



Informacje dla opiekunów

Pomoc i porady dla krewnych i przyjaciół wspierających osoby korzystające z naszych usług

W niniejszej broszurze znajdują się informacje i porady dla opiekunów osób korzystających z usług spółki 2gether NHS Foundation Trust.

„Opiekun to ktoś, kto regularnie zapewnia bezpłatną pomoc i bezpłatne wsparcie takim osobom jak partner, dziecko, krewny, przyjaciel lub sąsiad, które są osłabione, cierpią na chorobę fizyczną lub psychiczną lub niepełnosprawność lub są uzależnione od substancji psychoaktywnych. Opiekun nie jest zatrudniony do świadczenia takiej pomocy, ale robi to w celu poprawy jakości życia osoby podlegającej opiece”.

Problemy ze zdrowiem psychicznym i fizycznym dotyczą samych opiekunów z powodu wykonywanych przez nich obowiązków. Liczba takich opiekunów idzie w tysiące. O wiele więcej osób nie wie, że w tym zakresie dostępny jest wsparcie.

Niniejsza broszurka przeznaczona jest dla opiekunów, którzy mają kontakt z zespołami pracowników w całej firmie 2gether. Uwzględniono w nich różne poziomy potrzeb i rodzajów problemów doświadczanych przez odbiorcę usług oraz różne ustalenia dotyczące pracy zespołów.



Więcej informacji na temat wsparcia dostępnego dla opiekunów znajduje się na stronie internetowej www.2gether.nhs.uk. Informacji udzieli także pracownicy firmy.

Karta opiekuna (Carer's Charter)

Kartę opiekuna przygotowano z opiekunami i dla opiekunów z zamiarem podjęcia wspólnej współpracy nad ulepszaniem jakości ich życia. Dokument opiera się na naszych podstawowych wartościach i stanowi nasze zobowiązanie wobec opiekuna.

Za każdym razem, kiedy będzie to możliwe,

przyjmimy punkt widzenia opiekuna

- Uznamy jego dogłębną znajomość i zrozumienie osoby, o którą dba
- Spróbujemy zrozumieć, co dla niego oznacza bycie opiekunem
- Zapewnimy ocenę jego potrzeb
- Rozpoznamy jego potrzeby zdrowotne

będziemy dążyć do doskonałości i wprowadzania ulepszeń

- Będziemy z nim prowadzili współpracę partnerską, która zapewni, że będzie on zaangażowany w opiekę, którą świadczy
- Będziemy regularnie analizowali informacje zwrotne od opiekunów
- Będziemy zapewniali pracownikom szkolenia, które poszerzą naszą wiedzę specjalistyczną w zakresie współpracy z opiekunami
- Będziemy prosili ich o zaangażowanie w pomoc w ulepszeniu współpracy i relacji z opiekunami korzystającymi z naszych usług

będziemy reagować

- Zagwarantujemy, że opiekunowie poczują się mile widziani w naszym środowisku opiekunów
- Zapewnimy im stosowne informacje na temat opieki, diagnoz i leków
- Zapewnimy im informacje o innych organizacjach, które mogą im pomóc

będziemy doceniać pracę opiekuna i okazywać mu szacunek

- Będziemy ich słuchać i szanować ich punkt widzenia
- Odnotujemy to, co nam przekazują, żeby pomóc w podejmowaniu bardziej świadomych decyzji dotyczących leczenia
- Przyjmujemy za pewnik, że opiekunowie-rodzice, a także młodzi i starsi opiekunowie mają różne potrzeby
- Będziemy traktować opiekuna jako partnera podczas planowania opieki i leczenia

będziemy mieli podejście angażujące opiekuna, będziemy otwarci i szczerzy

- Będziemy angażować opiekuna w proces opieki, zapewniając mu jasne i dokładne informacje o potrzebach osoby objętej opieką
- Powiemy, co się stanie w nagłych przypadkach
- Zaprosimy opiekuna na spotkanie dot. osoby objętej opieką

będziemy nastawieni na realizację celów

- Zaprosimy opiekuna do podejmowania decyzji odnośnie do opieki nad wymagającą jej osobą
- Przekażemy opiekunowi egzemplarz planu opieki
- Będziemy zasięgać opinii opiekuna w celu podejmowania wspólnych decyzji na temat świadczonej przez nas opieki

będziemy działali skutecznie, wydajnie, oszczędnie i sprawiedliwie

- Zapewnimy opiekunowi szansę udostępniania ważnych informacji, które pozwolą świadczyć bardziej kompetentną opiekę
- Będziemy uznawać i wspierać działania opiekuna wykraczające poza opiekę
- Udzielimy opiekunowi wsparcia w dostępie do stosownych usług odpowiednio do zmieniających się potrzeb i obowiązków

Ocena opiekuna

Opiekunowie osób, które korzystają z naszych usług, powinni uzyskać szansę porozmawiania z członkiem naszego zespołu o swoich potrzebach.

