

# SOUTH EASTERN SYDNEY ILLAWARRA NSW HEALTH

## Logo Здравствене службе Југоисточног Сиднеја и Илаваре

Информације за неговатеље (Information for Carers)  
**Људи који воде бригу о другима (People Who Look After Others)**  
**Подршка и услуге да вам се помогне (Support and Services to Assist You)**

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

Да ли се старате за некога ко је онеспособљен, душевно болестан, има хронично оболење или је стар и немоћан?

Да ли сте ви рођак, партнер, пријатељ или комшија онога о којем водите бригу?

Да ли им помажете у било којој од следећих потреба, на пример око личне хигијене, ходања, превоза, емоционалних проблема, комуникација, оброка или кућних послова.

Ако су ваши одговори на ова питања ДА - онда ви јесте НЕГОВАТЕЉ.

Осећај задовољства може да буде награда за труд, али неговање није лако и може да буде пуно великих захтевања. Такав напор може да на вас штетно делује - душевно, физички и емоционално. Морате да чувате своје сопствено здравље и да се добро осећате.

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

Тражење коме да се обратите за помоћ може да буде компликовани задатак. За боље сналажење по том питању стоје на располагању три кључне службе које могу да вам даду упутства како да почнете, давањем информација, подршком и везама с локалним службама за помоћ вама и ономе кога негујете.

**Комонвелт Центар за предах неговатеља  
(Commonwealth Carer Respite Centre)**

**Телефон: 1800 059 059 – локална пословница (local office)**

**24 часовна хитна помоћ за неговатеље (24 hr emergency carer support)**

- ❖ Даје информације и савете о врстама предаха и о подршци за неговатеље у вашој локалној области.
- ❖ Организује краткотрајне планиране или хитне предахе, а такође и резервације за предах у институцији.
- ❖ Ако је неговатељ у кризи, можете да се обратите на Хитну помоћ за неговатеље, која је приступна 24 часа 7 дана у недељи за краткотрајни рок према ситуацији и потреби.

**Комонвелт Центар за оријентисање неговатеља  
(Commonwealth Carer Resource Centre)**

**Телефон: 1800 242 636**

- ❖ Даје информације, упутнице и савете у вези служби за подршку неговатеља у Новом Јужном Валесу укључујући расположиву државну помоћ.
- ❖ Бесплатна Опрема за подршку неговатеља..
- ❖ Пружа емоционалну подршку и саветовање путем Националног програма за саветовање неговатеља (National Carer Counselling Program)..

**Комонвелт центар за везу**

(Commonwealth Carelink Centre)

**Телефон: 1800 052 222 локална пословница (local office)**

- ❖ Даје информације о локалним службама за помоћ старим и онеспособљеним људима и неговатељима како би могли да наставе самосталним живљењем.  
На пример:  
Допрема оброка  
Одржавање и преправке у кући  
Помагала и опрема  
Кућни послови  
Лична хигијена  
Стараћки домови  
Превоз

За додатне информације о подршкама за неговатеље различитога културног порекла може да контактујете:

**Мултикултурно здравље (Multicultural Health)**

Илавара

Телефон: 4274 6233

Југоисточни Сиднеј

Телефон: 9382 3309

Ако желите информације о вашем избору услуга, ако сте незадовољни или имате проблеме са контактовањем било које здравствене службе, телефонирајте на:

## **Комисију за тужбе о здравственом неговању**

**(Health Care Complaints Commission)** Телефон: 9219 7444

Бесплатни број 1800 043 159

Илавара

Телефон: 4222 5556

Југоисточни Сиднеј

Телефон: 9382 8129

## **Добри савети за успешно неговање (Helpful Tips for Positive Caring)**

- ❖ Научите чим више о болести или онеспособљености вашег члана породице или пријатеља и о свим врстама помоћи које су на располагању за вас и за лице које негујете.
- ❖ Поделите негу с породицом, пријатељима и службама у заједници.
- ❖ Чувајте себе физички, душевно и емоционално.
- ❖ Будите упорни када тражите подршку и службе. Макар службе стоје на располагању, вероватно постоје и листе чекања.
- ❖ Планирајте будућност.

*Ако је лице које негујете у болници или ако прима помоћ од здравствене службе у заједници, употребите ову листу питања да знате да ли тражите праву информацију.*

- ❖ Шта је дијагноза, планови лећења и вероватна прогноза болести?
- ❖ Које лекове треба да узима?
- ❖ Да ли мора да долази на контролу?
- ❖ Коју врсту неге треба да има?
- ❖ Ко ће да буде укључен у лечење и негу?
- ❖ Који је датум предвиђен за отпуштање из болнице, и да ли ће да буде организован превоз?
- ❖ Да ли су потребне преправке у кући и помагала?
- ❖ Које су помоћне службе у заједници на располагању.?
- ❖ Кога треба да контактујем за савет и подршку ?

*Ако лице које негујете мора да иде у болницу, да ли имате следеће информације за болнички персонал?*

- ❖ Историју болести
- ❖ Листу лекова које управо троши
- ❖ Најновије налазе на пример ренгенске снимке, ЦТ скенове

## **Приватност (Privacy)**

Закон о приватности наређује, да лице које негујете мора да даде дозволу персоналу здравствене службе, пре него они могу да са вама дискутују о његовом третману и стању.

Важно је да болница или здравствена служба има право контактовања лица, чије име је регистровано у пацијентовим документима. Да се избегну неспоразуми, боље је да се изабере само једно лице да буде контакт за преношење информација породици пацијента према потреби.

## **Да ли вам је потребан тумач? (Do you need an interpreter)**

Бесплатни тумачи су на располагању у државним болницама и здравственим центрима у заједници. Ако вам је потребан тумач, назовите Службу Тумача у Здравству (Health Care Interpreter Service) на:

Илавара	Телефон: 4274 4211
Југоисточни Сиднеј	Телефон: 9515 9500

Састављено по Служби за подршку неговатељима (SESIHS))

Ако имате питања или коментаре у вези неговатеља и служби унутар здравствених служби, назовите Координатора Службе за подршку неговатеља, Илавара телефон: 4253 4501 или Шолхавен телефон:4295 2302, или Југоисточни Сиднеј телефон: 9947 9854.

Март 2006