

## Principi ispiratori delle prestazioni assistenziali

- 1 Gli utenti che si avvalgono dei servizi di igiene mentale hanno diritto a prestazioni assistenziali e terapeutiche comprovate e di qualità per tutti gli aspetti della loro salute, compresa la salute fisica.
- 2 Tali prestazioni assistenziali e terapeutiche per gli utenti che si avvalgono dei servizi di igiene mentale:
  - Vengono erogate con il dovuto rispetto, senza pregiudizi e in modo culturalmente sensibile e sono accompagnate da informazioni sulla malattia, sulle condizioni fisiche e sulle opzioni terapeutiche per consentire agli utenti di prendere decisioni con cognizione di causa;
  - Riconoscono il ruolo dell'utente come partner essenziale del team assistenziale;
  - Coinvolgono i familiari e gli accompagnatori dell'utente, e ove possibile, previo il consenso di questi ultimi.
- 3 La salute fisica degli utenti affetti da disturbi mentali viene presa in considerazione dai servizi di igiene mentale nella pianificazione e nell'erogazione di qualsiasi intervento nel campo dell'igiene mentale.
- 4 La collaborazione con altri operatori sanitari, soprattutto con i medici di base, è di fondamentale importanza per l'erogazione di assistenza di qualità nel campo della salute fisica per gli utenti affetti da disturbi a carico della salute mentale.
- 5 L'assistenza sanitaria per disturbi fisici include la possibilità di avvalersi di attività sanitarie promozionali, di screening e di prevenzione.
- 6 L'erogazione di prestazioni assistenziali nel campo della salute fisica tiene conto di istanze quali preferenze personali, sesso, origini etniche, capacità di comunicare in inglese ed età dell'utente.

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

## Vi servono maggiori informazioni?

- ✓ Interpellate il più vicino servizio di igiene mentale
- ✓ Consultate il medico di fiducia
- ✓ Per informazioni in materia di igiene mentale culturalmente e linguisticamente idonee o per ordinare una copia della presente scheda informativa, contattate il Transcultural Mental Health Centre (centro transculturale di igiene mentale) telefonando al numero 1800 64 89 11 o consultando il sito [www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc](http://www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc)

Esaminare il legame tra salute fisica e salute mentale... un'idea dettata dal buon senso

# Assistenza nel campo della salute fisica

## Cosa attendervi dal Servizio di igiene mentale

Italian



Tutti i servizi di igiene mentale nel NSW sono tenuti a far sì che tutte le persone che usano le proprie prestazioni ricevano assistenza adeguata per quanto riguarda la loro salute fisica. Il presente opuscolo offre una panoramica degli obblighi di tali servizi e del modo in cui verranno soddisfatti.

### **Sottoporvi ad un esame della salute fisica**

Un esame per accertare la vostra salute fisica a scadenza regolare è molto importante per individuare eventuali disturbi di natura fisica e per iniziare le terapie quanto prima.

I servizi di igiene mentale hanno l'obbligo di far sì che gli utenti siano sottoposti ad un esame medico iniziale nel giro di 24 ore dal ricovero in reparto oppure nel giro di un mese dall'accettazione presso un servizio sociosanitario.

Tale esame medico può essere condotto dal servizio di igiene mentale oppure da un medico di base (GP, in inglese). Dopo tale visita iniziale, un esame è richiesto almeno una volta l'anno.

### **Escludere cause fisiche per la vostra malattia o disturbo mentale**

Talvolta i sintomi di una malattia fisica possono sembrare uguali ai sintomi di una malattia mentale, oppure possono mascherarli.

Un esame della salute fisica aiuterà il servizio di igiene mentale a sincerarsi che riceviate la giusta assistenza e le corrette terapie per la vostra malattia – a prescindere dal fatto che le cause siano di natura fisica o mentale o di origine mista.

### **Mettersi in contatto con un medico di base, se necessario, e aiutarvi a fissare gli appuntamenti**

Il poter disporre di un medico di fiducia a cui potete rivolgervi tempestivamente è importante per la vostra salute fisica.