Nasz pracownik powinien z nim omówić możliwość przeprowadzenia formalnej oceny jego potrzeb. Taką ocenę może przeprowadzić zespół ds. opieki, ale może on także ustalić przeprowadzenie jej przez inną organizację lokalną, w zależności od usługi, jakiej wymaga osoba objęta opieką. Po ocenie przygotowuje się plan wsparcia, w ramach którego konieczne może być skontaktowanie się i współpraca z innymi agencjami, które zapewnią potrzebną pomoc.

Ocena opiekuna nie jest dla niego testem umiejętności dbania o daną osobę. Ma ona na celu uznanie jego kluczowej roli i może skutkować tym, że opiekunowi zostaną zaproponowane usługi i wsparcie.

Wyniki oceny opiekuna są brane pod uwagę podczas podejmowania decyzji co do rodzaju usług, które mają być zaproponowane osobie objętej opieką. Mogą to być następujące formy wsparcia:

- Więcej usług dla osoby objętej opieką
- Przerwa dla opiekuna
- Informacje i wskazówki na temat usług lokalnych, praw opiekunów i zasiłków dla nich
- Wsparcie emocjonalne i okazje do rozmowy z innymi opiekunami
- Dostęp do informacji o leczeniu, terapiach, sposobach spędzania czasu wolnego i możliwościach zatrudnienia
- Strategie radzenia sobie w sytuacji kryzysowej

Ustawy: Care Act (o opiece) z 2014 r. i Children and Families Act (o dzieciach i rodzinach) z 2014 r. wzmacniają prawa opiekunów, w tym prawo do otrzymania ze strony władz lokalnych wsparcia w swoich

obowiązkach. W świetle nowych przepisów opiekunom i osobom, którymi się opiekują, przysługuje prawo do oceny ich potrzeb, niezależnie od ich dochodów, sytuacji finansowej lub poziomu tych potrzeb. Nowy system obejmuje także opiekunów młodych i rodziców dzieci z niepełnosprawnością.

Podczas oceny wraz z opiekunem analizowany jest wpływ opieki na jego życie, w tym jego potrzeby fizyczne i emocjonalne, a także to, czy może i chce kontynuować opiekę. Prawo do oceny nie przysługuje wyłącznie tym opiekunom, którzy mieszkają z osobą objętą opieką lub którzy opiekują się nią w pełnym wymiarze czasu. Przecież opiekunem może także być ktoś, kto próbuje pogodzić pracę zawodową z opieką, co może mieć duży wpływ na jego życie.

Ocena opiekuna może być szczególnie cenna, jeżeli czuje się on wyizolowany lub gdy opieka nad kimś sprawia mu problemy.

Opiekun sam może poprosić o przeprowadzenie oceny w każdej chwili poprzez organizację charytatywną Carers Gloucestershire lub Herefordshire Council (Radę Hrabstwa Herefordshire) w zależności od tego, gdzie mieszka. Poniżej podane są informacje do kontaktu:

Więcej informacji o ocenie opiekuna udzieli koordynator opieki (care coordinator) osoby objętej opieką. Można także zadzwonić pod numer telefonu:

Carers Gloucestershire Carersline Telefon: 0300 111 9000 lub napisać na adres mail@carersgloucestershire.org.uk

Herefordshire Council Advice and Referral Team (zespół ds. poradnictwa i skierowań Rady Hrabstwa Herefordshire) Telefon: 01432 260101 lub napisać na adres ASCAdviceandReferralTeam@herefordshire.gscx.gov.uk

Poza przeprowadzeniem oceny formalnej członkowie zespołu powinni porozmawiać z opiekunem na temat najlepszego sposobu zapewnienia mu pomocy w zakresie opieki i zaangażowania się w proces jej planowania. Regularnie pytamy opiekunów, jak sobie radzą i czy mają jakiegokolwiek problemy. Reagujemy stosownie do odpowiedzi.

