

Akıl Hastalığı olan kişilerin

Aileleri

ve **Bakıcıları**

için bilgi

Information for Families and Carers
of People with a Mental Illness

Turkish

Akıl Hastalığı olan kişilerin Aileleri ve Bakıcıları için bilgi

Temmuz 2002
İkinci baskı Kasım 2002

**Akıl Sağlığı Şubesi
(Mental Health Branch)
Toplum Hizmetleri Bakanlığı
(Department of Human Services)**

Turkish

Metropolitan Sağlık ve Yaşlı Bakım Hizmetleri Dairesi tarafından bastırılmıştır

Victoria Hükümeti Toplum Hizmetleri Bakanlığı
Melbourne Victoria
Temmuz 2002
İkinci baskı Kasım 2002

© Yayın hakkı Victoria Eyaleti, Toplum Hizmetleri Bakanlığı, 2002

Bu yayının yayın hakları tescillidir. 1968 tarihli Yayın Hakları (Copyright) yasası hükümlerinde belirtilen durumlar haricinde hiç bir bölümü hiç bir yöntemle çoğaltılamaz.

(0470502)

Teşekkür

Bu kaynak yayının hazırlanmasına katkıda bulunan, özellikle akıl hastalığı olan kişilerin bakıcıları olmak üzere, herkese teşekkür ederiz.

İçindekiler

Giriş	1
Bakıcı kimdir?	2
Uygun Hizmet ve Yardımı bulmak için	2
Bakıcılar ve Akıl Sağlığı Sistemi	5
Bakıcı Hak ve Sorumlulukları	5
Ulusal Akıl Sağlığı Standartları	6
Victoria Bakıcılar Politikası	6
Bakıcılar için Destek Hizmetleri	11
Bakıcı Destek Grupları	12
Sözcülük Hizmetleri	18
Devlet Akıl Sağlığı Servisleri	20
Akil Sağlığı Klinik Servislerinden Faydalanmak için	22
Diğer Yararlı Hizmet Kuruluşları	29
Ek 1. Tanımlar ve Kısaltmalar	33

Giriş

Aile ve arkadaşlar, ciddi akıl hastalığı olan kişilere yardımcı olunmasında önemli rol oynar. Baktıkları kişilerin sağlığı ve refahının daha da iyileştirilmesinde akıl sağlığı servisleri ile önemli bir işbirliği içindedirler.

Akıl hastalığının sadece hasta olan kişiyi değil aynı zamanda hastaya bakan yakınlarını da etkilediğini çok iyi biliyoruz. Bu etkinin derecesi, hastalığın şiddetine, seyrine ve sonuçlarına ve ayrıca hastanın ve aile ve yakınlarının içinde bulunduğu duruma göre değişmektedir.

Arkadaş veya akrabanıza destek ve yardımcı olan bir aile ferdi veya arkadaş olabilirsiniz ya da arkadaş veya akrabanızın durumundan kaygı duyup ne tür yardım alabileceğinizi öğrenmek istiyor olabilirsiniz.

Eğer durumunuz bunlara uyuyorsa, bu kitapçığı yararlı bulabilirsiniz.

Bu kitapçık aşağıdaki konularda bilgi vermektedir:

- Ciddi bir akıl hastalığı olan kişilerin aile ve yakınları için destek hizmetleri, servisler ve bilgi
- Devlet akıl sağlığı hizmetleri sistemi
- Bir akraba ya da arkadaşınızın akıl sağlığı servisini kullanmasına yardımcı olduğunuzda neler bekleyebilirsiniz.
- Ayrıntılı bilgi almak için yararlı irtibat bilgileri.

Bu kitapçık akıl hastalıkları, tedavi şekilleri veya akıl hastalığı olan bir aile üyeniz veya arkadaşınız olduğunda neler hissedeceğiniz veya ne tür sorunlar yaşayacağınız hakkında bilgi vermemektedir. Bu tür bilgiye de ihtiyacınız varsa, aile üyenizin veya arkadaşınızın bakım gördüğü akıl sağlığı merkezi ile görüşünüz veya dayanışma (Mutual Support) ve kendi- kendine yardım (Self-Help) kuruluşları ile irtibat kurunuz (bakınız sayfa 11).

Bakıcı kimdir?

Hükümet ve çok çeşitli hizmet kuruluşları, bir aile üyesi veya arkadaşı akıl hastası olan ve bu nedenle kendi yaşamları da etkilenen kişilerden bahsederken “bakıcı” ifadesini kullanmaktadırlar.

Çoğu bakıcılar kendilerini aslında bakıcı olarak görmemektedir. Ya akıl hastalığı olan bir kişinin anne-babasıdır ya da ciddi akıl hastalığı olan eşlerine, anne ya da babalarına veya arkadaşlarına bakan kişilerdir. Akıl hastalığı olan bir aile üyesinin bakımına yardımcı olan bir çocuk da bakıcı sayılabilir. Pek çok kişi, hasta olan kişi ile olan yakınlıklarından dolayı bir sorumluluk hissederek bakıcı rolünü üstlenmektedir. Bakıcılar baktıkları kişi ile birlikte aynı yerde oturmuyor olabilir. Ayrıca, bakıcının rolünün zaman içinde değişebileceğinin farkında olmak da önemlidir.

Uygun Hizmet ve Yardımı Bulmak İçin

Akıl hastalığı olan kişilere sunulan hizmetler, genel sağlık sisteminin bir bölümüdür. Akıl hastalığı olan pek çok kişi özel psikiyatrilerden, aile doktorlarından ve diğer sağlık uzmanlarından yardım almaktadır. Bu kitapçık, temel sağlık kuruluşları veya özel sağlık kuruluşları tarafından sunulan hizmetleri kapsamamaktadır.

Ciddi akıl hastalığı olan kişilere sunulan uzman akıl sağlığı hizmetleri, Victoria Devlet Akıl Sağlığı Hizmetleri Sistemi (Victorian Public Mental Health Service System) tarafından verilmektedir. Bu sistemin, ciddi akıl hastalığı olan kişiler için kapsamlı bir klinik ve özürlü destek hizmetleri sunmayı amaçlayan bir bölümleri bulunmaktadır.

- Klinik hizmetleri, yataklı bakım, toplum içinde tedavi ve kalacak yer servislerini kapsar.
- Özürlü hizmetleri, gündüz programlarını, evde destek programlarını, dinlendirme ve kalacak yer ayarlama hizmetlerini kapsar.

Çocuklar, ergen gençler, yetişkinler ve yaşlılar için farklı servisler bulunmaktadır. Akıl sağlığı servislerinin çoğunun belirli bir sorumluluk bölgesi bulunmaktadır. Servisler:

- Ya Toplum Hizmetleri Bakanlığının bölgelerine göre (dokuz bölge vardır); ya da
- Akıl Sağlığı Servis Bölgelerine göre düzenlenmektedir. Bu bölgeler çoğunlukla belediye sınırlarını esas almaktadır. Yetişkinler için bu tür 21 bölge bulunmaktadır. Çocuklar, ergen gençler ve yaşlılar için olan servisler, biraz daha farklı bir şekilde düzenlenmektedir.

Çoğunlukla, sizin veya baktığınız kişinin oturmakta olduğu bölgeden veya Akıl Sağlığı Servis Bölgesinden sorumlu servis kuruluşu hangisi ise sadece o kuruluşu kullanmanız gerekmektedir. Bu nedenle, akıl sağlığı servis bölgenizin adını bilmeniz yararlı olur. Başvurduğunuz merkezdeki görevliler bu konuda size bilgi verebilir. Semtinizin hangi akıl sağlığı servisi sınırları içine girdiğini Toplum Hizmetleri Bakanlığının www.health.vic.gov.au/mentalhealth web sitesinde verilen Akıl Sağlığı Servisleri Rehberinden (The Mental Health Services Directory) öğrenebilirsiniz. İnternet imkanınız yoksa, telefon rehberinden (White Pages) Toplum Hizmetleri Bakanlığının (Department of Human Services) size en yakın bölge müdürlüğünü arayınız ve Akıl Sağlığı (Mental Health) Hizmetleri sorumlusu olan görevliyle görüşmek istediğinizi söyleyiniz.

Bu kitap, size ve baktığınız kişiye yardımcı olabilecek hizmet türleri hakkında bilgi vermektedir. Kuruluşların telefon numaraları, isimleri ve yerleri zaman zaman değiştiği için, ayrıntılı irtibat bilgileri verilmemiştir.

Bölgenizdeki akıl sağlığı servislerinin irtibat numaralarını bu kitapçığı aldığınız merkezden öğrenebilirsiniz.

Toplum akıl sağlığı merkezlerinin telefon numaralarını, White Pages telefon rehberinden size en yakın hastanenin telefon numarasını bulup arayarak öğrenebilirsiniz. Hastanemiz mesai saatleri dışında da bilgi verebilir.

