

راه های مختلف مراقبت از سالمندان

خدمات مراقبت از سالمندان چندین نوع می باشند ولی یافتن گزینه های موجود برای شما و عضو خانواده تان شاید ابهام آور باشد. این نشریه اطلاعاتی کلی راجع به وجود و دسترسی به خدمات و چند شماره تلفن مفید برای تماس با آنها ارائه می نماید. این نشریه سه نوع از نهادهای خدماتی مخصوص مراقبت از سالمندان که مشمول یارانه دولتی است را شرح می دهد:

- مراقبت محلی (Community Care)
- مراقبت جایگزینی (Respite Care)
- مراقبت شبانه روزی (Residential Care)

حتی اگر اکنون به این خدمات نیاز هم نداشته باشید دانستن اینکه چه خدماتی موجود است برای طرح ریزی خدمات مورد نیاز شما در آینده می تواند مفید باشد.

مراقبت محلی (Community Care)

اغلب افراد سالمند ترجیح می دهند که در خانه خودشان زندگی کنند ولی بدون کمک این مکار برایشان دشوار است. نهادهای مختلف خدمات مراقبت از سالمندان وجود دارند که به سالمندان کمک می کنند بتوانند در خانه خودشان زندگی نمایند. این نوع مراقبت را "مراقبت محلی" Community Care می گویند و بسته به نیازهای شما چهار گزینه مختلف وجود دارد.

کمک در (لباس پوشیدن و غذا خوردن، کمک در استحمام) مراقبت شخصی، پرستاری و خدمات بهداشتی پیوسته حمل و نقل و حمایت اجتماعی، (لباس شستن و خرید، کمک در کارهای خانه)

این خدمات توسط افراد شایسته در مراقبت از سالمندان طراحی و هماهنگ شده است. شایستگی برای برنامه مراقبت از سالمندان در خانه توسط تیم ارزیابی مراقبت از سالمندان تعیین می شود. (see page 3).

Extended Aged Care at Home Packages Dementia (EACH D)

مجموعه برنامه های مراقبت در منزل از مبتلایان به فراموشی

مجموعه (EACH D) به منظور کمک و مراقبت در منزل برای مبتلایان به فراموشی تهیه شده است. برنامه های خدماتی:

برنامه های این خدمات طوری تنظیم شده اند که متناسب با احتیاجات هر فرد بوده و انعطاف پذیری داشته باشند. این کمک ها میتوانند شامل پرستاری و امور پیراپزشکی، مراقبت های مربوط به امور شخصی (مثل کمک به حمام کردن، لباس پوشیدن و غذا خوردن)، کارهای منزل (کمک در خانه داری، لیاوشویی و خرید)، رفت و آمد و کمک در فعالیت های اجتماعی باشند.

این خدمات بوسیله یک موسسه تامین خدمات سالمندان تهیه و هماهنگ شده است. واجدین شرایط بودن برای استفاده از خدمات

(EACHD) بوسیله یک گروه "ارزیابی میزان نیاز به مراقبت" انجام میشود (به صفحه سوم مراجعه کنید)

برای اطلاعات بیشتر در مورد کمک Community Care و یافتن خدماتی که مناسب نیازهای شما میباشد، با مرکز Commonwealth Carelink Centre در اجتماع (شماره تلفن 1800 052 222 تماس بگیرید).

آسایش (مرخصی) موقت مراقبت کنندگان Respite Care

این مراقبت ها جهت استراحت موقت و امکان اینکه سالمندان و افرادی که از آنان مراقبت مینمایند بتوانند مدتی از روال یکنواخت زندگی روزمره خارج شوند. بسیاری از سالمندان تحت مراقبت و سرپرستی اعضای خانواده خود در منزل میباشند. مهم است که این سرپرستان در کار ارزشمندی که انجام میدهند حمایت شوند. چرا که مخصوصاً بسیاری از این سرپرستان خودشان مسن میباشند. برنامه خدمات آسایش موقت به مراقبت کنندگان امکان میدهد تا آنان بتوانند موقتاً از مسئولیت پرستاری خود فارغ شوند، در حالی که نگهداری از فرد سالمند در منزل همچنان ادامه مییابد. برنامه آسایش موقت، سالمندان را برای مقاطع زمانی کوتاه مراقبت و نگهداری مینماید، تا شخصی که سرپرستی آن سالمند را بعهده دارد بتواند استراحت کرده، به کارهای

