

Niniejsza ulotka jest częścią serii napisanej przez pielęgniarki, lekarzy i ekspertów z doświadczeniem w opiece nad osobami starszymi. Seria ma na celu ułatwienie twojej podróży do stacjonarnej opieki nad osobami starszymi. Poszukaj innych ulotek z pytaniami dotyczącymi konkretnych potrzeb w zakresie opieki. Można je pobrać pod adresem: www.10questions.org.au

Ulotki mogą okazać się przydatne przy:

- Poszukiwaniu wysokiej jakości placówki opieki nad osobami starszymi
- Przeglądzie jakości obecnego domu opieki nad osobami starszymi
- wyborze pomiędzy dwoma domami opieki nad osobami starszymi, które wydają się podobne.

Ważne jest, aby w zespole wykwalifikowanych pracowników było wystarczająco dużo zarejestrowanych pielęgniarek, aby zaspokoić potrzeby wszystkich. Powinieneś zadać pytania dotyczące tego, w jaki sposób zostaną spełnione twoje indywidualne potrzeby w zakresie opieki.

Wielu pracowników nosi podobne mundury. To, że ktoś wygląda jak pielęgniarka, nie oznacza, że nią jest. Oto różnice:

Dyplomowana pielęgniarka (RN) ukończyła co najmniej trzyletni kurs pielęgniarski. Może podejmować zabiegi pielęgniarskie, zarządzać lekami przeciwbólowymi i zapobiegać niepotrzebnym hospitalizacjom.

Pielęgniarka niższego stopnia (EN) pracuje pod kierunkiem RN. Obie są zarejestrowane przez organ regulacyjny. Rejestracja zapewnia utrzymanie standardów zawodowych i chroni społeczeństwo.

Assistants in Nursing (AIN) / Care Workers / Care Service Employees (CSE) pracują pod nadzorem pielęgniarek i zapewniają większość opieki w placówkach stacjonarnych i społecznych. Ich poziom wykształcenia jest zmienny.



MASZ PRAWO ZAPYTAĆ

Jeśli potrzebujesz adwokata lub specjalistycznej porady w jakiegokolwiek sprawie nieujętej w tej ulotce:

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

Translating and Interpreting Service (TIS)
(Telefoniczna Służba Tłumaczy)
☎ 131 450

Niniejsza ulotka została opracowana i zatwierdzona przez:



Pełną listę organizacji wspierających można znaleźć na stronie www.10questions.org.au

Jeśli masz wątpliwości dotyczące placówki opieki nad osobami starszymi, skontaktuj się z:

☎ 1800 951 822



www.agedcarequality.gov.au



10 Pytań do zadania

TWOJE POTRZEBY W ZAKRESIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO W OŚRODKU OPIEKI NAD OSOBAMI STARSZYMI (MENTAL HEALTH - POLISH)



www.10questions.org.au

Masz prawo do otrzymania poufnej i współczującej opieki, jeśli poczujesz się źle psychicznie. Izolacja społeczna i depresja są powszechne w placówkach opieki nad osobami starszymi, dlatego ważne jest, aby personel wiedział, jak dbać o zdrowie fizyczne i psychiczne.

1 W jaki sposób personel rozpozna, że stanę się chory psychicznie?

Personel powinien ocenić twoje potrzeby w zakresie zdrowia fizycznego i psychicznego i wspólnie z tobą sporządzić plan opieki. Powinno to obejmować znaki ostrzegawcze, które informują ciebie i twoją rodzinę o tym, że źle się czujesz. Ważne jest, aby twoje potrzeby były regularnie sprawdzane, włącznie z przeglądami stanu zdrowia psychicznego i lekami przepisаныmi przez lekarza rodzinnego i/lub terapeutę.

2 Czy personel jest w stanie zaspokoić moje potrzeby w zakresie zdrowia psychicznego?

Szkolenie personelu może się różnić, a rotacja może być wysoka, więc sprawdź, czy któryś z pracowników jest przeszkolony w zakresie leczenia różnych schorzeń / objawów zdrowia psychicznego. Nowy personel powinien zostać poinformowany o twoich codziennych potrzebach w zakresie zdrowia psychicznego i o tym, jak reagować, jeśli zaczniesz czuć się źle psychicznie. Niewiele miejsc zatrudnia dyplomowane pielęgniarki o określonych kwalifikacjach w zakresie zdrowia psychicznego, więc jeśli potrzebujesz specjalistycznej opieki pielęgniarskiej, sprawdź, jak ją otrzymasz.