I servizi di igiene mentale che si occupano di voi si adopereranno per creare o rafforzare il proprio rapporto con medici di base della zona in modo da mettervi in contatto con un medico che abbia esperienza o interesse nel campo dell'igiene mentale.

Inoltre, tali servizi si offriranno di chiamare il medico per fissarvi un appuntamento e, se necessario, organizzare un mezzo di trasporto.

### **Esaminare come le terapie per la malattia mentale incideranno sulla vostra salute fisica**

I farmaci per la malattia mentale potrebbero avere effetti collaterali a scapito della vostra salute fisica. Tenendo sotto costante controllo la vostra salute fisica, aiuterete il servizio di igiene mentale che si occupa di voi ad individuare tempestivamente eventuali effetti collaterali.

### **Mettersi in contatto con altri operatori sanitari per visite di controllo o analisi quando i vostri sintomi lo rendono necessario**

Sottoponendovi ad esami fisici a scadenza regolare, aiuterete il servizio di igiene mentale a determinare di quali ulteriori analisi o terapie potreste avere bisogno. Il servizio si adopererà a fianco del vostro medico, previo il vostro consenso, perché siate segnalati agli operatori sanitari più indicati.

### **Sincerarsi che i vostri piani assistenziali e i programmi di riabilitazione e convalescenza tengano conto dei vostri bisogni in materia di salute mentale e fisica, nonché di eventuali disturbi cronici**

La salute fisica e quella mentale sono strettamente correlate, e pertanto è importante che tutti i piani di terapie e convalescenza tengano conto dei vostri bisogni sanitari sia fisici che mentali. A questo provvederanno appunto i servizi di igiene mentale.

### **Aiutarvi a svolgere attività fisica, ad esempio yoga o Pilates, per contribuire alla vostra salute fisica e benessere generale**

I servizi di igiene mentale hanno un ruolo importante da svolgere nell'incoraggiare gli utenti a partecipare ad attività fisica che migliorerà la loro salute fisica.

L'attività fisica è una componente chiave per migliorare la vostra salute mentale e fisica e per contribuire al vostro benessere generale.

### **Darvi informazioni e consigli su come migliorare la vostra salute fisica, ad esempio consigli in materia di dieta o su come smettere di fumare**

Le informazioni promozionali su argomenti quali lo smettere di fumare, il regime alimentare, l'alimentazione e il controllo del peso corporeo possono contribuire ad educarvi su come prendervi cura della vostra salute fisica.

Il servizio di igiene mentale che si occupa di voi si adopererà per mettere a vostra disposizione tutta una serie di informazioni su argomenti di natura sanitaria quando ne avete bisogno.

### **Operare a vostro fianco per tenere sotto controllo i bisogni accertati in materia di salute fisica e determinare le terapie più idonee**

Dovete partecipare attivamente alla cura della vostra salute fisica – in modo da potere influire sui vostri esiti sanitari, partecipare alle terapie e, nel limite del possibile, prendere decisioni in merito alle stesse.

Il servizio di igiene mentale che si occupa di voi vi aiuterà ad ottenere consigli in merito ai vostri disturbi sanitari e a valutare, se del caso, gli effetti benefici delle diverse opzioni terapeutiche.

### **Fornire a voi e ai vostri familiari, ove opportuno, informazioni quando venite dimessi in modo da aiutarvi a tenere sotto controllo eventuali disturbi o apprensioni in merito alla vostra salute fisica**

I servizi ospedalieri di igiene mentale sono tenuti a formulare un piano per le cure da prestare dopo la dimissione (Discharge Care Plan) per aiutare gli utenti a gestire le proprie cure quando tornano a casa. Il piano comprenderà informazioni atte ad aiutarvi a far fronte ai vostri disturbi sanitari di natura sia fisica che mentale.

Tutti gli altri servizi vi forniranno informazioni di carattere generale e vi indicheranno soggetti da contattare che vi aiuteranno ad accudire ai vostri bisogni in materia di salute fisica.