Eğer telefon numaralarının bir listesini bulamıyorsanız,

- Toplum akıl sağlığı merkezindeki özel danışman görevlinize (case manager) veya nöbetçi memura sorunuz;
- Akıl Sağlığı Servisleri Rehberine bakınız
www.health.vic.gov.au/mentalhealth;
- 9616 8592'den Akıl Sağlığı Şubesini (Mental Health Branch) arayınız.

Bakıcılar ve Akıl Sağlığı Sistemi

Bakıcıların Hak ve Sorumlulukları

Akıl Sağlığı Hak ve Sorumluluklar Bildirisi (Mental Health Statement of Rights and Responsibilities) adlı kitapçık akıl hastası olan kişilerin bakıcılarının haklarını ve sorumluluklarını özet olarak göstermektedir. Bunlar hem Federal hem de Eyalet hükümeti tarafından kabul edilmiştir.

Bakıcıların hakları:

- Bireyin insanlık onuruna, gururuna ve şahsi hayatına saygı
- Baktıkları kişinin durumunu öğrenmelerine, bakmalarına ve sözcülüğünü yapmalarına yardımcı olacak geniş çaplı bilgi, eğitim ve desteğin sağlanması.
- **Akıl hastası olan kişinin izni ile**, bakıcılar ve sözcüler şu haklara da sahiptir:
 - Akıl hastası olan kişi ile görüşebilmek
 - Akıl hastası olan kişinin tedavisi için düşünülen yöntemler konusunda görüşünün alınması ve haberdar edilmesi
 - Kendileri ve bakıcısı oldukları akıl hastalığı olan kişi için dinlendirme (respite) hizmetleri, psikolojik danışmanlık hizmetleri almak
 - Baktıkları kişinin yaşam şekli ve başkaları ile ilişkileri konusunda tedaviyi uygun layan görevlilerle bilgi alışverişinde bulunabilmek.

Akıl hastalığı olan kişinin rızasını belirlemediği veya rahatsız olduğu için rıza vermeyi reddettiği durumlar olabilir. Bu durumlarda:

- **Akıl hastası olan kişinin rızası olmaksızın**, bakıcılar aşağıdaki haklara sahiptir:
 - Hastayla birlikte bulunacağı zamanı sınırlamaya
 - Teşhis ve bakım konusunda ek görüş almaya
 - Hastanın aile içi ilişkileri ve akıl sağlığı ile ilgili her hangi bir konuda sağlık merkezine bilgi vermeye hakkı vardır.

- Akıl sağlığı bozuk olan bir kişiye bakmaları nedeniyle kendilerinin karşılaşılabilecekleri sıkıntıları gidermek için yardım almaya hakları vardır.

Bu kitapçığın kopyaları Federal Akıl Sağlığı Şubesinden (Commonwealth Mental Health Branch), 1800 066 247 numaralı telefondan veya www.mentalhealth.gov.au adresinden temin edilebilir.

Ulusal Akıl Sağlığı Standartları

Bütün akıl sağlığı merkezleri için geçerli ulusal hizmet standartları bulunmaktadır. 3 numaralı standart, hasta ve bakıcının katılımı ve görüşünün alınması ile ilgilidir. Bu standart ile hasta ve bakıcı kişinin akıl sağlığı hizmetlerinin planlanmasına, uygulanmasına ve değerlendirilmesine dahil edilmesi, görüşünün alınması istenmektedir. Bu standartların bir kopyası Federal Akıl Sağlığı Şubesinden (telefon 1800 066 247) veya www.mentalhealth.gov.au adresinden alınabilir.

Victoria Bakıcılar Politikası

El Ele–Aileler, Diğer Bakıcılar ve Devlet Akıl Sağlığı Servisleri (1996)
(In Partnership–Families, Other Carers and Public Mental Health Services)
verimli bir şekilde sunulan hizmetlerin ailelerin ve bakıcıların ihtiyaçlarını göz önüne alması gerektiğini belirtir. Özellikle de, aile ile işbirliği yapılmasının önemini vurgular.

Akıl sağlığı hizmeti sunan bir servisten şunlar beklenir:

- Mümkün olduğunca en kısa zamanda tedavide aile ve bakıcının da görüşlerinin alınması, onların da söz sahibi olması.
- Ailenin, bağımlı çocuklarının ve diğer bakıcıların da ihtiyaçlarının belirlenmesi ve hizmet sunulan dönem içinde zaman zaman bu değerlendirmenin tekrar edilmesi, yenilenmesi.
- Bakıcılara ve ailelerine akıl hastalığı, muhtemel sonuçları ve hem kendilerinin hem de baktıkları kişinin faydalanabileceği servisler ve destek hizmetleri konusunda bilgi vermek.
- Şahsi bilgilerin gizli tutulması ve bu bilgilerin bazı durumlarda açıklanabilmesi ile ilgili kuralları açıkça belirtmek ve hizmetlerden faydalanan kişi ve bakıcısına bunu açıklamak.
- Hizmet sunulması sırasında ailenin ve diğer bakıcıların kültürel ve dil ihtiyaçlarının göz önüne alınması için gerekli tedbirleri almak.
- Aile ve bakıcılarının, bakıcı olarak karşılaştıkları zor durumların ve sorunların üstesinden gelebilmelerine yardımcı olacak yollar göstermek, destek olmak.

- Ailenin ve bakıcıların ihtiyaç duydukları konularda eğitim ve destek hizmetlerini bulmalarına yardımcı olmak.
- Ailelerin ve diğer bakıcıların eğitim amaçlı ya da dayanışma grupları sayesinde tanışmalarına, bir araya gelmelerine yardımcı olmak.

Genel Bilgi ve Eğitim

Victoria Akıl Sağlığı Servisleri, akıl hastalığı, mevcut hizmetler ve diğer uygun havale seçenekleri konusunda genel bilgi verebilmektedir. Victoria akıl sağlığı servisleri, ayrıca, toplumu, diğer uzmanları, ilgili kuruluşları, bakıcı gruplarını ve ilgili kuruluşları akıl hastalığı konusunda ve uygun servislerin ve destek hizmetlerinin en iyi nasıl bulunabileceği konusunda bilinçlendirmeye ve bilgilendirmeye de yardımcı olmaktadır.

Akıl hastalığı servisleri, bilgi ve destek kaynaklarından bir tanesidir. Diğer kaynaklar ve destek hizmetleri ile ilgili bilgi, bu kitapçıkta verilmiştir.

Akıl Hastalığı olan Kişi Hakkındaki Bilgilere Ulaşılabilmesi

Victoria akıl sağlığı servislerinin, hasta ve bakıcıları ile yakın bir işbirliği yaparak, onların bilgi ve eğitim ihtiyaçlarının karşılanmasına yardımcı olması beklenir. Faydalanılan servis tipine bağlı olarak, bu bilgi ve eğitim, özel bir tedavi şekli ve idaresi, seçenekler, hastanın rahatsızlanması halinde nasıl idare edileceği, pratik yardımların nereden temin edilebileceği ve genel olarak aileye bu hastalığın idaresinde yardımcı olma ile ilgili olabilir. Verilecek bilgi miktarı, hizmetlerden faydalanan kişinin yakınlarının tedaviye ne derece katılımını istediğine göre değişmektedir.

Şahsi bilgilerin açıklanması ve başkalarına verilmesi karmaşık bir işlemdir. Akıl sağlığı görevlileri, en uygun ve en erken bir zamanda bilgi alışverişi ile ilgili özel durumlar olup olmadığını araştırmakla sorumludur. Eğer mümkünse, bakıcı, önceden akıl hastalığı olan kişiyle ve onunla ilgilenen akıl sağlığı özel danışman memur (case manager) veya görevlisiyle (key worker) hastanın rahatsızlanması halinde bakıcının nasıl bir rol üstlenmesini istediklerini ve görüşülecek bilgilerinden gerçekçi olarak ne beklenildiğini öğrenmek isteyebilir.

Bakıcı konusunda özellikle hassas olan akıl sağlığı servisleri, muhtemel sürtüşmeleri azaltmayı ve, yasanın belirttiği sınırlar içinde, akıl hastalığı olan kişinin, ailesinin ve diğer bakıcıların ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlamaktadır.