3 Ilu pracowników opieki jest zatrudnionych w dzień i w nocy?

Ważne jest, aby mieć wystarczającą liczbę personelu, aby zapewnić bezpieczeństwo sobie i innym. Upadki mogą się zdarzyć w przypadku niektórych schorzeń psychicznych, a posiadanie wystarczającej liczby pracowników, aby zapewnić ci bezpieczeństwo, jest wymogiem prawnym. Sprawdź stosunek personelu do mieszkańców i sprawdź, czy przez cały czas jest personel.

4 Jakiego wsparcia udzielasz w zakresie zdrowia psychicznego?

Zakres świadczonych usług w zakresie zdrowia psychicznego może być różny, więc sprawdź, jakie usługi terapeutyczne są oferowane i ustal, w jaki sposób uzyskasz do nich dostęp w razie potrzeby. Masz prawo dostępu do usług lekarzy pierwszego kontaktu i zewnętrznych lekarzy zajmujących się zdrowiem psychicznym.

5 Jakie zajęcia zapewniaasz?

Nuda może spotęgować obniżony nastrój, więc sprawdź, czy zatrudniony jest terapeuta depresyjny, jak często uczęszcza i czy oferowane zajęcia pasują do tych, które lubisz. Regularna aktywność, więzi społeczne i posiadanie zwierząt domowych również mogą zmniejszyć niepokój. Ustrukturyzowany przegląd życia i terapia poznawczo-behawioralna to również wysoce skuteczne techniki poprawy nastroju.

6 Czy będę mógł swobodnie poruszać się po terenie?

Obszary, które są pokazane podczas pierwszej wizyty nie zawsze są tymi, w których będziesz przebywał, gdy się wprowadzisz. Mogą istnieć specjalne pokoje, w których zakwaterowane są osoby z problemami w zakresie zdrowia psychicznego. Czasami jest to wymagane ze względów bezpieczeństwa, ale nigdy nie wolno ograniczać swobody poruszania się z innych powodów, takich jak brak wystarczającej liczby personelu.

7 Czy na miejscu są psychologowie lub pracownicy socjalni?

Bardzo niewiele miejsc zatrudnia psychologów lub pracowników socjalnych, więc być może będziesz musiał zapłacić za wizytę psychologów finansowanych ze środków prywatnych. W zależności od twoich uprawnień możesz ubiegać się o wsparcie finansowe*.

*Niektórzy prywatni ubezpieczyciele oferują ograniczone świadczenia na leczenie pod okiem psychologów i pracowników socjalnych.

Jeśli musisz odwiedzić przychodnię poza siedzibą szpitala, sprawdź, czy nie poniesiesz opłat za transport i personel towarzyszący. Jeśli otrzymujesz wsparcie w zakresie zdrowia psychicznego w domu, upewnij się, że będzie ono kontynuowane po wprowadzeniu się.

8 Czy mam dostęp do psychiatry?

Możesz nadal spotykać się ze swoim własnym psychiatrą, chociaż być może będziesz musiał pojechać, aby się z nim zobaczyć, więc sprawdź, czy musisz zapłacić za transport i personel, który pojedzie z tobą. Powinny istnieć powiązania z lokalnymi służbami zdrowia psychicznego, więc sprawdź również, w jaki sposób są kierowane. Zespoły psychiatryczne opieki nad osobami starszymi mogą być dostępne i mogą zapewnić ocenę twoich potrzeb w placówce. Jeśli ty lub twoi lekarze uważacie, że potrzebujesz bardziej intensywnej opieki, możesz zostać hospitalizowany.

9 Czy moja rodzina i przyjaciele będą zaangażowani w moją opiekę i wsparcie?

Rodzina i przyjaciele powinni być konsultowani w sprawie twojej historii opieki i preferencji oraz powinni być zaangażowani w twoją opiekę za twoją zgodą. Sprawdź, w jaki sposób personel będzie informował twoich bliskich o twojej opiece, kiedy mogą cię odwiedzać i jak mogą zorganizować u ciebie nocleg. Wspierający cię przyjaciele i rodzina mogą również odczuwać niepokój lub depresję. Niektóre placówki oferują również usługi dla rodziny i przyjaciół, takie jak grupy wsparcia, więc sprawdź, jaka pomoc jest udzielana.

10 Jak mogę utrzymać więzi z lokalną społecznością?

Ważne jest, aby być w kontakcie z usługami, które masz w domu, zwłaszcza jeśli twój pobyt jest tymczasowy. Pomaga to personelowi spersonalizować twoją opiekę i zapewnić ci odpowiednie wsparcie. Upewnij się, że personel wie, z kim ma się kontaktować i że odnotowuje to w twoim planie opieki.