

Ποιος είναι φροντιστής; (Who is a carer?)

Ο φροντιστής είναι ένα μέλος της οικογένειας, ένας φίλος ή γείτονας, που παρέχει φροντίδα και υποστήριξη σε κάποιο άτομο, το οποίο είναι αδύναμο ηλικιωμένο, ανάπηρο ή χρόνια άρρωστο. Η φροντίδα πρέπει να παρέχεται συχνά, με τακτικό και μόνιμο τρόπο, χωρίς αμοιβή, πέραν της αμοιβής ή του επιδόματος φροντιστή που παρέχεται σε ορισμένες περιπτώσεις.

Οι φροντιστές μπορεί να προσφέρουν βοήθεια στα εξής:

- καθημερινές δραστηριότητες
- κοινωνική υποστήριξη
- μεταφορά, ιατρικά ραντεβού κ.λπ.
- λήψη αποφάσεων
- συναισθηματική



Τι λένε οι φροντιστές: (Carers say:)

«Θέλω να συστήσω στο προσωπικό να ζητά τακτικά από τη μητέρα μου να πηγαίνει στην τουαλέτα. Έτσι, δεν θα χρειάζεται να αλλάζουν τόσο συχνά τα σεντόνια».

Κέρι – φροντίζει τη μητέρα του

«Το προσωπικό θα πρέπει να λέει στον πατέρα μου ότι το γεύμα είναι έτοιμο και να του εύχεται καλή όρεξη. Αν απλά αφήσουν το δίσκο, δεν θα καταλάβει ότι προορίζεται γι' αυτόν».

Μπραντ – φροντίζει τον πατέρα του

«Το προσωπικό θα πρέπει να ξέρει ότι η σύζυγός μου είναι ανήσυχη όταν αρχίζει να μουρμουρίζει και να μιλά μόνη της. Το μόνο που χρειάζεται είναι μια ήρεμη διαβεβαίωση από το προσωπικό, όπως «Όλα είναι εντάξει, Μπέριλ». Είσαι ασφαλής και σε φροντίζουμε».

Ρεξ – φροντίζει τη σύζυγό του

Για περισσότερες πληροφορίες,
επικοινωνήστε με το

Πρόγραμμα Φροντιστών NBMLHD

Printed with permission of Central Coast Carer Support, CCLHD
(Copyright © 2014)



Health
Nepean Blue Mountains
Local Health District

Οι φροντιστές είναι οι
συνεργάτες μας στην
περίθαλψη
(Carers are Partners in Care)

Υγειονομική Περιφέρεια
Nepean Blue Mountains
Local Health District

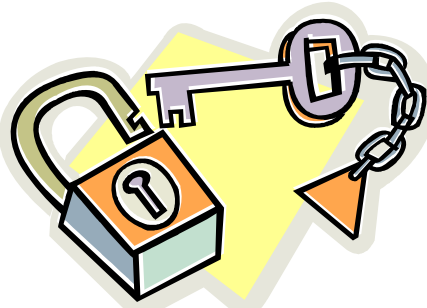
Το TOP 5 συμβάλλει στην
εξατομίκευση της
νοσοκομειακής
περίθαλψης για τους
ασθενείς με
προβλήματα μνήμης,
σκέψης και



Τι είναι το TOP 5; (What is TOP 5?)

Η γνώση που έχει ο κυρίως φροντιστής για τον ασθενή, ιδιαίτερα όσον αφορά στην **επικοινωνία** και τη **συμπεριφορά**, μπορεί να είναι το κλειδί που θα επιτρέψει στο προσωπικό να κατανοήσει καλύτερα τις ανάγκες του ατόμου που φροντίζει κατά τη διάρκεια της νοσηλείας του.

Το TOP 5 είναι ένα εργαλείο συνεργασίας με τους φροντιστές, ώστε να μεταδώσουν τη γνώση και την εμπειρία τους προς όφελος του ασθενούς, του φροντιστή και του προσωπικού.



Τι θα συμβεί; (What will happen?)

Ένας νοσηλευτής ή συνεργαζόμενος επαγγελματίας υγείας του τμήματος θα επικοινωνήσει μαζί σας τηλεφωνικά ή αυτοπροσώπως ενόσω βρίσκεστε το νοσοκομείο, προκειμένου να του πείτε τα πέντε πιο σημαντικά πράγματα που θεωρείτε ότι πρέπει να ξέρει το προσωπικό, ώστε να νιώθει ασφάλεια και άνεση το άτομο που φροντίζετε, κατά την παραμονή του στο νοσοκομείο.

Αυτές οι πληροφορίες ονομάζονται



Οι στρατηγικές που θα συμφωνηθούν θα συμπεριληφθούν στο διάγραμμα του ασθενούς που είναι αναρτημένο στην κλίνη.

Όλο το προσωπικό που ενέχεται στη φροντίδα του ασθενούς θα έχει πρόσβαση σε αυτές τις πληροφορίες, ώστε να μπορεί να

Καθορισμός των στρατηγικών TOP 5 (Identifying TOP 5 Strategies)

Οι ακόλουθες ερωτήσεις αφορούν στο άτομο που φροντίζετε και μπορούν να μας βοηθήσουν να αναπτύξουμε από κοινού τις καλύτερες στρατηγικές εξατομικευμένης φροντίδας.

- Υπάρχουν πράγματα/καταστάσεις που μπορεί να προκαλούν άγχος/ανησυχία; Π.χ. χρώματα, θέματα, ανδρικό/γυναικείο προσωπικό, ρούχα.
- Αν παρατηρηθεί διέγερση ή ανησυχία, υπάρχουν λόγια ή πράξεις που μπορεί να καθησυχάσουν και να ηρεμήσουν τον ασθενή; Π.χ. να καθίσει στο παράθυρο, να ακούσει μουσική, να κοιτάξει φωτογραφίες, να διαβάσει, να σβήσει το φως.
- Υπάρχουν καθημερινές συνήθειες που καθησυχάζουν τον ασθενή, π.χ. ντους, γεύματα, ώρα ύπνου;
- Υπάρχουν επαναλαμβανόμενες ερωτήσεις ή ζητήματα που μπορεί να απαιτούν συγκεκριμένη απάντηση; Ποια είναι η ενδεδειγμένη απάντηση;
- Υπάρχει περίπτωση να χρειαστεί να κληθεί κάποιος; Για παράδειγμα ένα πρόσωπο ή κατοικίδιο ζώο.