

Esperienze dei pazienti che usano le misure di esito della cura e il Piano Benessere

“ Mi hanno dato l'occasione di capire di più la mia malattia ”

“ Mi hanno aiutato a controllare le mie emozioni e a prevenire ricadute ”

“ Mi hanno reso più attento alle occasioni a mia disposizione per svolgere un ruolo più attivo nell'erogazione delle cure ”

“ Mi hanno fatto capire che è normale avere una giornata storta e che non mi sentirò sempre così ”

- I pazienti hanno svolto un ruolo notevole nella scelta del K10 come questionario che essi stessi possono usare per valutare i servizi di salute mentale nel NSW.
- I pazienti hanno prestato un contributo essenziale nella formulazione del *Piano Benessere*.
- I pazienti hanno svolto un ruolo cruciale anche nella formulazione dell'APQ6.
- NSW Health continuerà a coinvolgere i pazienti in queste iniziative tramite il NSW CAG.

Dove posso ottenere maggiori informazioni?

Per ogni domanda o problema o se desiderate maggiori informazioni sulle misure di esito della cura e sul *Piano Benessere*, potete parlare con:

- L'operatore sanitario che si occupa della vostra salute mentale
- Consulenti/assistenti al servizio dei pazienti
- Maggiori informazioni sulle misure di esito si trovano sul sito: www.amhocn.org

Contatti locali



Ma, di chi stiamo parlando quando parliamo di percorso di cura e dei suoi esiti?

Autovalutazione del proprio stato mentale da parte del paziente

Che cos'è un percorso di cura?

Il percorso di cura di una malattia richiede fiducia nelle proprie capacità, speranza e partecipazione attiva alle cure.

Cosa sono le misure di "esito della cura"?

- L'introduzione delle cosiddette misure di "esito della cura" (nei questionari definite in inglese 'outcome measures') fa parte di una iniziativa nazionale che tende a misurare i risultati degli interventi assistenziali effettuati nel campo della salute mentale.
- Usando vari strumenti di valutazione, voi e il vostro operatore sanitario potete insieme tracciare una mappa del vostro percorso di cura nell'arco del tempo.
- Le informazioni raccolte possono essere usate per orientare la programmazione delle cure e analizzare il loro andamento.
- Tali informazioni possono essere usate anche dal servizio sanitario-assistenziale cui vi rivolgete per programmare miglioramenti nella qualità delle prestazioni offerte
- Alcune delle misure di esito della cura verranno inserite dagli operatori sanitari stessi ma ai pazienti verrà data la possibilità di esprimere il proprio punto di vista tramite autovalutazione. Nel NSW, le misure di esito della cura vengono elaborate tramite due questionari il *Kessler 10 (K10)* e l' *Activity & Participation Questionnaire (APQ6)*.

Quali vantaggi ci saranno per voi?

- I dati raccolti tramite le misure di esito della cura aiuteranno il servizio a fornirvi un'assistenza più efficace.
- I dati raccolti con le misure di esito della cura agevoleranno la vostra partecipazione alle cure e alla vostra ripresa.

Cosa potete aspettarvi?

- L'operatore sanitario che si occupa della vostra salute mentale potrebbe chiedervi di compilare il K10 durante la valutazione psicodiagnostica. Il questionario contiene 10 domande che puntano ad analizzare sentimenti da voi provati recentemente.
- Potrebbe anche venirci proposto di compilare il questionario APQ6 che contiene domande sulla vostra recente partecipazione ad attività sociali di vario tipo, e il vostro coinvolgimento nel vostro lavoro e/o nei vostri studi.
- Potete compilare tali questionari da soli oppure, in caso di necessità, con l'aiuto del vostro operatore sanitario o di altro personale.
- Il vostro operatore sanitario potrebbe discutere con voi le risposte da voi fornite per meglio pianificare l'assistenza da fornirvi.
- Durante il percorso di cura potrebbe venirci chiesto di ricompilare il K10 e/o l'APQ6 per verificare i vostri progressi.
- Se avete difficoltà nel leggere, il vostro medico può aiutarvi a compilare i questionari.
- Se avete difficoltà nel leggere in inglese, il K10 è disponibile anche in altre lingue.
- Se avete difficoltà a comunicare in inglese potrà venirci offerta l'assistenza di un interprete per aiutarvi a compilare i questionari. In tal caso dovrete far sapere al medico qual è la lingua in cui preferite comunicare.
- La partecipazione a questi questionari è del tutto volontaria e potete rifiutarvi di compilarli.

Cos'è il Piano Benessere?

Assieme alle misure di esito della cura, il *Consumer Wellness Plan* (Piano Benessere) è uno strumento che vi consente di partecipare attivamente alle vostre cure.

Il *Piano Benessere* è stato elaborato da pazienti dei servizi di igiene Mentale nel NSW. Il vostro operatore sanitario potrebbe offrirvi l'opportunità di formulare tale piano come parte delle prestazioni fornite. Tutti i pazienti sono incoraggiati a formularlo in collaborazione con il proprio operatore sanitario e/o chi tra familiari e amici ha ufficialmente compiti di cura (il 'carer', per intenderci). Obiettivo del Piano è agevolare la vostra partecipazione alle vostre cure soprattutto in termini di gestione dei sintomi, prevenzione di ricadute e pianificazione di interventi in situazioni di crisi. Il Piano Benessere serve da ausilio per la ripresa e da sollecitazione e promemoria in merito alle misure da adottare per assistere la ripresa.

- Il Piano vi dà l'occasione di contribuire alle vostre stesse cure.
- È un'occasione per far sapere al servizio che si occupa di voi quali sono gli interventi che hanno prodotto i risultati migliori.
- Inoltre, il Piano contribuisce ad individuare opportunità di lavorare insieme con il servizio.
- Il Piano vi aiuta ad individuare ciò che è importante per le vostre cure e per la vostra ripresa.
- Il vostro Piano potrebbe anche essere rivisto durante l'erogazione delle cure per far sì che sia sempre aggiornato.