



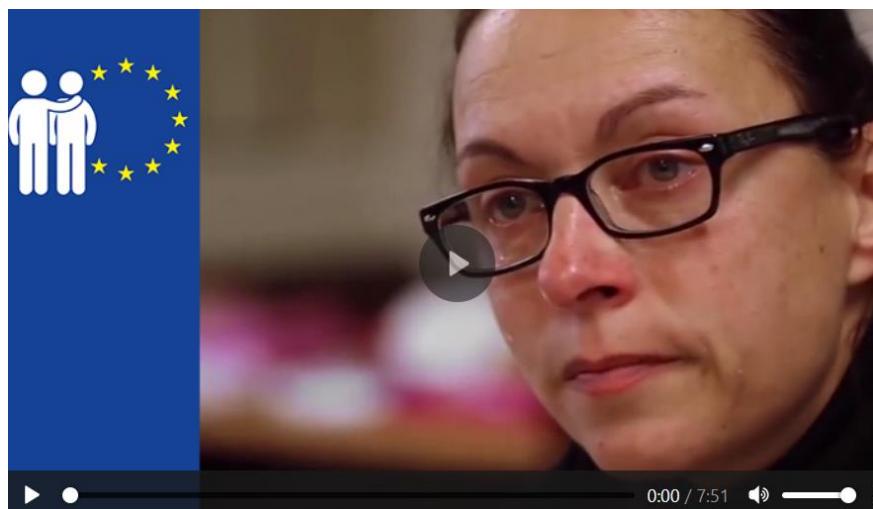
Podrška za članove obitelji psihički oboljelih osoba

Newsletter 2 – studeni 2019

Psihički poremećaji široko su rasprostranjeni u Europi i predstavljaju golem teret pojedincu, društvu i gospodarstvu. Kad je riječ o skrbi za osobe s teškim psihičkim oboljenjima, ključnu ulogu imaju upravo članovi obitelji, a to je činjenica koja se ne smije zanemariti. Većina ovih ljudi živi sa stanjem svog oboljelog bližnjeg 24 sata dnevno, svaki dan u godini. Istraživanje provedeno u više europskih zemalja pokazalo je da njegovatelji osoba sa psihičkim poremećajima provode u prosjeku 6 do 9 sati dnevno u pružanju skrbi. Uz to, čak 36% njih obavljaju sve zadaće sami, a unatoč tome što imaju neopisivo važnu ulogu, zdravstveni sustav ih ne uvažava dovoljno i njihove potrebe često su zanemarene.

Kako preživjeti kao primarni njegovatelj?

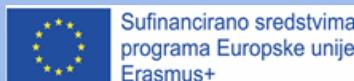
Mnogi njegovatelji prijavljuju probleme koji se tiču vlastitog zdravlja i dobrobiti dok upravljaju odgovornim poslovima njene. Izvještavaju o nedostatku sna, lošim prehrabbenim navikama, neuspjehu da ostanu u krevetu kada su bolesni ili odgađanju liječničkih pregleda zbog sebe. Tek kad si prvi put pomognemo, možemo učinkovito pomoći drugima. Briga za sebe jedna je od najvažnijih - i najčešće zaboravljanih - stvari koje možete raditi kao njegovatelj. Kada se brinu o vašim potrebama, korist će imati i osoba do koje brinete.



www.family-caregiver-support.eu

Kontakt:

Sveuciliste u Rijeci, Medicinski Fakultet
marinalc@medri.uniri.hr



Projekt je ostvaren uz podršku Europske komisije.
Ova publikacija odražava jedino stajališta svojih autora i
Komisija se ne može smatrati odgovornom za
daljnju primjenu informacija koje se u njoj nalaze.

Naš projekt doprinosi njegovateljima!

Sve rezultate možete pronaći na našoj web stranici:

- Vodič za podršku obiteljskog njegovatelja
Ovaj vodič pruža sigurne kvalitetne informacije, potporu i resurse za obiteljske njegovatelje odraslih s kroničnim mentalnim bolestima i kognitivnim stanjima kao što su Alzheimer, moždani udar, Parkinsonova bolest, demencija i druge bolesti radi boljeg razumijevanja njihovog zdravlja i dijagnosticiranih poremećaja.
- Resursni paket podrške za obiteljskog njegovatelja
Sadrži informacije i vježbe za ublažavanje i smanjenje rizika od posljedica mentalnog zdravlja kojima su njegovatelji izloženi.
- Aplikacija Family Caregiver
koji se može preuzeti na vaš Android mobitel

Možete nas pronaći i na Facebooku!

Naš projekt predstavljen je i na Facebooku! Potražite "Podršku za skrbnika obitelji" i pronađite puno korisnih savjeta i informacija, kao i linkove do grupa za samopomoć i mnogih drugih zanimljivih inicijativa!