

本傳單出自一套系列文宣，由具備長者護理經驗的護士、醫生和專家撰寫。該系列文宣旨在幫助您更容易了解院所長者護理。如需諮詢具體的護理問題，可查找其他傳單。下載網址為：

www.10questions.org.au

這些傳單有助於您：

- 尋找高品質的長者護理院所
- 審視您目前的長者護理院所的品質
- 在兩家不相伯仲的長者護理院所之間做出選擇。

重點在於工作人員隊伍內有足夠的註冊護士來滿足每個人的需求。個人護理需求如何滿足，應該是您關心的問題。

許多工作人員的制服都很相似。僅僅因為某人看起來像護士並不意味著該人就是護士。不同之處如下：

註冊護士 (RN) 已完成至少三年的護理學士學位課程。他們可以開展護理程序，管理止痛藥並避免患者在非必要情況下住院。

登記護士 (EN) 在註冊護士的指導下工作。兩者均由監管機構註冊。註冊能確保遵守專業標準並保護公眾。

護理助理 (AIN)/護工/護理服務僱員 (CSE) 在護士的監督下工作，養老院所和社區內的大部分護理服務由這幾類人員提供。他們的訓練水平參差不齊。



您有提問權

若您在本傳單找不到所需的宣導資訊或專家意見：

My Aged Care

電話：1800 200 422

網站：myagedcare.gov.au

全國口筆譯
服務 (TIS)

電話：131 450

本傳單由以下人員製作和認可：



如需了解所有支援機構，請瀏覽
www.10questions.org.au

若您對長者護理院
舍有疑慮，請聯繫：

電話：1800 951 822



Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission

網站：www.agedcarequality.gov.au



10個 可提出的

關於

您在長者護理 院所中精神健 康需求的問題

(MENTAL HEALTH -
TRADITIONAL CHINESE)



www.10questions.org.au

若您出現精神疾患，您有權獲得慈心關懷，而且是保密的。長者護理院所內經常出現社交孤立和抑鬱，因此作為工作人員，知道如何照顧您的身體和精神健康非常重要。

1 如果我出現精神疾患，工作人員將如何辨別？

工作人員應評估您的身體和精神健康需求，並與您一同制定護理計劃。其中應包括相關警告信號，讓您和您的家人知道您出現疾患。務必定期複查您的需求，包括請家庭醫生和/或治療師複查您的精神健康和藥物。

2 工作人員能否支持我的精神健康需求？

員工培訓可能有差別，人員流動率也可能很高，因此請了解清楚是否有工作人員接受過一系列的精神健康疾患/症狀支援培訓。新員工應了解您的日常精神健康需求，以及在您出現精神疾患的苗頭時該如何應對。很少有地方會雇用具備特定精神健康資質的註冊護士，因此如果您需要專科護理，請打聽相關獲取管道。

3 日班和夜班護理人員有多少？

擁有足夠的工作人員保障您和他人的安全非常重要。某些精神健康疾病可能會導致跌倒，法律規定要有足夠的工作人員來保障您的安全。了解工作人員與住戶的比例，並研究院舍內是否全天候都有工作人員。

4 你們為精神健康需求提供哪些支援？

所提供的精神健康服務範圍可能會變化，因此請了解清楚所提供的治療服務並約定好您在需要時如何獲得這些服務。您有權獲得家庭醫生服務並尋求外部精神健康執業人員。

5 你們提供什麼活動？

無聊可能會加劇情緒低落，因此請了解清楚是否聘請了康樂治療師、治療師參加的頻率以及所提供的活動是否與您喜歡的活動相匹配。定期活動、社交聯繫和養寵物也可以減少焦慮。條理化生活回顧 (Structured Life Review) 和認知行為療法 (Cognitive Behaviour Therapy) 也是非常有效的情緒改善技巧。

6 我可以在院舍內自由走動嗎？

您第一次參觀時看到的區域未必就是您搬進來後接受護理的區域。可能有特定的房間供有精神健康需求的住戶入住。有時這是出於安全考慮，但絕不能因人手不足等其他原因而限制行動自由。

7 現場有心理學家或社工嗎？

很少地方會聘請心理學家或社工，因此您可能要付費請私營心理學家過來。根據您的資格條件，您也許可以申請一些經濟援助*。如果您必須到院舍外的診所就診，請了解清楚您是否需要支付交通費和工作人員陪同費。如果您必須到院舍外的診所就

診，請了解清楚您是否需要支付交通費和工作人員陪同費。

8 我可以去看精神科醫生嗎？

您可以繼續看自己的精神科醫生，但您可能要出行看診，因此請了解清楚您是否需要支付交通費和工作人員陪同費。與當地的精神健康服務機構應該有聯繫，因此還要了解轉介方式。院舍內也許有長者護理精神科團隊可評估您的需求。如果您或您的醫生認為您需要更多重症監護，您可能需要住院治療。

9 我的家人和朋友會參與我的護理並獲得支援嗎？

關於您過往的護理情況和偏好，應諮詢您的家人和朋友，他們應在您同意的情況下參與您的護理。了解清楚工作人員如何告知親人您的護理情況、他們何時可以探訪以及他們如何安排陪您過夜。您的支援親友也可能會感到焦慮或沮喪。某些院舍還為親友支援團等提供服務，因此請了解清楚所提供的幫助。

10 我怎樣才能與當地社區保持聯繫？

務必與您的居家服務機構保持聯繫，尤其在短期入住的情況下。這有助於工作人員個性化您的護理並給予您適當支持。確保工作人員知道該聯繫誰，並將此記錄在您的護理計劃中。

*由心理學家和社工開展的治療，部分私人保險公司提供有限的賠償金。