Victoria eyaletindeki bütün akıl sağlığı servisleri *1986 tarihli Akıl Sağlığı Yasası* (Mental Health Act) hükümlerine göre idare edilir. Genel olarak, akıl hastası olan bir kişi hakkındaki bilgiler, kişinin rızası olmadan başka bir kişiyeye verilemez. Akıl Sağlığı Yasasının 120A maddesi hangi durumlarda kişinin rızası olmasa bile, o kişi hakkındaki bilgilerin açıklanabileceğini belirtmektedir. şahsi bilgilerin açıklanmaması kuralına istisna olan durumlar aşağıda verilmektedir:

- **Madde 120A(3) (ca), bir bilgi hastanın bakımı için gerekli ise ve bu bilgiyi alacak kişi hastanın bakımına katılacaksa, hastanın vasisine, ailesine veya esas bakıcısına açıklanabileceğini belirtir.**
- **Madde 120A(3) (e) bir hastanın tedavisi için gerekli olan durumlarda bir bilginin açıklanabileceğini belirtmektedir.**

Bazen hasta kişinin hak ve istekleri ile ailesinin veya bakıcısının hak ve istekleri ters düşebilir, özellikle de akıl hastası olan kişi aile yesi kişinin tedavisine katılmasını istemiyorsa. Bu durum bütün taraflar için sorun yaratabilir.

Hastanın Planlanan Tedavisine Katılmak

Akıl hastası olan kişinin rızası ile, bakıcı ve aile yeleri, akıl sağlığı servisi görevlileri ile birlikte hastaya sunulacak hizmetlerin planlanmasına katılabilir. Toplum Akıl Sağlığı Merkezinde, zel danışman görevli (case manager) hasta ve bakıcısı ile işbirliği içinde hedefleri ve bunların nasıl gerçekleştirilebileceğini belirlemelidir. Psikiatrik zrl Destek Servisi (Psychiatric disability support service - PDSS) de benzer bir uygulama yapacaktır ancak daha çok psikososyal rehabilitasyona ağırlık verecektir.

Akıl sağlığı servisleri bireysel hizmet planını mümkün olduğu kadar geniş kapsamlı yapmalıdır ve (akıl hastalığı olan kişinin rızası ile) bu uygulama içinde aileyi veya bakıcıları da desteklemelidir. Bu amaçla aile veya bakıcılar servise davet edilmeli ve durum case manager veya görevli memur (key worker) ile birlikte görüşülmelidir.

Akıl Hastalığı olan Kişileri Temsilen Bakıcı Sözcülüğü

Akıl hastası olan kişinin rızasını veremeyecek durumda olması halinde veya rahatsız olmaları nedeniyle tedaviyi kabul etmeleri halinde, bakıcının durumu bildirmesi ve teşhis ve tedavi için gereken görevli ve uzmanların yardımını istemesi mümkündür. Bakıcılar, başka tedavi yöntemlerini isteyebilecekleri gibi ikinci bir görüş alınmasını da isteyebilirler.

Endişe duyduğunuz bir konuları bildirme yolları

Verilen bilgi veya tedaviden memnun değilseniz, bu durumu ilk olarak ilgili servisle görüşünüz. Akıl sağlığı merkezindeki case manager, görevli hemşire, doktor, servis müdürü veya Klinik Servisler Müdürü ile görüşünüz.

Eğer Klinik Servisler Müdürü veya servis müdürü şikayetinizi bir çözüme kavuşturmamışsa, aşağıdaki makamlara danışabilir, yardım isteyebilirsiniz:

Her bir hastanenin, **Şikayet İnceleme Memuru** (Complaints Liaison Officer) bulunmaktadır. White Pages telefon rehberinden size en yakın hastanenin telefon ve adresini alarak arayınız.

Sağlık Hizmetleri Şikayet İnceleme Makamı (Health Services Commissioner) bağımsız bir görevlidir. Sağlık hizmetlerinden faydalanan kişilerin akıl sağlığı servisleri de dahil olmak üzere, sağlık hizmetleri sunan kuruluşlar ile ilgili yaptıkları şikayetleri inceler ve çözümüne yardımcı olur.

Health Services Commissioner 8601 5200

Baş Psikiyatrist (Chief Psychiatrist) 1986 tarihli Akıl Sağlığı Yasası çerçevesinde, akıl hastalığı nedeniyle tedavi ve bakım gören hastaların tıbbi bakımından sorumludur. Baş Psikiyatristin görevleri devlete ait ruh sağlığı merkezleri ve görevli psikiyatristler tarafından sunulan tedavilerin klinik standartlara uygun olup olmadığını izlemek ve hizmetlerden faydalanan kişilerin, bakıcılarının ve başka ilgili kişilerin yaptığı şikayetleri incelemek.

Chief Psychiatrist

9616 7777

Halk sözcüsü (Public Advocate) akıl sağlığı servisleri ve tedavi ile ilgili ciddi Şikayetleri olan kişilere yardımcı olur, tavsiyelerde bulunur ve sözcüleklerini yapar.

Public Advocate

9603 9500

Toplum Ziyaretçileri (Community Visitors) akıl sağlığı servislerini ayda en az bir kez ziyaret ederek, servislerin ve tesislerin hastaların tedavisi ve bakımı için yeterli olup olmadığına bakar, Şikayetleri inceler ve yaptıkları incelemeler ve soruŐtırmalar hakkında rapor hazırlar.

Community Visitors

9603 9500

Bakıcılar için Destek Hizmetleri

Özellikle akıl hastalığı olan kişilerin ailelerine, arkadaşlarına ve bakıcılarına destek olmak amacıyla bir dizi servisler bulunmaktadır. Bu servislerden faydalanmak isteyenlerin bazen sıraya girmesi gerektiğini unutmayınız.

Karşılıklı Dayanışma ve Kendi Kendine Yardım (Mutual Support and Self-Help)

Karşılıklı Dayanışma ve Kendi Kendine Yardım servisleri ailelere ve bakıcılarına ve akıl hastalığı ile uğraşmak zorunda kalan kişilere bilgi, destek ve yardım sağlar. Akıl hastalığı, servis seçenekleri hakkında bilgi sağlar ve akıl hastalığı olan bir arkadaş veya akrabasına bakan kişilere destek ve yardım hizmetleri sunar.

Bu servislerin çoğunun bastırıldığı broşürler (ücretsiz veya ücretli olabilir), telefonla bilgi ve danışma hatları, gazeteleri, bilgilendirme ve eğitim amaçlı toplantılar, ve yararlı kaynakların bulunduğu bir kütüphaneleri bulunmaktadır.

Faydalanabilme koşulları: Akıl hastası olan bir kişinin ailesi, arkadaşları ve bakıcıları.

Ücret: Genellikle ücretsizdir. Ancak, bazı hizmetler, örneğin gazete gibi, sadece üye olanlara gönderiliyor olabilir.

İrtibat:

Mental Illness Fellowship (eski adı SFV)	9482 4199
Association of Relatives and Friends of the Emotionally and Mentally Ill (ARAFEMI)	9889 3733
Anxiety Recovery Centre	9576 2477
Eating Disorder Foundation	9885 0318
PATS–Adolescents with Parents with a Mental Illness	9345 7950

Bakıcı Destek Grupları

Bakıcı Destek Grupları, akıl hastası olan bir kişinin ailesine, arkadaşlarına ve diğer bakıcılarına, benzer durumda olan başka kişilerle tanışma fırsatı sağlamaktadır. Çoğu kişi, başkalarının da benzer durumlarla karşılaştığını gördüklerinde biraz rahatlamaktadır. Herkesin başında geçenleri, akıl sağlığı hizmetleri sistemi ve akıl sağlığı konusundaki bilgilerini paylaşması çok yararlı olabilmektedir.

Destek grupları, ilgi duyulan bir konuda misafir konuşmacı veya uzman davet edebilir. Ayrıca, destek grubu üyeleri, toplumu akıl hastalıkları konusunda bilinçlendirmek için toplantılara, semirlere, okullara vs katılma ve ziyaret etme fırsatı bulmaktadır.

Bazı destek grupları sadece belirli bakıcılar veya aile üyeleri için faaliyet göstermektedir. Örneğin, anne-babası akıl hastası olan çocuklar için destek grubu olabilir veya eşler için, anne-babalar için, veya kardeşler için olabilir. Bazı destek grupları ise belirli bir hastalık için kurulmuştur; örneğin, şizofreni veya obsesif-kompulsif bozukluk gibi.

Victoria eyaletinde taşra ve şehir merkezinde pek çok bakıcı destek grubu bulunmaktadır.

Faydalanabilme koşulları: Akıl hastası olan kişilerin aileleri, arkadaşları ve bakıcıları.

İrtibat: Mutual Support and Self-Help organisations
Carers Victoria (1800 242 636)
Mental Health Carer Support Workers (1800 059 059)
veya Toplum Sağlık Servislerinde görevli özel danışman memurlar (case managers)

Bakıcı Kriz Destek Programı (Carer Crisis Support Program)

Bakıcı Kriz Destek Programı (CCSP), bakıcıların yaptığı hizmete yardımcı ve destek olacak mal ve hizmetlerin satın alınması için, genellikle sadece bir kereye mahsus olmak üzere, maddi yardım sağlamaktadır. Bu program bakıcının içinde bulunduğu krizin çözümü veya muhtemel bir krizin önlenmesi için kullanılabilir. CCSP yardımının ne şekilde kullanılacağı bakıcının özel ihtiyaçlarına göre değişebilir.