Planowanie na wypadek sytuacji nagłych

Przygotowanie jest niezbędnym elementem umożliwiającym poradzenie sobie w sytuacji nagłej i kryzysowej, zatem ważne jest sporządzenie listy kontaktowej osób, których pomoc w takiej sytuacji będzie przydatna.

Opiekun i osoba objęta opieką mogą uzgodnić i spisać plan, dzięki któremu wszyscy będą wiedzieli, co muszą robić w sytuacji nagłej. W przygotowaniu takiego planu może pomóc również koordynator opieki, który za zgodą członka rodziny może go włączyć do notatek osoby objętej opieką. Plan można zapisać w dowolnym formacie lub można skorzystać z zaawansowanych narzędzi planowania opieki (Advance Care Planning Tools) dostępnych u koordynatora opieki lub na stronie internetowej 2gether NHS Foundation Trust. Jest to kolejny sposób, w jaki użytkownicy usługi, ich przyjaciele i rodzina mogą omówić i zarejestrować swoje preferencje dotyczące leczenia i wszelkiego innego wsparcia potrzebnego w przyszłości.

Opiekunowie często rozpoznają wczesne oznaki pogarszającego się zdrowia psychicznego osoby objętej opieką. W stosownych przypadkach zespoły powinny zapewnić dokumenty, takie jak plan opieki z informacjami na temat sposobów rozpoznawania oznak pogarszającego się zdrowia u osób objętych opieką. Jeżeli opiekun przypuszcza, że pojawiły się objawy ponownego pogorszenia się zdrowia u osoby objętej opieką, powinien on zwrócić się o radę do najbardziej odpowiedniej osoby. To, kto będzie tą osobą, będzie zależało od tego, kto jest zaangażowany w opiekę nad jego przyjacielem lub krewnym. Może to być lekarz pierwszego kontaktu (GP), obecny zespół ds. opieki lub specjalistyczny zespół ds. sytuacji kryzysowych, do którego przekazano opiekunowi dane do kontaktu.

Opiekun nie powinien się obawiać, że będzie postrzegany jako ktoś, kto robi niepotrzebne kłopoty. To właśnie on może najlepiej wiedzieć, kiedy zaczyna pogarszać się dany problem, a pracownicy powinni uszanować jego zdanie.

Są takie chwile, kiedy ważne jest to, żeby nie czuć się pozostawionym samemu sobie, zatem w razie czego warto zadzwonić i poprosić o pomoc.

- Wziąć kilka głębokich oddechów.

- Zachować maksymalny spokój.
- Z troszczyć się o swoje bezpieczeństwo.
- Wybrać osobę, z którą należy się skontaktować.
- Powiedzieć, kim się jest i co się stało.
- Powiedzieć, co jest potrzebne.
- Podjąć działania stosownie do otrzymanej porady.
- Poinformować, jeżeli z jakiegoś powodu nie można tego zrobić



W przypadku bezpośredniego zagrożenia należy zadzwonić na policję pod numer 999.

Program dla opiekunów na wypadek sytuacji awaryjnych

Program na wypadek sytuacji awaryjnych przeznaczony jest dla opiekunów martwiących się o to, co stanie się z osobą objętą opieką, jeżeli zachorują, będą miały wypadek lub znajdą się w sytuacji kryzysowej.

Programy na wypadek sytuacji awaryjnych są realizowane równolegle ze standardowymi usługami ochrony zdrowia i opieki społecznej świadczonymi danej osobie, w tym usługami spółki 2gether. Fakt, że ktoś zostanie objęty takim programem, nie będzie oznaczał cofnięcia innych usług. Zwykle wsparcie jest wymagane w trybie pilnym, dlatego zaleca się opiekunom wcześniejszą rejestrację w takim programie.

Hrabstwo Gloucestershire

Taki darmowy program zapewnia opiekunowi spokój ducha, ponieważ jeśli coś mu się stanie lub niespodziewanie w nagłym przypadku jego obecność będzie wymagana w innym miejscu, osoba objęta opieką nie pozostanie bez pomocy i wsparcia.

