

Stai invecchiando? Ecco cosa devi fare per gestire al meglio il tuo futuro

Getting older? How to take charge of your future

Man mano che vai invecchiando, è opportuno pensare alle varie e mutevoli circostanze che possono avere un certo effetto sulla tua vita. Cosa succederà, ad esempio, se tu oppure la tua (o il tuo) partner dovessero diventare fisicamente deboli, oppure se dovesse insorgere una qualche disabilità? Che succederà se, ad esempio, non sarai più in grado di guidare l'automobile? Abiti vicino ai trasporti pubblici o agli uffici dei servizi comunitari, che potrebbero eventualmente venirti in aiuto, oppure potresti aver bisogno di abitare dove esistono servizi migliori?

E' inoltre certo che quando la gente invecchia si perde anche l'abilità di prendere delle decisioni in merito alla propria salute e che il proprio benessere può essere a volte minacciato da alcune malattie, come ad esempio l'infarto o la demenza. Molte persone ormai avanti con gli anni pensano che se tutto questo dovesse succedere a loro sarebbero ben liete di vedere i propri parenti prendere, al loro posto, le decisioni necessarie. Ma questa soluzione non sarà sempre possibile, specialmente se, in quell'occasione, non ci saranno familiari nelle vicinanze, oppure se i familiari non dovessero trovarsi d'accordo sul da farsi.

Perchè si dovrebbe pensare per il futuro?

- Si potrebbero avere le idee ben chiare e certe convinzioni personali in merito all'utilità ed al desiderio di ricevere, o meno, certi tipi di cure o trattamenti medico. Alcune persone pensano di non desiderare ulteriori cure se, ad esempio, dovessero ridursi allo stato in cui non riuscirebbero neppure a riconoscere i loro cari.
- E' importante non rimandare certe cose fino quando potrà essere troppo tardi. Una volta che si perdono le proprie facoltà mentali, sarà impossibile poter scegliere qualcuno che prenda le decisioni per noi. Legalmente si può dare l'incarico a qualcun altro di prendere delle decisioni al proprio posto soltanto se si è in grado di capire il significato della propria decisione e della propria firma.

Quali provvedimenti puoi prendere adesso?

- **Puoi informare gli altri sul tuo punto di vista sulle cure mediche.** Nel caso dovessi ammalarti al punto da non poter dare il tuo consenso per determinate cure o interventi medici, accertati che i tuoi familiari, i tuoi amici più cari, la persona che si prende cura di te a domicilio (se dovessi averne una), oppure il tuo medico sappiano esattamente come la pensi in merito. (Se qualcuno è talmente ammalato da non poter dare il proprio consenso per un determinato trattamento o intervento, i medici dovranno ottenere tale consenso dalla moglie, dal marito o dalla de facto partner del paziente. Se il paziente è singolo e non ha alcun partner, ma ha qualcuno che si prende cura di lui, assistendolo su base volontaria, senza cioè alcuna retribuzione, come ad esempio un parente o un amico, allora i medici si rivolgeranno proprio a questa persona. Nel caso non dovesse esserci uno che si sia preso cura del paziente, i medici allora potrebbero rivolgersi a un parente o ad un amico).
- **Puoi nominare qualcuno che prenda le decisioni per te.** Se desideri che i medici consultino la persona di tua scelta (familiare o amico) per prendere una eventuale decisione al tuo posto nel caso dovessi es-

sere gravemente ammalato e quindi non in grado di farlo da te, puoi benissimo scegliere tale persona come tuo (o tua) "enduring guardian". Potrai farlo firmando un documento legale che darà alla persona da te scelta l'autorizzazione a prendere decisioni in merito alle cure ed agli interventi medici ed al tuo stile di vita, se non potrai farlo da te.

- **Potrai esprimere i tuoi desideri per iscritto.**

Indicare per iscritto i tuoi desideri in merito a future cure mediche nei tuoi riguardi è detto comunemente "Advance Health Care Directive" (direttive anticipate sulle cure mediche) ed è un modo di dare istruzioni in anticipo al proprio medico. Purchè tali direttive siano abbastanza recenti, i medici devono tenerle nella dovuta considerazione al momento di prendersi cura del paziente. Siccome il punto di vista di ciascuno di noi sulle cure mediche può variare col passare del tempo, è importante che di tanto in tanto si dia un'occhiata alle proprie direttive per accertarsi che le stesse siano aggiornate e quindi soddisfacenti. Consegna una copia al tuo medico ed accertati che i tuoi familiari sappiano dove conservi l'originale.

Dove potrai avere ulteriori informazioni in merito?

- Un avvocato oppure un funzionario di un Community Legal Centre (Centro comunitario di assistenza legale) potranno darti informazioni in merito alla nomina di un tuo "enduring guardian".
- Il tuo medico oppure l'infermiera di un Centro comunitario potranno esserti di aiuto nella stesura delle tue direttive in merito alle cure mediche
- La Alzheimer's Association offre informazioni (in diverse lingue a persone affette da demenza ed alle loro famiglie (Tel. 02 9805 0100 oppure 1800 639 331)
- Transcultural Aged Care Service (02 8585 5000) aiuta le persone che parlano
- la stessa lingua o che abbiano lo stesso background culturale ad essere raggruppate e sistemate tutte assieme in una determinata casa di riposo o centro per l'assistenza agli anziani
- Il Seniors Information Service (Tel. 13 12 44) offre informazioni in merito ai servizi a beneficio degli anziani nella zona in cui abiti.

Se hai bisogno di assistenza per telefonare in inglese chiama il TIS (Servizio Traduttori ed Interpreti) al numero 131 450.

Altri dettagli ed informazioni nella tua lingua potrai trovarli su Internet (Multicultural Communication) digitando: <<http://mhcs.health.nsw.gov.au>>.

I numeri di telefono sono corretti al momento della pubblicazione, ma non vengono aggiornati costantemente. E' bene pertanto controllare i numeri stessi sulla guida telefonica.