklarınızla eşleşip eşleşmediğini kontrol edin. Düzenli aktivite, sosyal bağlantı ve etrafta evcil hayvan bulundurmaya da kaygıyı azaltabilir. Yapılandırılmış Yaşam İncelemesi ve Bilişsel Davranış Terapisi de ruh halini iyileştirmek için oldukça etkili tekniklerdir.

6 Mekanda özgürce hareket edebilecek miyim?

İlk ziyaretinizde size gösterilen alanlar, taşındığınızda her zaman size bakım verilecek yerler değildir. Akıl sağlığı ihtiyaçları olan kişilerin barındığı belirli odalar olabilir. Bazen bu güvenlik için gereklidir, ancak yeterli personele sahip olmamak gibi başka nedenlerle hareket özgürlüğü asla kısıtlanmamalıdır.

7 Tesiste psikologlar veya sosyal hizmet uzmanları var mı?

Çok az yerde psikolog veya sosyal hizmet uzmanı istihdam edilir, bu nedenle ziyaret etmeleri için özel olarak finanse edilen psikologlar için ödeme yapmanız gerekebilir. Uygunluğunuza bağlı olarak, bazı finansal destekler talep edebilirsiniz*. Klinikleri tesis dışında ziyaret etmeniz gerekiyorsa, ulaşım ve size eşlik edecek personel için para ödeyip

*Bazı özel sigorta şirketleri, psikologlar ve sosyal hizmet uzmanları tarafından tedavi için sınırlı faydalar sunmaktadır.

ödemeyeceğinizi kontrol edin. Evde akıl sağlığı desteği alıyorsanız, taşındığınızda bunun devam edeceğinden emin olun.

8 Bir psikiyatriste erişimim var mı?

Kendi psikiyatristinizi görmeye devam edebilirsiniz, ancak onları görmek için seyahat etmeniz gerekebilir, bu nedenle ulaşım ve sizinle birlikte gidecek personel için ödeme yapmanız gerekip gerekmediğini kontrol edin. Yerel akıl sağlığı hizmetleriyle bağlantılar olmalıdır, bu nedenle yönlendirmelerin nasıl yapıldığını da kontrol edin. Yaşlı bakımı psikiyatri ekipleri mevcut olabilir ve tesis içinde ihtiyaçlarınızın bir değerlendirmesini sağlayabilir. Siz veya doktorlarınız daha yoğun bakıma ihtiyacınız olduğunu düşünüyorsanız, hastaneye kaldırılabilir.

9 Ailem ve arkadaşlarım bakıma dahil olacak ve desteklenecek mi?

Aile ve arkadaşlara bakım geçmişiniz ve tercihleriniz hakkında danışılmalı ve izninizle bakımınıza dahil edilmelidir. Personelin sevdiğiniz kişilerin bakımınıza hakkında nasıl bilgilendireceğini, ne zaman ziyaret edebileceklerini ve sizinle nasıl geceleme ayarlayabileceklerini kontrol edin. Sizi destekleyen arkadaşlarınız ve aileniz de endişeli veya depresif hissedebilir. Bazı tesisler, destek grupları gibi aile ve arkadaşlara da hizmet sunar, bu nedenle hangi yardımın sağlandığını kontrol edin.

10 Yerel topluluğumla bağlantımı nasıl koruyabilirim?

Evde sahip olduğunuz hizmetlerle iletişimde kalmak önemlidir, özellikle de konaklamanız geçiciyse. Bu, personelin bakımınızı kişiselleştirmesine ve sizi uygun şekilde desteklemesine yardımcı olur. Personelin kiminle iletişime geçeceğini bildiğinden ve bunu bakım planınıza kaydettiğinden emin olun.