دیگرش برسد (مثلاً خرید منزل) یا اینکه به تعطیلات برود. این برنامه ها معمولاً از قبل تعیین میشوند. ولی برای موارد اضطراری هم (مثلاً وقتی که فرد سر پرست بیمار میشود) میشود ترتیباتی برقرار نمود. افراد سالمندی که در خانه خودشان زندگی میکنند و احساس میکنند که نمیتوانند مراقبت لازم از خودشان را انجام دهند و یا احتیاج به استراحت دارند هم میتوانند از امکانات "آسایش موقت" استفاده کنند. از این تسهیلات میتوان در مجموعه های مسکونی مخصوص سالمندان ، در مراکز مراقبت روزانه و یا خانه های سالمندان استفاده نمود. برنامه ملی آسایش برای مراقبت کنندگان در منزل و مراکز دائمی در چهارچوب پروژه "مراقبت در خانه و جامعه" انجام میشود. دسترسی و استفاده از امکانات آسایش موقت براساس واجد شرایط بودن ، اولویت و نیاز میباشد.

جهت اطلاعات بیشتر در مورد "آسایش مراقبت کنندگان" و خدمات Commonwealth Carers' Respite Centre مربوطه با شماره تلفن 1800 059 059 تماس بگیرید.

مراقبت در خانه Residential Care

با ازدیاد درجه سالخوردگی افراد مسن، ممکن است که ادامه زندگی به تنهایی در محل سکونت خودشان امکان است امکان اقامت در "Aged Care Homes" یا "Residential Care" نداشته که در اینصورت ممکن خانه های سالمندان در نظر گرفته شود. به خانه های سالمندان هم میگویند . خانه های سالمندان دو گونه هستند: خانه های با مراقبت درجه پائین و با مراقبت درجه بالا. در مراقبت درجه پائین یک سری از خدمات مثل تامین محل سکونت، وسایل زنگی اولیه ، شستشوی لباس ها و غیره، نظافت محل زیست غذا و نوشیدنی، حضور دائمی کارکنان برای کمک ، خدمات امور شخصی (کمک به استحمام ، لباس پوشیدن، و غذا خوردن) و هر چند وقت یکبار کارهای پرستاری و فعالیت های دسته جمعی . خدمات مراقبتی سطح بالا برای افرادی که بسیار ناتوان شده و احتیاج به مراقبت و پرستاری بیست و چهارساعته دارند تنظیم شده است. بعضی از خانه های سالمندان دارای هر دو گونه امکانات (سطح بالا و سطح پائین) هستند و به سالمندان مقیم در آنجا این امکان را میدهد که وقتی درجه نیاز به پرستاری آنها تغییر میکند همچنان در همان محل بمانند. این را "ageing in place" میگویند. خانه های سالمندان بوسیله موسسات مورد تأیید رسمی اداره میشوند. اصطلاحاً "پیر شدن در محل" واجد شرایط بودن برای استفاده از امکانات خانه های سالمندان بوسیله " گروه " ارزیابی میزان نیاز به مراقبت" تعیین میشود (به صفحه 3 مراجعه کنید)

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خانه های سالمندان و پیدا کردن محلی که مناسب احتیاجات شما باشد به Commonwealth Carelink Centre on 1800 052 222 یکی از مراکز زیر تاقن کنید :
یا Aged Care Information Line on 1800 500 853

سایر اطلاعات مربوط

گروه ارزیابی میزان نیاز به مراقبت (ACAT) Aged Care Assessment Team

اولین قدم برای بهره مند شدن از کمک هزینه (سوبسید) دولتی در مراقبت از سالمندان، انجام ارزیابی میزان نیاز بوسیله "گروه ارزیابی (ACAT) میباشد .

واجد شرایط بودن برای استفاده از مجموعه امکانات، Community Aged Care Packages و مجموعه اجتماعی مراقبت از سالمندان

امکانات اضافی جهت مراقبت از Extended Aged Care at Home Packages و همچنین امکانات خانه های سالمندان در منزل

Residential Care بوسیله گروه ارزیابی (ACAT) بر اساس تعیین میزان نیاز شخص به کمک، مشخص میشود. سالمندان Care

این ارزیابی رایگان بوده و نتیجه آن هم که ممکن است به نظرناراحت کننده بیاید محرمانه میماند. یک نماینده از گروه ارزیابی (معمولاً یک پزشک، پرستار، مددکار اجتماعی و یا متخصص امور بهزیستی دیگر) وضعیت شما و نیازهای ویژه شما را بررسی خواهد کرد.