Program działa na dwóch poziomach:

- **Poziom 1:** spośród rodziny, przyjaciół lub sąsiadów opiekun wyznacza dwie osoby do kontaktu, które są gotowe zareagować w nagłym przypadku za pośrednictwem fundacji Carers Gloucestershire.
- **Poziom 2:** Osoby opiekujące się kimś z większymi potrzebami mają dodatkową opcję — mogą skorzystać z pomocy pracownika wsparcia, który może go wyręczyć w obowiązkach na czas do 48 godzin. Można o nią zapytać podczas oceny opiekuna.

Taka opieka jest bezpłatna.

Dalsze informacje można otrzymać pod numerem infolinii Carers Gloucestershire Carersline 0300 111 9000.

Hrabstwo Herefordshire

Ten darmowy program jest prowadzony wspólnie przez organizacje Herefordshire Housing i Herefordshire Carer Support poprzez Careline Scheme. Dzięki niemu opiekun może być spokojny, że są przygotowane plany na wypadek, gdyby coś mu się stało.

Rejestracja jest możliwa poprzez infolinię Herefordshire Carer Support pod numerem telefonu 01432 356068.

Program Triangle of Care

Triangle of Care to forma współpracy pomiędzy opiekunami, użytkownikami usługi i specjalistami w zakresie terapii. Ma ona na celu promowanie bezpieczeństwa i wspomaganie powrotu do zdrowia, a zwłaszcza dbanie o stan zdrowia psychicznego i wspieranie opiekunów. Jesteśmy członkami programu Triangle of Care.



Przydatne numery telefonów

Warto skorzystać z poniższych numerów telefonów. W podanych niżej miejscach można dodać numery do kontaktu z innymi osobami zaangażowanymi w opiekę.

NHS 111: Poufne porady i informacje na temat zdrowia w zwykłych przypadkach, a także rady ogólne lub dodające otuchy — telefon 111.

Pomoc społeczna po godzinach (wyłącznie nagłe przypadki):

Hrabstwo Gloucestershire: Usługi dla dzieci i dorosłych 01452 614194

Hrabstwo Herefordshire: Usługi dla dorosłych 0330 1239309 Usługi dla dzieci 01905 768020

Policja na obszarze hrabstw Gloucestershire i West

Mercia: W zwykłych przypadkach można zadzwonić pod numer telefonu 101.

Fundacja Samaritans: Tel.: 08457 909090

Shelterline: Doradztwo mieszkaniowe — numer telefonu na infolinię 0808 800 4444.

Refuge: Numer telefonu dla kobiet doświadczających przemocy domowej 0808 200 0247

° egzemplarz naszych lokalnych broszur można poprosić pracownika firmy 2gether opiekującego się krewnym lub przyjacielem opiekuna lub znaleźć ją na naszej stronie internetowej www.2gether.nhs.uk.

Osoby do kontaktu

Lekarz pierwszego kontaktu (GP)

Imię i nazwisko: _ Tel.:

Pielęgniarka środowiskowa

Imię i nazwisko: _ Tel.:

Koordynator ds. opieki

Imię i nazwisko: _ Tel.:

Konsultant

Imię i nazwisko: _ Tel.:

Oddział/po godzinach

Imię i nazwisko: _ Tel.:

Troska o siebie i tymczasowa opieka zastępcza

Ważne jest, żeby opiekun dbał o siebie i o swoje zdrowie, żeby poradzić sobie z wypełnianiem wymagających obowiązków związanych z opieką nad bliską osobą.

Dla opiekuna przykre może być to, że znalazł się w sytuacji, której sam nie wybierał lub osoba objęta opieką jest w stanie przygnębienia. Wielu opiekunów cierpi na depresję, bezsenność i lęki z powodu obciążenia wynikającego z ich obowiązków.

Poniższe wskazówki zostały podane przez innych opiekunów i mogą pomóc zatroszczyć się o siebie:

- niezaprzestawanie robienia rzeczy, które sprawiają radość
- rozmowa z przyjaciółmi i rodziną o swoim samopoczuciu
- dołączenie do grupy wsparcia i dzielenie się doświadczeniami z osobami, które je doskonale rozumieją
- wydzielenie sobie codziennie czasu wyłącznie dla siebie: spacer, oglądanie telewizji, słuchanie muzyki
- regularne ćwiczenia fizyczne
- zdrowe odżywianie się
- rozmowa ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu (GP) o swoich obowiązkach opiekuńczych zasięgnięcie informacji o warsztatach zarządzania stresem lub doradztwa, jeżeli jest taka potrzeba

- lepsze poznanie choroby, na którą cierpi osoba objęta opieką, co pomoże obniżyć poziom swojego lęku lub stresu
- jasne określenie tego, co opiekun może zrobić, a czego nie jest w stanie — i trzymanie się tych zasad!

