

Abbinare la cura della salute fisica alla cura della salute mentale... un'idea dettata dal buon senso

PER LE PERSONE CHE USANO I SERVIZI DI IGIENE MENTALE



Salute fisica e salute mentale sono correlate, pertanto abbinare la cura della salute fisica alla cura della salute mentale è un'idea dettata dal buon senso.

Cosa c'entra la salute fisica con la salute mentale?

Esiste una notevole mole di ricerche che indicano che salute fisica e salute mentale sono strettamente correlate. Se vi sentite bene fisicamente, spesso vi sentite meglio mentalmente, e talvolta i sintomi di una malattia fisica possono suggerire una malattia mentale anche se questa non esiste.

Ne consegue che è importante che le persone affette da una malattia o da un disturbo mentale ricevano assistenza di qualità nel campo sia della salute fisica sia della salute mentale. Se siete un 'consumatore' ossia un utente dei servizi di igiene mentale, è logico che i servizi di igiene mentale considerino la vostra salute sia fisica che mentale quando vi prestano le loro cure.

Abbinare in questo modo la cura della salute fisica alla cura della salute mentale avrà dei benefici concreti per gli utenti, tra cui la possibilità di:

- Individuare e trattare tempestivamente disturbi sanitari di natura fisica con la conseguenza che gli utenti si rimetteranno prima
- Riconoscere più facilmente gli effetti collaterali dei farmaci a carico degli utenti, in modo da poter agire subito per ridurne l'impatto
- Migliorare la salute e il benessere generale degli utenti con la probabilità di migliorare complessivamente la loro qualità della vita
- Ridurre il numero di utenti affetti da una malattia fisica cui sia stata erroneamente diagnosticata una malattia mentale.

Quale assistenza nel campo della salute fisica posso aspettarmi di ricevere dal mio servizio di igiene mentale?

Le persone affette da una malattia mentale hanno il diritto di aspettarsi assistenza sanitaria che sia conforme all'assistenza prestata alla popolazione generale.

I servizi di igiene mentale hanno l'importante dovere di fare in modo che gli utenti delle proprie prestazioni possano avvalersi di tale assistenza sanitaria, adottando le seguenti misure:

- Aiutando gli utenti a ricevere un esame della loro salute fisica
- Escludendo eventuali cause di origine fisica del disturbo o della malattia mentale
- Considerando attentamente il modo in cui eventuali terapie che l'utente riceve per la malattia mentale incideranno sulla sua salute fisica
- Mettendo gli utenti in contatto con un medico di base (GP, in inglese) o con altri operatori sanitari per visite di controllo e analisi
- Accertandosi che i piani assistenziali per gli utenti abbiano per oggetto i bisogni e disturbi cronici nel campo della salute mentale oltre a quelli nel campo della salute fisica
- Aiutando gli utenti a partecipare ad attività e fornendo loro informazioni utili per migliorare la loro salute fisica e benessere generale.

Gli Area Mental Health Services, ossia i servizi di igiene mentale di zona nel NSW, hanno il dovere di fare in modo che gli utenti che si avvalgono delle loro prestazioni abbiano accesso a cure nel campo sia della salute fisica sia della salute mentale.

Cosa posso fare per migliorare la mia salute fisica?

In veste di utenti, dovete partecipare in modo attivo alle cure della vostra salute fisica. A tal fine potete:

- Scegliervi un medico di fiducia
- Sottoporvi ad esami della salute fisica a scadenza regolare
- Chiedere al servizio di igiene mentale di aiutarvi a fissare appuntamenti medici e a recarvi agli stessi
- Dare il vostro consenso perché il servizio di igiene mentale contatti il vostro medico di fiducia o altri operatori sanitari in modo che possano collaborare assieme ai fini del trattamento dei vostri disturbi fisici
- Fare domande sulla diagnosi relativa alla vostra salute fisica per essere sicuri di comprendere sia il disturbo che la terapia
- Scambiare informazioni sulla vostra salute fisica con i vostri familiari o accompagnatori in modo che essi possano offrirvi supporto pratico ed emotivo
- Leggere informazioni in materia di salute e dieta e apportare cambiamenti al vostro regime alimentare e di attività fisica
- Partecipare a programmi o attività di stile di vita sano che vi aiuteranno ad effettuare scelte migliori, ad esempio smettere di fumare.