Aşağıda CCSP yardımını kullanma şekillerine örnekler verilmiştir:

- Akıl hastası olan kişi ve/veya bakıcısı için dinlendirme servisi.
- Seyahat ve kalacak yer masraflarına yardım. Örneğin, hasta olan kişi bakıcının bulunduğu yerden uzak olan bir hastaneye yatırılmışsa.
- Çocuk bakımı.
- Ev temizliği veya bakımı
- Ev eşyaları
- Akıl hastası olan kişinin dinlendirme servisinde bulunduğu dönemde dahil olmak üzere, bakıcın tatile gönderilmesi. CCSP yardımı başvuruları, genellikle, kişinin case manager'ı kanalıyla yapılmaktadır. Yataklı merkezlerde ise sosyal görevli ya da hemşire de başvuruyu yapabilir.

Faydalanabilme koşulları:

Hali hazırda devlet akıl sağlığı sisteminden faydalanan kişilerin bakıcıları

Ücret:

Ücret alınmamaktadır ancak, bazen satın alınacak malın ücretine bakıcının bir miktar katkıda bulunması istenebilir.

İrtibat:

Toplum Akıl Sağlığı Merkezindeki case manager
Yataklı tedavi merkezindeki sosyal görevli ya da hemşire.

Planlı Dinlendirme Hizmeti (Planned Respite)

Planlı dinlendirme hizmeti, akıl hastalığı olan kişiye ve onların bakıcılarına, kısa bir süre de olsa, dinlenme hizmeti sağlamaktadır. Hem bakıcının hasta bakmanın yorgunluğunu atmasına ve kendi özel işleri için vakit bulmasına yardımcı olmakta, aynı zamanda da hasta olan kişi içinde bir değişiklik sağlamaktadır. Planlı dinlendirme hizmetleri, akıl hastası olan kişinin gündüz programı gibi başka akıl sağlığı destek hizmetlerine alışmasına da ilk adım olmaktadır.

Planlı dinlendirme hizmetleri üç şekilde sunulmaktadır:

- Planlı ve düzenli, örneğin, dört ay haftada bir gün veya beş günlük tatil şeklinde olabilir.
- Gerektiği zaman planlı dinlendirme hizmeti, örneğin, bakıcı tatile gittiğinde veya sınavları olduğunda.
- Acil durumlar için dinlendirme hizmeti, örneğin, ailede hastalanan olursa veya bakıcının bir iş mülakatına vs gitmesi gerekiyorsa.

Planlı dinlendirme hizmetleri her zaman hem akıl hastalığı olan kişi hem de bakıcısı ile birlikte ayarlanmalıdır. Dinlendirme hizmeti, her ikisinin de ihtiyaçları karşılanacak şekilde hazırlanmalıdır. Dinlendirme, günü birlik bir gezi, tatil veya hastaya kendi evinizde gündüz, gece veya haftasonu bakılması şeklinde olabilir. Akıl Sağlığı Servislerinin çoğu akıl hastası olan kişiye özel dinlendirme hizmeti verecek personele sahiptir.

Faydalanabilme koşulları:

Ciddi akıl hastalığı olan kişilerin ailedeki yetişkinler ve çocuklar da dahil olmak üzere bakıcılarının hepsi.

Ücret:

Küçük bir ücret olabilir.

İrtibat:

Psikiatrik Özürlüler Destek Planlı
Dinlendirme Servisi
(Psychiatric Disability Support Planned
Respite Service)

Carerlinks/Federal Bakıcı Dinlendirme Merkezleri

Federal Bakıcı Dinlendirme Merkezleri, bazen Carerlinks Agencies olarak da bilinir, bakıcının ve baktığı kişinin özel ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde dinlendirme yardımı paketlerini satın alabilir, hazırlayabilir veya temin edilmesini idare edebilir.

Bazı Carerlinks acentalarından, sadece akıl sağlığı ile ilgilenen bakıcı destek veya kaynak görevlileri de bulunmaktadır. Bu görevliler, akıl hastalığı olan kişilerin bakıcılarına sunulan hizmetler ve yardımlar hakkında, devlet akıl sağlığı ve psikiatrik özürlü destek hizmetleri sunan kuruluşlarla bağlantı kurulması hakkında ve genel bilgi ve kaynaklar hakkında bilgi temin edebilirler. Ayrıca, bakıcı destek grupları kurabilir ve bireysel destek ve yardım hizmetleri sunabilirler.

Faydanabilme koşulları: Tüm bakıcılar

İrtibat: 1800 059 059 tüm bölgeleri kapsamaktadır.

Carers Victoria–Bakıcı Kaynak Merkezi

Carers Victoria (CVic) bakıcıların hayatlarını daha iyi hale getirmeyi amaçlayan ve kar amacı gütmeyen bir kuruluştur. Üyelere düzenli olarak haber bülteni ve diğer yararlı bilgiler gönderilmektedir.

CVic ayrıca, Bakıcı Kaynak Merkezi (Carer Resource Centre) işletmektedir. Merkez, ücretsiz bilgi, destek ve ilgili yerlere sevk hizmeti sunmakta (tercüman temin edilmesi de dahil olmak üzere); bakıcı destek grupları ve destek ve yararlı olabilecek hizmet kuruluşları ile ilgili bilgi vermekte ve ödünç veya satın alabileceğiniz yararlı kaynak yayınlar bulundurmaktadır.

Bakıcı Kaynak Merkezini 1800 242 636 numaralı telefondan ücretsiz olarak arayabilirsiniz.

Faydalanabilme koşulları:

Bakıcı Kaynak Merkezi bütün bakıcılara açıktır. Diğer CVic hizmetleri sadece üyelere sunulmaktadır.

Ücret:

Üyelere yönelik hizmetler için küçük bir üyelik ücreti alınmaktadır.

İrtibat:

Carers Victoria 1800 242 636.

Diğer Kaynaklar ve Bilgiler

- **Family Sensitive Training (FaST) Kit** – FaST bilgi paketi dört video kasetten (Casserole Negative, Experts at Balancing, No Flowers or Chocolates ve Hanging in There başlıklı) oluşan ve bakıcıların, görevlilerin ve hastaların akıl hastalığı ve akıl sağlığı servisleri ile ilgili görüşlerini anlattıkları, faydalı buldukları şeylerden bahsettikleri bir bilgi paketi. Videolara eşlik eden kitaplarda ise ana konular özetlenmekte ve ek yararlı bilgiler sunulmaktadır. Bazı servisler ve bakıcı grupları, bu bilgi paketini kullanarak FaST eğitim programları düzenlemektedir. Bunları siz de görmek isteyebilirsiniz. Ancak videolardaki bazı görüntüler, insanları çok duygulandırabileceği için, video kasetleri yanınızda bir destek görevlisiyle birlikte veya başkalarıyla seyretmenizi tavsiye ederiz. Bu kasetler, akıl sağlığı merkezlerinden, mutual support and self-help servisinden veya akıl sağlığı bakıcı destek görevlisinden ödünç olarak temin edilebilir ve/veya izlenebilir.
- **Hard Words** Bu video kaset ise anne-babası akıl hastası olan çocukların karşılaştığı sorunlar hakkında toplumu bilinçlendirmeye yöneliktir. Ayrıntılı bilgi için akıl sağlığı servisinde görevli case manager ile görüşünüz.
- **Carers Kit** bilgi seti bakıcılara yardımcı olacak bilgi ve öneriler sunmakta ve bir de rahatlama teknikleri gösteren kaset içermektedir. Bu bilgi seti Carers Victoria'dan temin edilebilir ve bir kaç dile tercüme edilmiştir. Ücret alınmamaktadır.
- **Families and Mental Health–A Parenting Resource Kit** Bu bilgi seti, anne ya da babadan birinin akıl hastası olduğu ailelere destek ve bilgi sağlamak amacıyla Toplum Hizmetleri Bakanlığı (Department of Human Services) tarafından hazırlanmıştır. Bir kopyasını almak için sizinle ilgilenen özel danışman memur (case manager) veya 9616 8087 numaralı telefonda Akıl Hastalığı Şubesi ile görüşünüz.
- **In Partnership: Families, Other Carers and Public Mental Health Services** El Ele–Aileler, Diğer Bakıcılar ve Devlet Akıl Sağlığı Servisleri olarak tercüme edebileceğimiz bu bildiri devlet akıl sağlığı servislerinin, bakıcılar ve aileleri ile ne şekillerde işbirliği yapabileceğini açıklamaktadır. Bir kopyasını almak için sizinle ilgilenen özel danışman memur (case manager) veya 9616 8087 numaralı telefonda Akıl Hastalığı Şubesi ile görüşünüz.