Tymczasowa opieka zastępcza i przerwy dla opiekuna

Jeżeli opiekun pełni swoje obowiązki opiekuńcze przez zbyt długi czas bez zrobienia sobie przerwy, może zachorować, a to utrudni życie zarówno jego, jak i osoby objętej opieką.

Zrobienie sobie przerwy zwiększa prawdopodobieństwo poradzenia sobie ze swoimi obowiązkami i pozwoli naładować baterie. Może to mieć pozytywne przełożenie na zdrowie i jakość życia opiekuna.

Opieka zastępcza to krótkoterminowa opieka zapewniana zwykle przez kogoś, kto mieszka w tym samym domu i która pozwala opiekunowi zrobić sobie przerwę od obowiązków. Opieka zastępcza może przynieść korzyść również osobie objętej opieką, ponieważ zapewnia jej zmianę otoczenia, pozwala na poznanie nowych osób lub wzięcie udziału w ciekawych zajęciach.

Tymczasowa opieka zastępcza obejmuje:

- **Opiekę tymczasową w domu opieki lub w miejscu zamieszkania** przez tydzień lub dłużej, która umożliwi opiekunowi wyjazd na wakacje lub dłuższy wypoczynek.
- **Opiekę domową:** pracownik opieki przychodzi do domu lub zwykle przejmuje część obowiązków związanych z opieką. Może ona polegać na różnego rodzaju pomocy np. przypominaniu o wzięciu leków, przygotowywaniu posiłków czy wstawaniu z łóżka, umyciu się i ubraniu. Może ona obejmować także pomoc osobie objętej opieką w braniu udziału w takich czynnościach jak zrobienie zakupów lub pójście do kina.
- **Tymczasową opiekę zastępczą w nagłych przypadkach:** Opieka jest zapewniana wtedy, gdy opiekun nie może wykonywać swoich obowiązków z powodu nieprzewidzianych okoliczności np. choroby.
- **Opiekę dzienną:** Osoba objęta opieką przebywa w domu opieki społecznej zapewniającym opiekę dzienną na czas przerwy dla opiekuna.

Informacje na temat dostępu do opieki zastępczej oraz porady na temat dofinansowania i opcji opieki w konkretnej sytuacji można uzyskać, dzwoniąc pod podane niżej numery telefonów lub odwiedzając poniższe strony internetowe:

Carers Gloucestershire

Telefon: 0300 111 9000

www.carersgloucestershire.org.uk

Herefordshire Carer Support Telefon:

01432 356068

www.herefordshirecarerssupport.org

Sesje informacyjne i grupy wsparcia dla opiekunów

Grupy edukacyjne i grupy wsparcia dla opiekunów zapewniają:

- Czas na rozmowę, dzielenie się doświadczeniami i wzajemne wsparcie
- Odwiedziny prelegentów opowiadających o kwestiach zdrowia psychicznego i związanych z nim usługach
- Większe zrozumienie problemów ze zdrowiem psychicznym i sposobów radzenia sobie z nimi
- Edukację dla opiekunów w zakresie dbania o swoje dobre samopoczucie
- Informacje na temat praw opiekuna
- Udział w wydarzeniu towarzyskim

Informacji na temat wszelkich grup wsparcia lub programów edukacyjnych dla opiekuna w jego okolicy udzieli zespół opieki lub lokalne agencje wsparcia opiekunów.

Dalsze informacje na temat edukacji i grup wsparcia dla opiekunów można uzyskać, dzwoniąc pod niżej podane numery telefonów lub odwiedzając podane niżej strony internetowe:

Carers Gloucestershire

Telefon: 0300 111 9000

www.carersgloucestershire.org.uk

Program Positive Caring

E-mail positivecaring@carersgloucestershire.org.uk

Herefordshire Carer Support

Telefon: 01432 356068

www.herefordshirecarerssupport.org

Młodzi opiekunowie

Niniejszy pakiet informacyjny jest przeznaczony dla dorosłych opiekunów. Jednak w opiekę mogą być zaangażowane również osoby młode, które w realnym zakresie mogą skorzystać ze wsparcia specjalistycznego i porad przeznaczonych specjalnie dla nich.

