

护理服务原则

- 1 使用精神卫生服务的顾客有权针对个人健康的各个方面,包括身体健康问题,获得平等和基于证据的护理和治疗。
- 2 在为精神卫生服务顾客提供治疗的过程中:
 - 必须本着尊重、非评判和顾及文化敏感性的态度,向他们提供有关疾病、身体状况和治疗选择的资讯,以便他们能够作出知情选择;
 - 必须把精神卫生服务顾客视为医护团队的关键合作伙伴;
 - 在尽可能征得他们同意的前提下,要求顾客的家属和照顾人参与介入。
- 3 精神卫生服务部门在制定和提供任何精神健康干预计划的时候必须同时考虑顾客的身体状况。
- 4 与各个提供卫生服务的机构和组织合作,尤其是与普通科医生合作,是向精神卫生服务顾客提供高质量的生理健康护理的关键。
- 5 生理健康护理包括护理对象有机会获得健康资讯、检查检测服务和各种预防性活动。
- 6 在提供生理健康护理过程中考虑顾客的偏好和选择,包括性别、族裔背景、英语程度和年龄。

Linking
physical and mental
health care...
it makes sense

需要了解更多资讯吗?

- ✓ 与您所在地区的精神卫生服务部门商议。
- ✓ 向您的普通科医生咨询。
- ✓ 获取相关您的文化和语言背景的精神卫生资讯或索取本份资料,请联系Transcultural Mental Health Centre (跨文化精神健康中心),电话1800 64 89 11,或访问该部门的www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc 网站。

身体健康和精神健康……两者缺一不可

关心身体健康

健康

精神卫生服务 能够为您做些什么

Chinese



NSW HEALTH

每一个NSW精神卫生服务机构都有责任确保服务使用者得到恰当和充分的身体健康护理。本份资料简单地说明了这些责任的含义以及实施方式。

确保您得到身体健康检查

定期体检非常重要，因为它能够识别存在的身体健康问题，使得治疗得以尽快开始。

精神卫生服务部门有责任保证需要住院治疗的顾客在入院后24小时内得到首次检查，而进入社区精神卫生服务机构的患者在第一个月内接受检查。

精神卫生服务部门或您的普通科医生（GP）可以为您进行体检。首次检查之后，我们建议您每年至少需要体检一次。

排除身体健康问题是导致精神疾病的原因

有时候，生理疾病的症状与精神疾病相似，从而掩盖了健康问题的实质。

通过体检，精神卫生服务部门能确认病因——根源在于生理问题还是精神问题，抑或是两者兼而有之——从而对症下药，为您提供正确恰当的医疗和护理。

在需要时为您联络就近的普通科医生并协助安排约见

可以经常和方便地见到自己的普通科医生非常重要，这能帮助您改善自己的身体健康状况。

您的精神卫生服务部门将会不断加强与您本地普通科医生之间的关系，以便把您转介给一位在精神卫生领域经验丰富或对此关心的普通科医生。

他们也可以与您的普通科医生联系，代为预约就诊时间并根据需要为您安排交通。

考虑精神疾病治疗会对您的身体健康造成的影响

治疗精神疾病的药物可能产生副作用，导致您的身体健康状况恶化。您定期检查自己的身体健康状况，将能帮助精神卫生服务部门尽早识别这些不良的副作用。

根据症状，在必要时把您转介给其他卫生服务机构接受复查或检验

定期接受体检，将能帮助精神卫生服务部门尽早决策您是否需要进一步检验或治疗。在征得您的同意之后，服务部门会与您的普通科医生紧密配合，根据要求确保将您转介至最恰当的卫生服务机构。

确保各项医护计划和康复计划具备针对性，符合您身体健康、精神健康以及持续健康等各方面的要求

身体健康和精神健康两者之间关系紧密。这要求为您制定的任何医护和康复计划都必须同时考虑到您的身体健康和精神健康问题，这非常重要。精神卫生服务部门能确保做到这点。

协助您参加活动，例如瑜伽（Yoga）或普拉多（Pilates），这些都能帮助您改善身体和精神健康

在鼓励使用服务的顾客参与体育活动以增进身体健康的工作中，精神卫生服务部门扮演着重要的角色。体育锻炼不仅是促进和改善您身体和精神健康的关键，而且也能为您的总体身心健康带来积极效应。

向您提供例如饮食或戒烟等能够改善身体健康状况的资料和建议

戒烟、饮食营养和体重控制等健康宣传资料能够帮助你培养关心健康生活的自我意识。

精神卫生服务部门会保证您在需要的时候得到一系列相关健康问题的资料和资讯。

与您合作，跟进提供已获确认的身体健康护理需要并决策最佳治疗方式

您需要积极介入与自己息息相关的健康护理工作，这样才能主导康复效果。在可行和可能的前提下，您应该积极参与并为自己的医护问题作出决策。

精神卫生服务部门将能为您提供支持，确保您得到有关自己健康问题的资讯，同时根据要求帮助您评价不同治疗方案的利弊。

在出院时为您和您的家人提供恰当的指导和资讯，协助您应对和管理可能存在的身体健康问题

精神卫生服务部门需要为住院治疗的顾客制定一份“出院后护理计划”（Discharge Care Plan），用以协助他们离开服务部门之后更好地管理自己的病况。这份计划的内容包括对您的身体健康和精神健康这两个方面有帮助的各项资讯。

所有其他服务机构将会为您提供普通资讯和有关部门的联系资料，协助您管理自己的身体健康问题。