- **SANE Australia** akıl hastalığı olan kişilerin çıkarını gözeten bir kuruluştur. Pek çok konuda kapsamlı kaynaklar, yayınlar ve başka materyaller sağlamaktadır. Web sitesinin adresi www.sane.org.

Sözcülük (Advocacy) Hizmetleri

Bakıcıların ihtiyaçları konusunda hükümet ve hizmet sunan kuruluşlar nezdinde bakıcılar adına sözcülük yapan pek çok bakıcı servisleri vardır. Ancak, akıl hastası bakıcıları ve akıl sağlığı hizmetlerinin iyileştirilmesi konusunda özellikle ilgilenen iki kuruluş bulunmaktadır.

Carers of People with a Mental Illness Network Victoria (CPMINV)

Victoria Akıl Hastaları Bakıcıları Ağı (CPMINV) bakıcıları ve bakıcı destek servislerini bir araya getirmektedir. Bu grup, bakıcıların güçlendirilmesini destekliyor ve akıl hastalığı olan kişilerle ilgili sorunlar hakkında hükümet, hizmet kuruluşları ve toplum nezdinde girişimlerde bulunuyor.

İrtibat: Carers Victoria aracılığıyla 1800 242 636

Victorian Community Advisory Group on Mental Health (VICCAG)

Victoria Akıl Sağlığı Toplum Danışma Grubu (VICCAG) akıl hastalığı ile ilgili konularda Sağlık Bakanına danışmanlık yapmaktadır. Üyelerin altısı bakıcı, altısı da akıl hastalığı olan kişilerdir. VICCAG, çok değişik fikirler ve sorunlar hakkında sözcülük yapabilen, kırsal kesimde yaşayanlarla, farklı kültür ve dillerden olan toplum üyelerinin sorunlarını dile getirebilecek olan bir gruptur.

İrtibat: Genel Müdür, VICCAG 9616 8489

Başka Yararlı Kaynaklar ve Bilgiler

- **Making the Message Matter** (Mesajımızı daha iyi anlatalım) başlıklı kaynak, Victoria Akıl Sağlığı Toplum Danışma Grubu (VICCAG) tarafından akıl hastalığı olan kişilerin ve bakıcılarının akıl hastalığı konusunda bilgi sahibi olmalarını ve bu bilgileri topluma anlatarak onların da bilinçlenmesini sağlamalarına yardımcı olmak için hazırlanmıştır. Kaynak içinde, konuşma teknikleri ve becerileri, medya becerileri ve hem sözlü hem yazılı hem de önerilen kaynaklar bulunmaktadır. Toplum Hizmetleri Bakanlığının (Department of Human Services) Akıl Sağlığı Şubesinden temin edilebilir. Telefon 9616 8087.
- **The Kit–A Guide to the Advocacy We Choose To Do** verdiğimiz Sözcülük Hizmetleri Rehberi adlı bu yayın sözcülük hizmetleri rehberidir. Hakkını arama, sorun çözme, görüşme yürütme ve anlaşmazlıkların çözümü konularında bilgi ve becerileri öğretmektedir. Avustralya Akıl Sağlığı Konseyinden (Mental Health Council of Australia) satın alınabilir. Telefon: (02) 6285 3100. Mutual Support ve Self-Help servislerinin çoğundan ödünç olarak da alabilirsiniz.
- **Bakıcılar için Action Pack** (Eylem Paketi) (CVic) Bakıcıların faydalanması için Hükümet dairelerine ve basın-yayın organlarına gönderilebilecek mektup örnekleri gibi faydalı fikirler ve yöntemler sunmaktadır. Bir kopya temin etmek için 1800 242 636 numaralı telefonu arayınız.

Devlet Akıl Sağlığı Servisleri

Victoria devlet akıl sağlığı servisi sistemi akıl hastalığı olan kişiler için kapsamlı bir klinik ve özürlü destek hizmetleri sunmayı amaçlayan bir takım bölümleri bulunmaktadır.

- Klinik hizmetleri, yataklı bakım, toplum içinde tedavi ve kalacak yer servislerini kapsar.
- Özürlü hizmetleri, gündüz programlarını (day programs), evde destek programlarını (outreach support), dinlendirme (respite) ve yatılı bakım merkezleri (residential care) hizmetlerini kapsar.

Çocuklar ve ergen gençler için ayrı yetişkinler ve yaşlılar için ayrı ayrı servisler bulunmaktadır.

- **Adult Mental Health Services** (Yetişkinler için Akıl Sağlığı Servisi) 16–64 yaş grubuna yardımcı olmaktadır. Hizmetlerin büyük bölümü Toplum Akıl Sağlığı Merkezlerinden verilmektedir ve koordine edilmektedir. CHMS yataklı bakım birimleri ile yakın bir işbirliği içinde çalışmakta ve genellikle bir hasta kabul ve değerlendirme işlevini görmektedir (bu hizmete “triage” denilmektedir).

Psikiyatrik Özürlü Destek Servisi yaşları 16’ın üzerindeki kişiler ve psikiyatrik özürlü yetişkinler için psikososyal rehabilitasyon hizmeti sunmaktadır. Bu hizmetler kişinin hayat şartlarını daha da iyileştirmeye ve kendi kendilerini idare edebilmelerine faydası olacak becerileri geliştirmelerine ve sosyal, dinlenme, eğitim ve meslek hayatına katılmalarına yardımcı olmayı amaçlamaktadır.

- **Çocuk ve Ergen Gençler için Akıl Sağlığı Servisi (CAMHS)** ciddi sinir bozukluğu geçiren çocuklar ve 18 yaşın altındaki gençlere yönelik özel akıl sağlığı hizmetleri sunmaktadır. CAMHS servisleri okul, çocuk, aile servisleri ve aile doktorları gibi toplum hizmeti sunan kuruluşlarla işbirliği yapmaktadır. Eğer uygun görülürse, yetişkinlerde görülen rahatsızlıkları çeken yaşı büyük ergen gençler yetişkin akıl sağlığı merkezlerinde tedavi edilebilir.

- **Yaşlılar için Akıl Sağlığı Servisleri** 65 yaş ve üzerinde olan ve akıl hastalığı çocukluğundan beri devam eden, veya yaşamının ilerleyen yıllarında akıl hastalığına yakalanmış veya bunama (dementia) gibi yaşlılık ile ilgili psikotik veya davranış bozukluğu bulunan kişilere yardımcı olmaktadır.

Tablo 1’de (sayfa 24–25) Victoria Devlet Akıl Sağlığı sisteminin bölümlerini tanımlamakta, servislerin isimlerini vermekte ve sundukları hizmetleri kısaca özetlemektedir. Yataklı klinikler ve toplum sağlık merkezleri her bir Akıl Sağlığı Servisi için ayrıca liste halinde verilmiştir.

Akıl sağlığı servislerinin çoğunluğu toplum içinde sunulmaktadır. Devlet akıl sağlığı servislerinden yararlanan kişilerin yüzde 68’inden fazlası tamamen toplum içinde hizmetlerden faydalanmaktadır. Geriye kalan yüzde 22 ise hastanede yataklı ve toplum içinde tedavi şeklinde hizmet almaktadır.

Psikiyatristler, psikologlar ve Aile Doktorları gibi özel akıl sağlığı merkezleri de akıl sağlığı hizmetlerinin sunulmasında önemli rol oynamaktadır. Bazı kişiler, özel psikiyatrist veya aile doktorlarından ihtiyaç duydukları yardımı aldıkları için devlet akıl sağlığı sistemine başvurmaya ihtiyaç duymamaktadır. Bazı kişiler ise ihtiyaçlarına göre devlet sistemi ve özel sistem arasında gidip gelmekte veya her ikisinden aynı anda faydalanmaktadır.

Akıl Sağlığı Klinik Servislerinden Faydalanmak İçin

İlk başvuru noktası genellikle ilgili Toplum Akıl Sağlığı Merkezindeki (CMHS) nöbetçi görevlidir (duty worker). Eğer gerekirse, nöbetçi memur kişinin ihtiyaçlarının karşılanması için uygun hizmet birimine havale eder. Havale edilen yer CHMS içinde Continuing Care Team (Sürekli Bakım Servisi), Kriz Değerlendirme ve Tedavi Merkezi (CATS), Seyyar Destek Tedavi Servisi (MSTS) gibi başka bir kısım olabileceği gibi Aile Doktoru, özel psikiyatrist veya özürülü destek servisi de olabilir.

Bir kriz halinde veya bir kişinin hastaneye yatırılması gerektiğinde, yetişkinler için ilk başvuru noktası CATS ekipleridir. Çocuklar, ergen gençler ve yaşlı kişiler ise ilk önce ilgili toplum sağlık merkezine başvurulmalıdır. Bazen CATS ekipleri, kendilerine yardımcı olması için, ambulans veya polis çağırabilmektedir. Akıl sağlığı servisleri, hem CATS hem de CMHS için tek bir hasta kabul ve değerlendirme işlevi görmektedir. Buna da genellikle "triage" denilmektedir.