Zarówno opiekun dorosły, jak i młody może skontaktować się z jedną z niżej podanych organizacji wspierających młodych opiekunów w celu otrzymania dalszych informacji i wskazówek.

Mogą także odwiedzić naszą stronę internetową lub zapytać pracownika o informacje dla młodych opiekunów.

Gloucestershire Young Carers

Telefon: 01452 733060

E-mail: mail@glosyoungcarers.org.uk

Strona internetowa:

www.glosyoungcarers.org.uk

Herefordshire Young Carer Support

Telefon: 01432 356068

E-mail: help@herefordshirecarerssupport.org

Strona internetowa: www.herefordshirecarerssupport.org/young-carers

Rejestr opiekunów w placówkach, w których pracują lekarze pierwszego kontaktu (GP)

W wielu placówkach, w których pracują lekarze pierwszego kontaktu, obowiązuje ustalona procedura i protokół wyszukiwania opiekunów w danym rejonie. Jednakże opiekun powinien sprawdzić i poinformować swojego lekarza pierwszego kontaktu, jeżeli jest dzieckiem lub osobą dorosłą zajmującą się kimś w domu lub gdziekolwiek indziej, kto cierpi na chorobę fizyczną lub psychiczną, ma problemy z uczeniem się, jest uzależniony od alkoholu lub narkotyków lub jest niepełnosprawny, w podeszłym wieku lub osłabiony.



Zarejestrowanym opiekunom wiele placówek, w których są zatrudnieni ich lekarze pierwszego kontaktu, oferuje niektóre lub wszystkie poniższe opcje:

- ✓ Coroczne darmowe szczepienie przeciw grypie.
- ✓ Wspólne wizyty pacjenta i opiekuna.
- ✓ Zorganizowanie wizyt jedna po drugiej dla opiekuna i osoby objętej opieką. Wizyta domowa dla opiekunów, którzy nie mogą opuścić domu.
- ✓ Zaproszenia dla opiekunów na kontrole stanu zdrowia, które są czasem powiązane z poradnią.
- ✓ Udostępnianie opiekunowi stosownych informacji dotyczących choroby, leczenia i prognoz odnoszących się do osoby objętej opieką za ich odpowiednią zgodą. Rezerwacja okienek czasowych na wizyty w nagłych przypadkach, codziennie i bezpłatnie dla opiekunów.
- ✓ Wyznaczony pracownik, który regularnie dzwoni do opiekunów słabszych fizycznie lub w podeszłym wieku.
- ✓ Pracownik wyznaczony jako lider opiekuna.
- ✓ Tablica ogłoszeń i łącze z informacjami specjalnie dla opiekuna na stronie internetowej ośrodka zdrowia.

- ✓ Połączenie wpisu w rejestrze opiekuna ze skierowaniem na ocenę dla niego i/lub skierowanie do odpowiedniej organizacji lub agencji, która udzieli rad i wsparcia.
- ✓ Połączenie rejestracji z zaproszeniem do dołączenia do lokalnej grupy wsparcia opiekunów.

Poufność i udostępnianie informacji

Nasza karta opiekuna określa sposób jego angażowania w opiekę nad wymagającą tego osobą.

Karta mówi jasno, że powinniśmy wysłuchać problemów opiekuna i zareagować na nie, angażować go w pomoc i zapewniać stosowne informacje na temat opieki i leczenia osoby nimi objętej.

Pracownicy mają prawny obowiązek zachowania poufności danych osobowych. Z różnych powodów osoby objęte opieką czasami nie zgadzają się, żeby pracownicy udostępniali informacje opiekunom, zatem jeżeli osoba objęta opieką jest w stanie podjąć taką decyzję, personel musi ją uszanować. Jednak dobrą praktyką, którą stosujemy, jest ponowne omówienie tej decyzji, upewnienie się, czy dotyczy ona wszystkich informacji, czy tylko niektórych z nich, i przypomnienie tej osobie pozytywnych aspektów wynikających z zaangażowania opiekuna w opiekę nad nią.