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

Ulteriori informazioni in merito ai doveri dei servizi in materia di assistenza nel campo della salute fisica sono contenute nell'opuscolo *Physical Health Care – What to Expect from Your Mental Health Service (assistenza nel campo della salute fisica – cosa aspettarsi dal proprio servizio di igiene mentale)* del NSW Health.

La direttiva programmatica PD2009_027 *Physical Health Care within Mental Health Services (assistenza nel campo della salute fisica in seno ai servizi di igiene mentale)* del NSW Health (ministero della salute del NSW) enuncia un chiaro orientamento in merito alle azioni che i servizi di igiene mentale devono intraprendere in modo che gli utenti ricevano adeguata assistenza nel campo della salute fisica. Informazioni e consigli per aiutare i servizi di igiene mentale a soddisfare i propri obblighi sono contenuti nel documento programmatico intitolato *Physical Health Care for Mental Health Consumers (assistenza nel campo della salute fisica per utenti dei servizi di igiene mentale)* del NSW Health.

Quale ruolo ricopre il mio medico di fiducia?

I medici di base hanno un ruolo di vitale importanza da svolgere nell'aiutare voi, in veste di utenti, a migliorare la vostra salute fisica, e sono considerati una componente essenziale del vostro team assistenziale.

Poiché il medico di base è spesso la prima persona cui si rivolge una persona affetta da un disturbo o malattia mentale, tale medico avrà la possibilità di individuare e trattare tempestivamente i disturbi nel campo della salute fisica del paziente. Inoltre, i medici di base possono fornire informazioni e consigli a voi e, previo il vostro consenso, a familiari ed accompagnatori, in merito alla vostra salute fisica e ai passi che potreste intraprendere per migliorare la vostra salute.

Se avete un medico di fiducia, dovrete fornire i dati per contattare tale medico al servizio di igiene mentale in modo che i due soggetti possano collaborare per trattare i disturbi sanitari dell'utente. Si richiederà il vostro consenso prima di procedere ad eventuali contatti con il vostro medico di fiducia o altri operatori sanitari, quali

il vostro dentista o altro specialista. I servizi di igiene mentale esamineranno modi per conoscere i medici di base nella propria zona in modo da poter collaborare per curare la salute fisica degli utenti di cui si occupano.

Se non avete un medico di fiducia, potreste parlare con il vostro servizio di igiene mentale in modo che questo possa segnalarvi ad un medico di base che ha esperienza e interesse nel campo dell'igiene mentale. Ciò potrebbe rendervi più facile discutere della vostra salute fisica con tali soggetti.

Quali informazioni verranno scambiate tra il mio medico di fiducia e il servizio di igiene mentale che si occupa di me?

Perché i vostri bisogni nel campo della salute fisica possano essere soddisfatti a dovere, è importante che il servizio di igiene mentale che si occupa di voi sia a conoscenza di eventuali disturbi fisici da cui siete affetti. Senza tali informazioni, il servizio potrebbe avere difficoltà a offrirvi la migliore assistenza e migliori terapie possibile. È anche importante che il vostro medico di fiducia, se ne avete uno, venga tenuto aggiornato sullo stato della vostra salute mentale. Ciò lo aiuterà a formulare la giusta diagnosi di eventuali malattie fisiche e a prescrivere farmaci che non interferiscano con eventuali farmaci che potreste prendere già per la vostra malattia mentale.

Tuttavia, i medici di base e i servizi di igiene mentale sono tenuti a rispettare obblighi in materia di riservatezza, e ne consegue che le vostre cartelle cliniche e i vostri dati personali sono protetti. I servizi di igiene mentale hanno il particolare obbligo di garantire tale protezione ai sensi della *Mental Health Act 2007 (legge di disciplina in materia di igiene mentale)* e della *Health Records and Information Privacy Act 2002 (legge di disciplina in materia di privacy della documentazione e dei dati di carattere medico)*.

Benché le disposizioni delle predette leggi consentano lo scambio di informazioni riguardanti l'ulteriore trattamento di un utente, sarà data massima priorità al rispetto della riservatezza dei dati personali acquisiti dagli erogatori di servizi, quali il vostro medico di fiducia e il servizio di igiene mentale, nel corso della prestazione delle terapie.

Inoltre, ove necessario, verrà richiesto il vostro consenso per poter procedere allo scambio di informazioni in merito alla vostra salute.