SOUTH EASTERN SYDNEY ILLAWARRA
NSW HEALTH

Информации за негувателите
Луѓето што се грижат за други лица
Поддршка и услуги за помош

Information for Carers
People Who Look After Others
Support and Services to Assist You

Дали се грижите за некого?
Are you a carer?

Дали се грижите за некого со инвалидитет, мантално заболување, хронична болест или за изнемоштено лице во години?

Дали сте член на семејтвото, партнер, пријател или сте сосед кој што ја нуди оваа нега?

Дали на лицето му/и помагате со некоја од овие активности како на пр: лична хигиена, одење, превоз, емоционална поддршка, комуницирање или помагате со јадењето и домашните работи?

Ако одговоривте со ДА на овие прашања – тогаш сте НЕГУВАТЕЛ.

Негата на други лица може да претставува задоволство, но може да биде и напорно за вас. Негата на друго лице може да има влијание врз вас – мантално, физичко и емоционално. Грижата за вашето здравје и добросостојба е од основно значење.

Кој може да ви помогне?
Who can help you?

Барањето каде да се побара помош, може да биде тешко. Три клучни служби можат да ви помогнат да почнете и тие ви нудат информации, поддршка и врски со локалните служби што ќе ви помогнат вам и на лицето што го негувате:

Центар за одмена за негуватели на Комонвелтот
Тел: 1800 059 059 (локална служба) (24 часа итна поддршка за негуватели)

Commonwealth Carer Respite Centre
Ph: 1800 059 059 (local office) (24 hr emergency carer support)

- Нуди информации и совет за услугите за одмена и поддршка за негувателите во вашето локално подрачје
- Организира куси периоди за одмена што се планирани и тие што се итни, вклучувајќи и резервирање на одмена со престој.
- Итната поддршка за негувателите може да се побара 24 часа во денот 7 дена во неделата во кризна ситуација за негувателот, за кус период во зависност од ситуацијата и потребата.

Центар за инфромации за негувателите
Тел: 1800 242 636

Commonwealth Carer Resource Centre
Ph: 1800 242 636

- Нуди инфромации, упатувања и совет за поддршката за негуватели и услугите што се нудат во НЈВ, вклучувајќи ја и државната помош што може да се добие
- Обезбедува бесплатен Сет за поддршка на негувателот
- Нуди емоционална поддршка и советување преку Националната програмата за советување на негувателите

Центарот Carelink на Комонвелтот
Тел: 1800 052 222 (локална служба)

Commonwealth Carelink Centre
Ph: 1800 052 222

- Нуди информации за локалните служби што им помагаат на луѓето во години, луѓето со инвалидитет и негувателите да живеат самостојно.
  На пример:
  Услугите за јадење
  Одржување на домот
  Помагала и опрема
  Помош дома
  Лична хигиена
  Домови за лица во години
  Превоз

Повеќе инфромации за поддршката за негуватели за лица од разни културолошки потекла може да се добијат од:

Мултикултурната здравствена служба
Multicultural Health
Illawarra Ph: 4274 6233
South Eastern Sydney Ph: 9382 3309

За информации за тоа што ви стои на располагање ако не сте задоволни или имате поплаки за некоја од здравствените служби јавете се:

Комисијата за жалби за здравствена нега
Health Care Complaints Commission

Ph: 9219 7444
По цена на локален разговор 1800 043 159

Illawarra Ph: 4222 5556
South Eastern Sydney Ph: 0382 8129

Идеи што помагаат во позитивното негување
Helpful Tips for Positive Caring

- Научете што е можно повеќе за болеста или инвалидноста на вашиот близок или пријател и типот на помош што ви се нуди вам и на лицето кое го негувате
- Споделете ја негата со семејството, пријателите и општествените служби
- Водете грижа за себе физички, ментално и емоционално
- Бидете подготвени да бидете упорни кога барате поддршка и услуги. Услугите ви стојат на располагање но, најверојатно ќе има листи на чекање
- Планирајте за иднината

(извор: Инфроматичвни факти за Негувателите во НЈВ)

Ако лицето кое го негувате отиде во болница или прима помош од општествена здравствена служба искористете ја оваа листа за потсетување да ги побарате информацииите што ви требаат:

- Која е дијагнозата, лечењето и можната прогноза за болеста на лицето
- Какви лекови треба да примаат?
- Дали има закажани прегледи за контрола?
- Каква редовна нега е потребна?
- Кој ќе учествува во редовното лечење и нега?
- Кога се очекува лицето да биде отпуштено од болница и дали ќе се обезбеди превоз?
- Дали е потребно да се направат промени во домот и дали е потрбена опрема?
- Какви услуги за поддршка се нудат во заедницата?
- Кому да му се обратам за понатамошен совет и поддршка?

Ако лицето кое го негувате треба да отиде во болница дали ги имате следниве податоци за да им помогнете на болничкиот персонал?

- Здравствена историја
- Најнова листа на лековите што лицето ги прима
- Последни резултати од тестови како на пр Рентгенски снимки, ЦТ снимки

Приватност
Privacy

Според Законот за приватност лицето кое го негувате општо земено ќе треба да даде согласност за здравствените лица да можат да разговараат со вас во врска со неговата/нејзината здравствена состојба и нега.

Важно е болницата или здравствената служба да го има запишано во здравственото досие точното лице за контакт. Недоразбирањата можат да се избегнат ако само едно лице, за кое сите се имаат договорено, е лицето со кое ќе се контактира и тоа лице ќе може да ја пренесува информацијата на семејството како што смета дека е најдобро.

Дали ви треба преведувач
Do you need an interpreter

Присуството на преведувач може да се организира во државните болници и општествените здравствени центри и е бесплатно. Ако ви треба преведувач јавете се во Здравствената преведувачка служба на:

Illawarra	Ph: 4274 4211
South Eastern Sydney	Ph: 9515 9500

Produced by: Carer Support service (SESIHS)
For enquiries/comments about carer issues or services within health services please contact a Carer Support Coordinator:
Illawarra Ph. 4253 4501 or 4295 2302, Shoalhaven Ph. 4423 9701, South Eastern Sydney Ph. 9947 9854