Jeżeli osoba objęta opieką **zgodziła się na udostępnienie** informacji opiekunowi, powinien zostać omówiony z nim plan opieki i leczenia. **Jeśli nie**, opiekun może mimo to otrzymywać **ogólne informacje o faktach** zarówno w formie ustnej, jak i pisemnej, a także wsparcie w swoich obowiązkach.

Opiekunowi powinno się zapewnić pomoc i zrozumienie:

- bieżącej sytuacji
- wszelkich ograniczeń poufności określonych przez użytkownika usługi
- planów i celów leczenia użytkownika usługi
- wszystkich spisanych planów opieki, kryzysowych lub powrotu do zdrowia
- roli specjalistów zaangażowanych w opiekę użytkownika usługi
- sposobów na dostęp do pomocy, w tym usługi po godzinach

Opiekunowie powinni mieć:

- możliwość porozmawiania ze specjalistą na osobności i uzyskanie informacji, które uważa za stosowne i ważne.

- prawo do prywatności podczas rozmowy ze specjalistą.
- poczucie, że są cennymi członkami zespołu opieki.
- przekonanie, że mogą wyrażać swoje ewentualne opinie lub obawy.
- wsparcie w swoich obowiązkach opiekuńczych.
- dostęp do oceny swoich własnych potrzeb i spisane planu wsparcia dla siebie.

Więcej informacji na temat poufności i opiekunów można znaleźć na naszej stronie internetowej: www.2gether.nhs.uk/common-sense-confidentiality.

Informacje dla opiekuna

Jeżeli opiekun ma poczucie, że nie otrzymuje potrzebnych mu informacji, podczas rozmowy z pracownikami zaangażowanymi w opiekę nad osobą, którą się zajmuje, mogą okazać się przydatne podane niżej pytania:

- Jakiek opiekun przeprowadzi testy i oceny?
- Czy opiekun jest w stanie przekazać pracownikowi, jaka jest diagnoza/obecny problem?
- Czy lekarstwa pomogą? Czy są jakieś skutki uboczne? Od kogo można uzyskać na ten temat więcej informacji?
- Czy są jakieś sposoby leczenia i usługi, które mogą okazać się przydatne/dostępne?
- Jak wygląda plan leczenia? Czy można otrzymać egzemplarz takiego planu?
- Jak często będą się odbywały spotkania z osobą objętą opieką?
- Co powinno się zrobić w przypadku pogarszającego się stanu zdrowia przyjaciela lub krewnego?
- Gdzie można uzyskać dodatkowe informacje o stanie zdrowia i dostępnych usługach?
- W jaki sposób opiekun będzie zaangażowany w plan opieki?
- Jakie wsparcie przysługuje opiekunowi?

Ważne jest, żebyśmy podczas naszego spotkania z opiekunem przekazali mu informacje, które są mu faktycznie potrzebne i które będziemy mogli wyjaśnić mu w odpowiednim momencie. Na różnych etapach kontaktu z nami opiekunowie będą mieli pytania o diagnozę, leczenie i postępowanie leczenia osoby objętej opieką.

Podczas niektórych spotkań, np. tych dotyczących analizy opieki, będzie sporządzany pisemny protokół. Kiedy kontakt będzie przebiegał w mniej formalny sposób, opiekun może także poprosić o zapisywanie podawanych informacji i udostępnienie wszelkich innych dodatkowych informacji, takich jak ulotki czy arkusze informacyjne, które mogą okazać się pomocne.

Royal College of Psychiatrists przygotował bardzo obszerną listę pytań, które mogą posłużyć jako wskazówki podczas rozmów z pracownikami. Jeżeli pracownicy nie mają ich w formie ulotki, można ją pobrać ze strony:



www.rcpsych.ac.uk/about/campaigns/partnersincarecampaign.aspx

Mamy nadzieję, że informacje te okażą się pomocne zarówno dla opiekunów, jak i użytkowników usługi.

W celu uzyskania dodatkowych egzemplarzy niniejszej broszurki



wystarczy napisać do nas na adres: the Social Inclusion Team,
18 Denmark Road, Gloucester GL1 3HZ



Telefon: 01452 894200



E-mail: 2gnft.socialinclusion@nhs.net



2gether NHS Foundation Trust
Rikenel
Montpellier
Gloucester
GL1 1LY

www.2gether.nhs.uk



When you have finished with
this document please recycle it

C-Booklet_002
Data weryfikacji:
październik 2017