Özel Danışman Memur (Case Management)

CHMS hizmetlerinin temelinde özel danışman memur (case manager) bulunmaktadır. Akıl hastalığı olan ker kişiye bir özel danışman memur tayin edilir. Bu memur o kişi ile ilgilenir, merkezi irtibat noktasıdır, kişinin ve ailesinin veya bakıcısının mevcut hizmetlerden en iyi şekilde faydalanmasını yardımcı olur.

Case Manager akıl hastası olan kişinin hedeflerini ve bunları ne şekilde gerçekleştirebileceğini belirten bir Bireysel Hizmet Planı (Individual Service Plan- ISP) hazırlamasına yardımcı olur. Case manager diğer görevli ve uzmanlarla bir ekip halinde görev yapmaktadır. Bu yüzden akıl hastası olan kişi doktor, sosyal görevli, psikolog, psikiyatri hemşiresi, psikiyatrist veya mesleki rehabilitasyon uzmanı gibi uzmanlarla da düzenli olarak görüşebilir.

Akıl hastalığı olan kişinin rızası alınarak, bakıcılar ve aile üyeleri de bireysel hizmet planının hazırlanmasında rol oynayabilir. Case manager bireysel hizmet planının hazırlanmasını mümkün olduğu kadar kapsamlı bir şekilde olmasını sağlar ve bu işlem sırasında gerekli olan durumlarda aileyi veya bakıcıyı destekler. Bu amaçla aile veya bakıcılarla merkezde randevu alarak, sorunları case manager ile görüşmelerini sağlar.

Uzman ve Eyalet apında Servisler

Bir dizi uzman servisleri bulunmaktadır. Bunların bazıları hasta kişiye ve diğerlerine doğrudan hizmet sunabildiği gibi, diğer hizmet kuruluşlarına uzman olarak danışmanlık hizmeti sunmaktadır. Uzman hizmetleri durumu aşaşıdaki durumlardan birine uyan kişilere sunulmaktadır:

- Adli bir işlem gören kişiler
- Kişilik bozukluğu olan kişiler
- Zihinsel zrl olan kişiler
- Uyuşturucu veya alkol bağımlılığı olan kişiler
- Sonradan beyin hasarı meydana gelmiş kişiler
- Koori olan kişiler
- Doğum sonrası depresyon geçiren veya kısa süre önce doğum yapmış ve psikiatrik yardıma ihtiyaç duyan kadınlar.
- Beslenme bozukluğu olan kişiler

Bu hizmetler ile ilgili ayrıntılı bilgi almak için, CHMS'de özel danışman memurunuz (case manager) ile görüşünüz.

Diğer Kaynaklar ve Bilgiler

Toplum Hizmetleri Bakanlığı akıl sağlığı kliniklerinin hizmetleri ile ilgili bir dizi yayın bastırmıştır:

- *Consumer Information Guide: How Case Management Can Help You.* (Tüketiciler Rehberi: Özel Danışman Memurun Size Yardımcı Olma Yolları.)
- Tüketiciler hakları broşürleri – bu broşürler, ECT (Elektrik şok Tedavisi), Bir Odada Tecrit Edilme (seclusion), Zorunlu Tedavi Kararı (Community Treatment Order), Zorunlu Tedavi Görmesi Gereken Hasta Olmak (involuntary patient) gibi bir dizi tedavi veya işlemlerle ilgili tüketiciler (hasta) haklarını açıklamaktadır.
- Akıl Sağlığı Terimleri Rehberi.
- *Victoria's Mental Health Service: The Framework for Service Delivery.* (Victoria Akıl Sağlığı Servisi: Hizmet Tedarik Yönetmeliği).
- Bazı psikiatrik ilaçlar ile ilgili tüketiciler bilgilendirme broşürleri.

Bu yayınların çoğu Toplum Akıl Sağlığı Merkezlerinden temin edilebileceği gibi 9616 8087 numaralı telefondan Akıl Sağlığı şubesini (Mental Health Branch) de arayarak isteyebilirsiniz.

Tablo 1: Devlet Klinik Akıl Sağlığı Servisleri

		Servis İsimleri ve Ek bilgi
Servis Fonksiyonu	Açıklama	Çocuk ve Ergen Gençler (0-18 yaş)
Kriz Değerlendirme ve tedavi	<ul style="list-style-type: none">• Klinik dışında kriz değerlendirme ve yoğun tedavi hizmeti verir.• Hastalığın en ağır döneminde yardımcı olur.• Hastaneye yatırmaya gerek olup olmadığını belirler.	Çalışma saatleri içi: Çocuk ve Ergen gençler için Değerlendirme ve tedavi servisi Çalışma saatleri dışı: Kriz Değerlendirme ve Tedavi Servisi
Toplum Tedavi ve Destek	<ul style="list-style-type: none">• Değerlendirme, özel danışman memur (case manager) ve tedavi.• Genellikle randevu ile.• Gerekirse başka servislere havale.	Çocuk ve Ergen Genç Değerlendirme ve Tedavi Servisi
Klinik dışında (outreach) Toplum Tedavi ve Destek	<ul style="list-style-type: none">• Klinik dışında tedavi ve destek.• Genellikle toplum tedavisinden daha yoğun bir hizmettir.	Gençler İçin Yoğun Seyyar Destek Servisi (IMYOS)
Yataklı Bakım Merkezi (Acute Inpatient Care)	<ul style="list-style-type: none">• Bir hastane içinde bulunur.• Akıl hastası olan kişinin fenalaşması nedeniyle evinde tedavi ve bakımın zorlaşması halinde başvurulur.• Hastanın fenalaştığı kısa dönem için kullanılır (1-3 hafta arası).	Genellikle ayrı bir birim vardır ama bazen yetişkin biriminin bir bölümü olabilir.
Yatılı Bakım Evi (residential care)	<ul style="list-style-type: none">• 24 saat klinik yardımı ve rehabilitasyon hizmeti.• Buralarda kalan kişilerin amansız bir akıl hastalığı ve ciddi psikiyatrik özürü olur. Davranışlarının idaresi zor olabilir. Genellikle ilaç tedavisine cevap vermez.	
Kapalı/Uzun Dönemli Tedavi Merkezi (secure/extended care)	<ul style="list-style-type: none">• Yoğun tedavi ve yardım verilen yataklı servis.• Buralarda kalan kişilerin amansız ve ciddi bir akıl hastalığı ve bundan kaynaklanı ciddi davranış bozuklukları olur.	16 yaşında küçük çocuklar için ayrı bir servis bulunmamaktadır. 16 yaşında büyük gençler ihtiyaç duyulursa Yetişkinler için Kapalı/Uzun Dönemli Tedavi Merkezini kullanabilir.

Yetişkinler (16-64 yaş)	Yaşlılar (65+ yaş grubu)	Önemli notlar:
Kriz Değerlendirme ve Tedavi Servisi (CATS)	Yaşlılar için Akıl Sağlığı Ekipleri.	<ul style="list-style-type: none"> • Yetişkinler için sunulan CATS servisi her yaşa hizmet sunmaktadır. • Bazı taşra bölgelerinde CATS ve MSTs servisleri aynıdır. • CATS ekibi bir tehlike olduğunu düşünürse, polisten yardım isteyebilir. • CATS ekibi bazen telefon kanalıyla yardımcı olabilir.
Devamlı Bakım, klinik ve danışmanlık servisleri	Yaşlılar için Akıl Sağlığı Ekipleri.	
Seyyar Destek ve Tedavi Servisi (MSTT)	Yaşlılar için Akıl Sağlığı Ekipleri.	
	Genellikle ayrı bir birim vardır ama taşra bölgelerinde yetişkin biriminin bir bölümü olabilir.	<ul style="list-style-type: none"> • Yataklı birimlerin idareleri farklılık gösterebilmektedir. Baş hemşireye merkezin ne şekilde çalıştığını, ziyaret saatlerini, nelere yardımcı olabileceğinizi ve baktığımız hastanız hakkında bilgi alabileceğiniz kişileri sorunuz.
Toplum Bakım Evleri <ul style="list-style-type: none"> • Özel amaçla inşa edilmiş, ev ortamına benzer bir ortam sağlar. • Hastaların, toplum içinde ihtiyaç duyabilecekleri bilgi ve becerileri öğretir veya hatırlatır. 	Yaşlılar için Akıl Sağlığı Servisleri. <ul style="list-style-type: none"> • Yaşlılar için Akıl Sağlığı Ekibi tarafından yataklı bakım evinde kalmaya ihtiyacı olduğu tespit edilmiş olmalıdır. 	
Kapalı Uzun Dönemli Bakım Merkezi <ul style="list-style-type: none"> • Talep azlığı nedeniyle belirli bölge merkezlerinde bulunmaktadır. 	Yaşlılar için Akıl Sağlığı Servisleri. <ul style="list-style-type: none"> • Yaşlılar için Akıl Sağlığı Ekibi tarafından yataklı bakım evinde kalmaya ihtiyacı olduğu tespit edilmiş olmalıdır. 	