نتیجه این بررسی و خدماتی که شما واجد شرایط دریافت آنها میباشید، محل و چگونگی مراجعه شما به آنها جهت تامین نیاز هایتان بعداً به شما اطلاع داده خواهد شد. درموقع انجام معاینات و ارزیابی وضعیت تان شما میتوانید یکی از فامیل یا دوستان خود همراه بیاورید، همچنین

شما حق (ACAT) بخواهید که برایتان مترجم بیاورد اگر شما از نتیجه ارزیابی راضی نبودید، شما حق دارید دارید که از گروه ارزیابی

تقاضای تجدید نظر کنید. برای ترتیب دادن یک قرار ملاقات با گروه ارزیابی، شما میتوانید از دکتر خودتان بخواهید که برایتان نامه بنویسد و یا با سنتر لینک، شماره تلفن 1800 052 222 صحبت نمایید.

قیمت ها و مخارج

مخارج دریافت کمکهای سالمندان بستگی به میزان نیاز شخص به کمک و مراقبت و توانائی مالی او دارد. در مورد کسانی که در وضع مالی خوبی نیستند ترتیبات ویژه ای داده میشود. نکته مهم اینست که بدانید، عدم قدرت پرداخت مخارج خدمات، شما را از دریافت آنها محروم نمیکند.

کیفیت خدمات ارائه شده به اشخاص برابر بوده و ربطی به میزان پرداختی آنان جهت آن خدمات ندارد. برای اطلاعات بیشتر در مورد قیمت

ها و مخارج با خط تلفنی اطلاعات جهت مراقبت Aged and Community Care Information Line شماره های اجتماعی و سالمندی

تلفن 1800 500 853 تماس بگیرید.

حقوق و مسئولیت های شما

مؤسسات تامین خدمات سالمندان موظف هستند که شما را از حقوق و مسئولیت های خود در مورد خدماتی که دریافت میکنید مطلع نمایند. شما چه در حال استفاده از امکانات خانه سالمندان و چه مراقبت های اجتماعی باشید، مهم است که از حقوق خود، شامل نکات زیر با خبر باشید:

- حقوق شما را به شما اطلاع داده شود
- در اخذ کلیه تصمیماتی که در مورد مراقبت از شما گرفته میشود شرکت داشته و از آنها مطلع باشید.
- صاحب اختیار زندگی، پول و اموال خود باشید.
- با ادب و احترام با شما رفتار شود.
- امور فرهنگی و مذهبی خود را انجام داده و به زبانی که دلتان میخواهد، بدون هیچگونه تبعیضی صحبت نمائید.
- از مراقبت با کیفیت خوب که نیازهای شما را برآورده سازد برخوردار شوید.
- در مورد هر اشکالی که پیش آید شکایت و برای رفع آن اقدام نمائید.
- حفظ حرمت و حریم شخصی (اطاق مخصوص بخود)

برای اطلاعات بیشتر در مورد حقوق و مسئولیت هایتان در مورد خدمات سالمندی با خط تلفن ویژه دفاع از حقوق سالمندان:

National Aged Care Advocacy Line on 1800 700 600 تماس بگیرید.

مشکلات و شکایات

اگر در مورد کیفیت مراقبت یا خدماتی که به شما میشود مشکل و یا شکایتی داشته باشید، میتوانید، اگر بخواهید، با مدیر موسسه ارائه دهنده آن خدمات صحبت کنید. اگر این کار برایتان مشکل است و یا به شکایت شما ترتیب اثر مساعد داده نشده باشد، شما میتوانید با شماره تلفن:

1800 550 552 برنامه رسیدگی به شکایات مربوط به مراقبت از Aged Care Complaints Investigation Scheme

سالمندان تماس بگیرید. خدمات این بخش رایگان و محرمانه میباشد.

شماره تلفن های ضروری:

اگر برای مکالمه تلفنی احتیاج به مترجم داشته باشید به " امور خدمات ترجمه کتبی و شفاهی " به شماره 13 14 50 تلفن این خدمات رایگان میباشند. 13 14 50 - Translating and Interpreting Service کنید.

توجه داشته باشید که مکالمه با همه شماره تلفن هائی که با "1800" شروع میشوند رایگان است مگر اینکه از تلفن موبایل استفاده کنید.

Aged Care Complaints Investigation Scheme: 1800 550 552

برنامه تحقیقات و رسیدگی به شکایات مربوط به مراقبت از سالمندان
این برنامه در مورد شکایات و مشکلات مربوط به خدمات سالمندی که از کمک هزینه دولتی برخوردار هستند، مثل کمک اجتماعی، مراقبت های موقتی و خانه های سالمندان، تحقیق میکند. اگر هرگونه نگرانی و شکایتی نسبت به خدمات دریافتی خود دارید، با مرکز تحقیقات و رسیدگی به شکایات مربوط به مراقبت از سالمندان تماس بگیرید. خدمات این مرکز رایگان است و شکایات را میتواند بدون ذکر نام خود انجم دهد.

