

**Информације за неговатеље (Information for Carers)**  
**Подршка и услуге за помоћ члановима породице и пријатељима особе која је инвалид, зависник од дроге или алкохола, ментални болесник, слабог здравља због старости или која има неко друго хронично обољење.**

### **Да ли сте неговатељ? (Are you a carer?)**

Да ли пружате помоћ некоме ко је инвалид, зависник од дроге или алкохола, ментално оболео, слабог здравља због старости или ко има неко хронично обољење?

Да ли сте ви члан породице, партнер, пријатељ или сусед који пружа ту помоћ?

Да ли ви тој особи помажете у некој од следећих активности: у личној хигијени, као што су туширање или облачење, кретање, превоз, емотивна подршка, комуницирање, припремање оброка и кућни послови или им помажете да распоређују свој новац?

Ако сте одговорили са ДА на ова питања – онда сте НЕГОВАТЕЉ.

Улога неговатеља може да вас испуњава, али може да буде и веома напорна - ментално, физички, финансијски и/или емотивно. Од основне је важности да првенствено бринете о сопственом здрављу и благостању.

### **Ко може да вам помогне? (Who can help you?)**

Није лако сазнати где можете да добијете помоћ. Ниже наведене службе могу да вам буду почетна тачка. Оне могу да вам пруже информације, подршку и везе са локалним службама које могу да помогну вама и особи коју негујете:

**Савезни центар за одмену неговатеља и Carelink центар (Commonwealth Respite and Carelink Centre)**

**Телефон: 1800 052 222. Служба пружа:**

- ❖ Информације о локалним службама које помажу старијим особама и инвалидима, као и њиховим неговатељима да наставе да живе самостално.

Примери тих услуга укључују:

Доношење оброка

Набавку опреме

Помоћ у обављању кућних послова      Превоз  
Одржавање куће                                      Личну хигијену

- ❖ Информације и савете у вези различитих могућности за одмену неговатеља и подршку неговатељима на локалном подручју
- ❖ Хитну помоћ у кризним ситуацијама неговатеља која ради 24 сата на дан, 7 дана у недељи. Та помоћ се добија на краће периоде зависно од ситуације и потреба.

**Информативна служба неговатеља Новог Јужног Велса (Carers NSW Carers Line) 1800 242 636**

**Служба пружа:**

- ❖ Информације, упуте и савете за подршку неговатеља и о услугама широм Новог Јужног Велса
- ❖ Бесплатни комплет за помоћ неговатељима (Carer Support Kit)
- ❖ Емотивну подршку и саветовање

**Centrelink 13 27 17 или 13 12 02 да разговарате на свом језику**

**Служба пружа:**

Финансијску помоћ за неговатеље укључујући Исплату за неговатеље (Carer Payment) и Додатак за неговатеље (Carer Allowance)

**Служба тумача и преводаца у здравству (Health Care Interpreter and Translation Service)**

Источни/Јужни Сиднеј	9828 6088
Illawarra	4274 4211
Shoalhaven	1800 247 272

**Служба пружа:**

Тумаче за државне здравствене службе, као што су државне болнице.

**Служба преводаца и тумача (TIS) (Translating and Interpreting Service (TIS)) 131 450**

**Служба пружа:**

Тумачење укључујући тумачење преко телефона за услуге које се не пружају у државној здравственој установи, као што су службе у друштвеној заједници или приватни лекари.

**Служба за везе са урођеницима (Aboriginal Liaison Service)**

Налази се у многим државним болницама.

**Служба пружа:**

Културолошки подобне услуге за урођенике и њихове породице. Контактирајте Службеника за везе са урођеницима (Aboriginal Liaison Officer) преко Одељења за социјални рад (Social Work Department) болнице.

## **Корисни савети за позитивно пружање неге (Helpful Tips for Positive Caring)**

Научите што више о болести или инвалидитету вашег рођака или пријатеља, као и о врстама помоћи које су на располагању вама и особи коју негујете.

Поделите негу са другим члановима породице, пријатељима и службама у друштвеној заједници.

Водите рачуна и о себи – физички, ментално и емотивно.

Будите спремни на то да ћете морати да будете упорни када тражите помоћ и услуге. Услуге постоје, али за њих највероватније постоје листе чекања.

Планирајте будућност.

(Извор: Информативни лист Неговатељи Новог Јужног Велса - Carers NSW Fact Sheet)

Ако особа коју негујете оде у болницу или прима помоћ од здравствене службе у друштвеној заједници, нека вам овај списак послужи као пример које информације треба да имате:

- ❖ Која је дијагноза, третман и вероватна прогноза болести?
- ❖ Које лекове пацијент треба да узима?
- ❖ Каква ће му даља нега бити потребна?
- ❖ Ко ће учествовати у даљем третману и нези?
- ❖ Да ли ће бити контролних прегледа?
- ❖ Да ли су потребне преправке куће и нека опрема?
- ❖ Које службе за помоћ постоје у друштвеној заједници?
- ❖ Коме да се обратим за накнадне савете и помоћ?

Ако је особа коју негујете у болници, замолите:

- ❖ да разговарате са социјалним радником или надлежним за отпуст ако вам треба помоћ за организовање неге или услуга
- ❖ када се очекује да ће пацијент бити отпуштен из болнице и да ли ће болница обезбедити превоз?

Ако особа коју негујете треба да иде у болницу, да ли имате следеће информације спремне да помогнете здравственим радницима?

- ❖ Историју болести пацијента
- ❖ Списак лекова које пацијент тренутно узима
- ❖ Скорије резултате тестова, нпр. рендгенске снимке, ЦТ скенове
- ❖ Medicare/Здравствену картицу (Health Care Card)
- ❖ Податке о приватном здравственом осигурању

## **Приватност (Privacy)**

По законима о приватности, особа коју негујете углавном мора здравственим радницима дати дозволу да разговарају са вама о њеном стању и нези.

Важно је да болница или здравствена служба у картону пацијента има праву особу за контакт. Неспоразуми могу да се избегну ако се једна особа одреди за контакт, нпр. неговатељ који онда по потреби може да проследи информације другим члановима породице.

Ако сте незадовољни здравственом службом или вас нешто брине у вези ње, разговарајте о томе са менаџером. Ако не добијете одговор или нисте задовољни одговором, обратите се: Комисији за жалбе у вези здравствених услуга Новог Јужног Велса (NSW Health Care Complaints Commission) на 1800 043 159

За питања/коментаре о питањима неговатеља у здравственим службама, обратите се Координатору Програма за неговатеље (Carer Program Coordinator):

Shoalhaven 4423 9372

Kiama 4233 1033

Wollongong 4253 4558

St George Sutherland 9947 9857

Northern (Север) 9947 9854

Брошура је издата у оквиру Програма за неговатеље SESIAHS 2010. (SESIAS Carer Program 2010)