Psikiatrik Özürlü Yardım Hizmetleri ve Psikososyal rehabilitasyon

PDSS olarak kısaltılan bu servisler psikiatrik bir özürü bulunan 16 yaşın üzerindeki gençlere ve yetişkinlere psikososyal rehabilitasyon hizmeti sunmaktadır. Bu hizmetler kişinin hayat şartlarını daha da iyileştirmeye ve kendi kendilerini idare edebilmelerine faydası olacak becerileri geliştirmelerine ve sosyal, dinlenme, eğitim ve mesleki hayatına katılmalarına yardımcı olmayı amaçlamaktadır.

PDSS servisleri, hastanın servis hizmetlerinden faydalandığı süre içinde bakıcısına da düzenli olarak dinlenme ve kendi işleri ile uğraşma imkanı vermektedir. PDSS ayrıca psikiatrik özürlü kişinin bağımsız yaşayabilme becerilerini geliştirerek, bakıcıya olan bağımlılığının azaltılmasına da yardımcı olmaktadır.

PDSS'den faydalanan bütün kişilere bir görevli memur (key worker) tayin edilir. Görevli memur kendileri ile işbirliği yaparak belirli hedefler tespit eder ve bunların gerçekleştirilmesi için uğraşır. Bu hedefler, ve bunları gerçekleştirme planı, Bireysel Program Planı (IPP) üzerine kaydedilir. Hizmetlerden faydalanan kişinin rızası alınmak koşuluyla, aile üyeleri ve bakıcıları da bu planın hazırlanmasına katkılabılır.

Toplum Akıl Sağlığı Merkezlerinde (CMHS) bulunan özel danışman memurlar (case manager) PDSS'ye en çok hasta sevk eden kişilerdir. Ancak, kendi kendine başvuran hastalar, Aile doktorları, özel psikiatristler ve diğer toplum veya sağlık merkezleri tarafından yapılan havaleler de kabul edilmektedir. PDSS servisin uygun olup olmadığını belirlemek için bir değerlendirme yapmaktadır.

PDSS servisleri gündüz programı olarak, evde, yatılı bakım evinde veya planlı dinlendirme hizmeti şeklinde sunulmaktadır. PDSS hizmetlerinin çoğundan faydalanabilmek için sıraya girilmesi gerekmektedir ve bu yüzden hizmet temininde gecikmeler olabilmektedir.

Psikososyal Gündüz Programı (Day Program)

Gündüz programları psikiatrik özürlü kişiye ev dışında düzenli bir uğraş ve kaynak sağlamaktadır. Kişiye, ev dışında yeni ilgi alanları bulmakta, başkaları ile tanışma imkanı yaratmakta ve kendi kendini idare edebilme becerileri öğretmektedir. Gündüz programları kolay ulaşılabilir yerlerde bulunmaktadır. Genellikle semtinizdeki bir evden veya dükkandan, toplu ulaşım araçlarına ve alışveriş merkezlerine yakın yerlerde kurulmaktadır.

Gündüz programları genellikle haftada beş gün açıktır ancak bazıları akşam ve hafta sonu grupları düzenlemektedir. Bazıları da yazı yazma, sanat, kadın veya erkek grupları, bilgisayar kursları gibi kısa süreli gruplar açmaktadır. Bu hizmetlerden faydalanan kişiler ihtiyaçlarına ve ilgi alanlarına göre ne zaman ve ne kadar sık geleceklerine kendileri karar vermektedir.

Evde Destek Hizmeti (Home-Based Outreach Support)

Evde Destek programlarının hizmetleri de gündüz programlarına benzer psikososyal rehabilitasyon hizmetleri sunmaktadır ancak bu hizmet evde ve özel olarak verilmektedir. PDSS görevlisi psikiatrik özürli kişiye düzenli olarak evinde ziyaret eder. Bu servis kişinin nerede ve kiminle birlikte kaldığına bakılmaksızın herkese açıktır. Görevli memur (key worker) yemek yapma, temizlik yapma, alışveriş ve şahsi temizliğini yapma becerilerini geliştirmeye yardımcı olacaktır. Ayrıca hastanın katıldığı dinlenme ve eğitim faaliyetlerinde ona eşlik edebilirler.

Bazı evde bakım servisleri devlet konutları dairesi ile işbirliği içinde konut ve yardım paketlerini birlikte sunmaktadır (ayrıntılı bilgi için sayfa 30'a bakınız).

Yatılı Rehabilitasyon Merkezi (Residential Rehabilitation)

Yatılı Rehabilitasyon Merkezleri, hasta kişinin kendi kendini idare edebilme becerilerini geliştirmeye yardımcı olarak onun aile evine geri dönmesini veya kendi başına yaşayabilecek hale gelmesini hızlandırmak için geçici destek ve kalacak yer yardımı sağlamaktadır. Yatılı Rehabilitasyon Merkezine kabul edilecek kişilerde gündüz programlarında veya evde yardım (outreach) servislerince verilen yardımların yetersiz kaldığı bir özürlilik seviyesi bulunması koşuluna bakılır. Bazı Yatılı Rehabilitasyon Merkezlerinde gece nöbetçi memur kalmaktadır.

Yatılı Rehabilitasyon Merkezleri aşağıdaki kişilere hizmet verir:

- Kısa veya orta vadeli (12-18 ay) yoğun yardımdan fayda görebilecek olan gençler (16-24 yaş)
- Kendi başlarına yaşayacak hale gelinceye kadar daha uzun vadeli, örneğin iki yıl ile beş yıl arasında, yoğun yardıma ihtiyaç duyan diğer yetişkinler (16-64 yaş).

Toplum Hizmetleri Bakanlığının (Department of Human Services) dokuz bölgesinin her birinde en az bir tane gençler için kısa - orta vadeli yatılı rehabilitasyon merkezi bulunmaktadır. Bazı diğer servisler ise eyalet çapında hasta kabul ettikleri için hastanın bulunduğu bölgede bulunmayabilirler. Belirli bir bölgede yatılı rehabilitasyon merkezi bulunup bulunmadığını öğrenmenin en kolay yolu hasta ile ilgilenen case manager ile görüşmektir.

Diğer Yararlı Hizmet Kuruluşları

Akıl hastalığı olan kişiler ve bakıcıları devlet akıl sağlığı servisleri dışındaki pek çok servis ve yardımlardan faydalanabilmektedir.

Uyuşturucu ve Alkol Servisleri

24 saat açık telefon hattı, uyuşturucu ve alkol bağımlılığı olan kişilere ve aile ve yakınlarına danışmanlık, bilgi ve ilgili servislere havale hizmetleri sunmaktadır.

İrtibat: Telefon 9416 1818 veya taşradan arayanlar için 1800 136 385.

İş bulma Hizmetleri

Aile ve Toplum Hizmetleri Bakanlığı kanalıyla, Federal Hükümet bir dizi iş bulma servisine maddi kaynak sağlamaktadır. Bazı iş bulma kurumları, psikiyatrik özürlü kişilerin iş piyasasında veya özel/yardımlı ortamlarda, bir işe yerleştirilmesi konusunda uzmanlaşmışlardır. Federal Rehabilitasyon Servisi de, ayrıca, özürlü kişilerin iş bulmalarına ve işlerini kaybetmemelerine yardımcı olmaktadır.

İrtibat: Aile ve Toplum Hizmetleri Bakanlığı (Department of Family and Community Services) 8626 1134.

Ev ve Kalacak Yer Hizmetleri

Psikiyatrik özürlü olan kişilerin sürekli kalabilecekleri ve güvenli olan bir konutları olması hem akıl sağlıkları açısından hem de toplum içinde bağımsız bir şekilde yaşayabilmeleri için çok önemlidir. Özel danışman memur (case manager) ve / veya psikiyatrik özürlü destek servisleri görevlisi memur (key worker) psikiyatrik özürlü kişi ile görüşerek konut ihtiyaçlarının neler olduğunu tespit eder ve sonra bu ihtiyaçların karşılanması için yapılması gerekenleri planlar ve uygular.

Akıl hastası olan kişiler için hem özel hem de devlet konutu olarak bir dizi konut seçeneği mevcuttur. Uygun konutun bulunması, tercih edilen semt ve kişinin yardım ihtiyacı gibi faktörlere bağlıdır.

Konut ve Destek

Akıl Sağlığı Şubesi ve Konut Dairesi (Office of Housing) arasında yapılan bir düzenleme ile bir devlet akıl sağlığı servisinde tedavi gören veya yardım alan ve belirli koşullara durumu uyan kişilere devlet konutu tahsisinde öncelik tanınmaktadır.