خط تلفنی اطلاعات در مورد خدمات مربوط به مراقبت از سالمندان: 1800 500 853

این خط تلفن اطلاعات در مورد خدمات مربوط به مراقبت از سالمندان، شامل اطلاعات در مورد قیمت ها و مخارج، معاینات و کمک های مالی را ارائه مینماید.

شماره تلفن " سنترلینک " برای ازکارافتادگی، بیماری و مراقبت کنندگان

Centrelink - Disability, Sickness and Carers: 13 27 17

برای کسب اطلاعات در موارد: ازکارافتادگی، بیماری و مراقبت کنندگان که شامل مستمري ازکار افتادگی، کمک هزینه رفت و آمد، پرداختی مراقبت کنندگان و بیماران میباشد.

شماره تلفن چند زبانه " سنترلینک ": Centrelink - Multilingual Call: 13 12 02

برای صحبت با " سنترلینک " به زبانی که برایتان راحت تر است به این شماره تلفن کنید.

شماره تلفن خدمات بازنشستگان در " سنترلینک ": Centrelink - Retirement Services: 13 23 00

برای دریافت اطلاعات در مورد بازنشستگی، شامل مستمري سالمندی، کارت تخفیف مستمري بگیران، کارت بهداشت ارشد پت دولت مرکزی بوده و همچنین اطلاعات مربوط به میزان درآمد در ارزیابی برای واجد شرایط بود برای دریافت مخارج خانه سالمندان به این شماره تلفن کنید. با تلفن به این شماره میتوانید به خدمات اطلاعات امور مالی سنتر لینک تماس بگیرید. این خدمات برای هم رایگان هستند، (حتی برای کسانی که از سنتر لینک مستمري یا کمک هزینه در یافت نمیکند).

تلفن مرکز "سنترلینک": Commonwealth Carelink Centre: 1800 052 222

"سنترلینک" میتواند به تنهایی مرجع تمام اطلاعات درباره خدمات مربوط به مراقبت از سالمندان است. برای سوالات خود در باره اینکه چه نوع خدماتی برای سالمندان در منطقه شما و جاهای دیگر استرالیا وجود دارد، و همچنین اطلاعات در مورد مخارج این خدمات، شرایط برخورداری از این خدمات، نحوه ارزیابی و تعیین واجد شرایط بودن، با این مرکز تماس بگیرید. خدمات این مرکز رایگان بوده و مکالمات شما محرمانه مینماید.

مرکز مراقبت برای آسایش موقت مراقبت کنندگان: Commonwealth Carers' Respite Centre: 1800 059 059

کار این مرکز هماهنگ نمودن خدمات مربوط به استراحت و آسایش مراقبت کنندگان در منطقه شما میباشد. برای دریافت اطلاعات در مورد امکانات آسایش "مرخصی" اضطراری و یا ازپیش برنامه ریزی شده، و کمکهای مالی لازم برای برای استراحت های کوتاه مدت مراقبت کنندگان با این مرکز تماس بگیرید. خدمات این تلفن بیست و چهارساعته میباشد.

تلفن مرکز ملی حمایت از مراقبت کنندگان از 1800 700 600: National Aged Care Advocacy Line: سالمندان:

برای پیدا کردن مرکز حمایت از مراقبت کنندگان در منطقه شما با این مرکز ملی تماس بگیرید. مراکز حمایت از مراقبین در مورد شناسایی حقوق آنها در رابطه مراقبت از سالمندان و خدمات مربوط به آن فعالیت مینمایند و میتوانند نقش شما را در تصمیم گیری های مربوطه افزایش دهند. این مراکز نقش مهمی در حمایت از شما در امور مربوط به شکایت از مراکز خدمات سالمندان، راهنمایی شما درمورد حقوقتان در مواقع مذاکره با موسسات خدمات سالمندان، ایفا مینمایند. خدمات این مرکز رایگان بوده و اطلاعات ناشیبه محرمانه مینماید.

خط تلفن سراسری کمک در مورد بیماری فراموشی: National Dementia Helpline: 1800 100 500

خدمات خط تلفن سراسری کمک در مورد بیماری فراموشی بیست و چهارساعته بوده و بوسیله موسسه "الزایمر استرالیا" Alzheimer's Australia اداره میشود. این خط تلفنی به متقاضیان را مورد بیماری الزایمر حمایت کرده، اطلاعات و راهنمایی های عملی مینماید و همچنین تمام خدمات و امکانتی که بوسیله "الزایمر استرالیا" ارائه میگرددند را معرفی مینماید.

این اطلاعات بوسیله 200 Centre for Cultural Diversity in Ageing گردآوری شده است.