Devlet konutu tahsisinde öncelik hakkı alabilmek için, kişinin:

- Devlet konutu için istenilen şartlara durumun uyması
- Emniyetli, sürekli ve ucuz konuta ihtiyacı olması
- Bağımsız yaşayabilmesi için desteğe ihtiyacı olması
- Gereken yardımı alıyor olması şartları aranmaktadır.

İlgili devlet akıl sağlığı destek servisleri, uygun durumlarda, konut başvurularının yapılmasına yardımcı olmaktadır.

İrtibat: PDSS HBOS servisi, Yaşlılar için Akıl Sağlığı Ekipleri veya MSTs

Desteğe İhtiyaç Duymayan Kişiler için Devlet Konutu

Durumları devlet konutlarından faydalanma şartlarına uyan ve ucuz konuta ihtiyacı olan ancak çok fazla yardıma ihtiyacı olmayan kişilerde devlet konutu için başvurabilirler. Sık sık evsiz kalan veya uygun olmayan bir konutta kalan kişilere de öncelik tanınmaktadır.

Devlet Konut Dairesi, ayrıca, evsiz olan, evsiz kalma tehlikesi bulunan veya uygun olmayan bir konutta kalan kişiler için kısa ve orta vadeli geçici konutlar temin etmektedir. Geçici konut merkezleri (transitional housing) görevlileri, konut ihtiyacı olan kişiyle işbirliği halinde konut ihtiyacını tespit etmekte ve daha uygun ve uzun dönemli bir konuta yerleştirilmeleri için çalışmaktadır.

Özel danışman memur (case manager) ve / veya psikiatrik özürlü destek servisleri görevlisi memur (PDSS key worker) devlet konutları başvurularında yardımcı olabilir.

İrtibat: White pages telefon rehberinde Department of Human Services (Toplum Hizmetleri Bakanlığı) ('H' harfinde 'Human" başlığı) altında size en yakın Konut Dairesi şubesini bularak başvurunuz.

Konut Bilgileri ve Havale Servisi (Housing Information ve Referral Service - HIR)

HIR servisi, genellikle Geçici Konut Merkezleri (Transitional Housing) içinde bulunmaktadır ve konut konusunda bilgi ve tavsiye sunmaktadır. HIR anlayışlı Emlak Bürolarını tanır ve kiralayabileceğiniz özel konutları bilir.

İrtibat: White pages telefon rehberinde Department of Human Services (Toplum Hizmetleri Bakanlığı) ('H' harfinde 'Human" başlığı) altında size en yakın Konut Dairesi şubesini bularak başvurunuz.

Maddi Yardım

Centrelink çalışamayacak durumda olan veya iş bulamayan kişilere çeşitli maddi yardımlar sağlamaktadır. Bu yardım, bazen, örneğin kişinin hastaneye yatırıldığı durumlarda, kısa bir süre için de verilmektedir. Tam-gün hasta bakan kişilerin bakıcı ödeneği (carer's pension) almaya haklı olabilir.

Baktığınız kişi parasını idare etmekte zorluk çekiyorsa, bir kayyım (administrator) veya vasi (guardian) tayini kararı çıkartılması gerekebilir. Böyle bir durumda o kişinin parasını State Trustees (Yeddiemin) dairesi idare edecektir.

İrtibat: Centrelink, White pages telefon rehberinden bulunabilir. State Trustees, White pages telefon rehberinden bulunabilir.

Dinlenme Programları

PDSS servislerinin çoğu akıl hastalığı olan kişiler için dinlenme programları sunmaktadır. Access All Abilities programı, özürlü kişilerin dinlenme ve boş zaman değerlendirme faaliyetleri seçeneklerini artırmayı amaçlayan bir Sport and Recreation Victoria programıdır. Mevcut spor ve dinlenme faaliyetleri sunan kuruluşlarla irtibat kurarak hizmetlerinin özürülerin de faydalanabileceği şekilde sunulmasını sağlamaya çalışmaktadır.

İrtibat: Semtinizdeki Access All Abilities programı hakkında bilgi almak için belediyenizi arayınız.

Diğer Sağlık ve Toplum Servisleri

Toplum Hizmetleri Bakanlığı (Department of Human Services) Sağlık Servisleri Rehberi (Health Services Directory) pek çok sağlık ve toplum servislerinin irtibat bilgilerini sunmaktadır. Bu bilgi Better Health Channel web sitesinden www.betterhealth.vic.gov.au veya White pages telefon rehberinde Toplum Hizmetleri Bakanlığı (Department of Human Services) bölge müdürlüklerinden öğrenilebilir.

Ek 1. Tanımlar ve Kısaltmalar

Tanımlar

Carer (Bakıcı)

Akıl hastalığı olan bir kişiye bakan kişidir. Bu kişi aile üyesi, arkadaş ve akıl hastası kişinin hayatında önemli bir yeri olan başka bir kişi olabilir. Bakıcının rolü sabit veya sürekli olmayabilir. Zaman içinde hastanın ve bakıcının ihtiyaçlarına göre onun rolü de değişebilir. Bu tanım, ücret karşılığında servislerde hasta bakıcılık yapan kişileri, yatılı bakım merkezleri görevlilerini kapsamamaktadır.

Case Manager (Özel Danışman Memur)

Hasta ile ilgilenir, merkezi irtibat noktasıdır, kişinin ve ailesinin veya bakıcısının mevcut hizmetlerden en iyi şekilde faydalanmasını yardımcı olur.

Key Worker (Görevli Memur)

Psikiatrik Özürlü destek servisinde çalışan ve akıl hastası olan kişinin bireysel program planı hazırlamasına ve belirlediği hedeflere ulaşmasına yardımcı olan bir görevlidir.

Mental Illness (Akıl Hastalığı)

Bir grup hastalığı ifade genel bir terim. Kişinin düşüncelerinde, ruh halinde, algılama kabiliyetinde ve hafızasında ciddi bir rahatsızlık ortaya çıkması ile belirgin bir hastalıktır. Akıl hastalığı iki ana sınıfa ayrılabilir: Psikoza bağlı olanlar ve psikoza bağlı olmayanlar.

Psikoz bağlı olan rahatsızlıklar (psychosis) beyini etkileyerek kişinin düşünce, duygu ve davranışlarında değişikliklere neden olduğu bilinen veya böyle olduğu tahmin edilen bir grup hastalıktan her hangi birisinin neden olduğu bir durumdur. Örnek olarak şizofreni ve zıt kutuplu ruh hali bozukluğu (bipolar mood disorder) gösterilebilir.

Psikoza bağlı olmayan rahatsızlıklar (non-psychosis) ise fobi (aşırı korku), aşırı kaygı, bazı depresyon (bunalım) türleri, beslenme bozuklukları ve obsesif kompulsif (aşırı düşkünlük-tutku) bozukluğu şeklinde görülür.

Psychiatric Disability (Psikiatrik Özur)

Psikiatrik Özur bir akıl hastalığının kişinin günlük işlerini yapma ve şahsi ve sosyal ilişkiler kurup yürütebilme becerisini etkilemesi sonucu ortaya çıkmaktadır.

Kısaltmalar

Kısaltma	Tam Adı
AMHS	Area Mental Health Service (Bölge Akıl Sağlığı Servisi)
APMHS	Aged Persons Mental Health Service (Yaşlılar için Akıl Sağlığı Servisi)
CAMHS	Child and Adolescent Mental Health Service (Çocuklar ve Ergen Gençler için Akıl Sağlığı Servisi)
CATS	Crisis Assessment and Treatment Service (Kriz Değerlendirme ve Tedavi Servisi)
CVic	Carers Victoria kuruluşu
CCSP	Carer Crisis Support Program (Bakıcı Kriz Destek Programı)
CMHS	Community Mental Health Service (Toplum Akıl Sağlığı Servisi)
CCU	Community Care Unit (Toplum Bakım Evi)
DHS	Department of Human Services (Toplum Hizmetleri Bakanlığı)
ECT	Electro Convulsive Therapy (Elektrik Şok Tedavisi)
FaST	Family Sensitive Training (Aile Duyarlı Eğitim)
GP	General Practitioner (Aile Doktoru)
HBOS	Home-Based Outreach Support (Kişiye Evinde Yardım Programı)
HIR	Housing Information and Referral Service (Konut Temini Hakkında Bilgi ve Havale Servisi)
IPP	Individual Program Plan (Bireysel Program Planı)
ISP	Individual Service Plan (Bireysel Servis Planı)
MSTS	Mobile Support and Treatment Service (Seyyar Destek ve Tedavi Servisi)
PDSS	Psychiatric Disability Support Service (Pskiyatrik Özürlü Yardım Servisi)

