



Партнерства во грижа

Да се грижиме заедно

Пакет на информации за лица кои посетуваат или волонтираат во домовите за нега на стари лица



Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission

Engage
Empower
Safeguard



Содржина

Како да бидете вие и постарото лице кое го посетувате безбедни	3
Хигиена на рацете	6
Носење на маска	9
Совети за носење на опрема за лична заштита (PPE)	13
Намалување на ширењето на инфекција за време на епидемија	14
Листа за проверка: Посета на дом за стари лица за време на епидемија	17
Што е програмата Партнерства во грижа?	21
Декларација	23



Како да бидете вие и постарото лице кое го посетувате безбедни

Комисијата за квалитет и безбедност на грижата за стари лица (Aged Care Quality and Safety Commission) разви ресурси за да им помогне на семејството и блиските пријатели да ги одржат социјалните врски и други важни врски околу грижата со лицата кои живеат во домовите за стари лица, дури и за време на епидемии. Овој пакет на информации ќе ви помогне да дознаете како најдобро да го спречите ширењето на бактерии.

Кои информации се вклучени во овој пакет?

Овој пакет содржи информации за:

- како да бидете вие и постарото лице кое го посетувате безбедни
- хигиена на рацете
- носење на маска
- намалување на ширењето на бактерии за време на епидемија
- посета на дом за нега на стари лица за време на епидемија.

Комисијата исто така има подготвено модули за учење достапни на Интернет, кои ги покриваат клучните информации во оваа работна книга. Можете да пристапите до модулите на веб-страницата на Комисијата.

Зошто е важна превенцијата и контролата на инфекцијата?

Постарите лица се едни од најранливите лица во нашата заедница, особено кога се работи за влијанието кои го имаат инфекциите и заразните болести. Ако посетувате некого во дом за стари лица, вие имате одговорност да следите добри практики за превенција и контрола на инфекции.

Кога посетувате дом за стари лица, има некои чекори кои треба да ги преземате постојано. Понекогаш, може да се

чувствувате добро а сепак да сте заразни без да знаете. Секој чекор што ќе го преземете прави голема разлика и помага да се спречат заразни болести, како гастро, грип и Ковид од ширење, за да бидат сите, вклучувајќи ве и вас, безбедни.

Запомнете:

- Секој има улога во превенцијата и контролата на инфекциите.
- Важно е да се следат сите упатства и барања дадени од домот за стари лица. Зборувајте со домот за стари лица за повеќе информации околу нивните барања.
- Чекорите кои треба да ги преземете за време на епидемија ќе бидат различни затоа што мора да се преземат дополнителни мерки на претпазливост. Ако во домот за стари лица има епидемија, погледнете ја [контролната листа при појава на епидемија](#) за повеќе информации.
- Секој жител има за право да оддржува социјални врски, вклучувајќи најмалку еден посетител, за време на епидемија. Информативниот лист на комисијата [Обезбедување на безбеден пристап на посетителите на старскиот дом](#) содржи повеќе информации за различните видови на посетители на домот за стари лица и обврските на давателите на нега за стари лица да обезбедат безбеден пристап на посетителите.



Чекори за да бидете безбедни...

Пред да посетите дом за стари лица

- Останете дома ако не се чувствувате добро.
- Бидете свесни за било какви предупредувања за јавно здравје што можат да влијаат на вашата посета
- Информирајте се за аранжманите за посета на домот за стари лица
- Бидете информирани за барањата за вакцинација за посета (на пример Ковид и грип) и ажурирајте го вашето досие за вакцинација.

Во текот на посетата



Исчистете ги рацете

Зошто? Бактериите можат да се шират преку контакт. Тоа е кога заразна личност допре лице или предмет, и друго лице ја допре истата површина. Можеби не знаете дека сте собрале бактерии на вашите раце.



Кашлајте или кивајте во вашето лакто или во марамче

Зошто? Вирусите можат да се шират кога заразна личност кашла или кива и капки или аеросоли се шират низ воздухот. Ако кашламе во нашите раце овие вируси лесно се пренесуваат на следното нешто што ќе го допреме. Запомнете секогаш да ги исчистите рацете откако ќе искористите марамче.



Во текот на посетата



Следете ги инструкциите

Зошто? Читањето на писмени известувања и следењето на упатствата на персоналот ќе ви обезбедат информации конкретно за домот што го посетувате.



Носете маска

Зошто? Носењето на маска и друга опрема за лична заштита (PPE), помага да се намали ризикот вие или некој друг да вдишете или да раширите заразни честички при зборување, кашлање или кивање.



Држете растојание (1.5 метри) кога можете, особено кога лицата се болни

Зошто? Лицата кои се во близок контакт се под голем ризик од вдишување на инфицирани капки или аеросоли од заразна личност. Треба да држете растојание од 1.5 метри во заеднички простории, но со лицето за кое се грижите или на кое му правите друштво, нема потреба да држете социјално растојание.



Отворете прозорец

Зошто? Отворањето на прозорец, кога е можно, служи како природна вентилација за било какви заразни честички во воздухот. Проверете со персоналот пред да отворите прозорец.

После вашата посета



Јавете му се на менаџерот на домот за стари лица доколку:

- не се чувствувате добро затоа што можеби сте биле заразни во текот на вашата посета
- имате било какви прашања или нешто ве загрижува.



Хигиена на рацете

Хигиената на рацете се однесува на чистење на рацете. Таа е важен дел за тоа како да бидете безбедни и да помогнете да се заштитите себе си и другите од разболување. Треба да ги чистиме рацете кога одиме во дом за стари лица за да спречиме ширење на бактерии.

Постојат два начини како да ги чистиме рацете:

- средство за дезинфекција
- миене на раце.

Кога да ги чистам рацете со средство за дезинфекција?

Треба да ги чистите рацете со средство за дезинфекција:

- кога влегувате или излегувате од старски дом
- пред да влезете во собата на жителот
- откако сте го допреле звончето на влезната врата, рачките на вратите или шините на скалите и други често допирани површини или предмети
- откако ќе излезете од собата на жителот.



За да го видите видеото како да ги чистите рацете со средство за дезинфекција, скенирајте го QR кодот лево или внесете го следниот линк во вашиот прелистувач:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-sanitiser-video-partners-care>

Кога треба да си ги измијам рацете?

Треба да ги измиете рацете со сапун и вода:

- Ако сте допреле нешто што изгледало нечисто
- Ако рацете ви се видливо нечисти
- откако сте биле во тоалет.

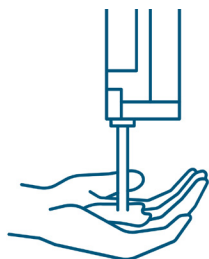


За да го видите видеото кога да си ги измиете рацете со сапун и вода, скенирајте го QR кодот лево или внесете го следниот линк во вашиот прелистувач:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-soap-video-partners-care>



Како да ги чистам рацете со средство за дезинфекција?



1. Нанесете средство за дезинфекција

- Испумпајте средство за дезинфекција еднаш или два пати на вашите раце.
- Проверете дали има доволно средство за дезинфекција за да ги покрие вашите раце.



2. Тријте ги рацете една со друга

- Спојте ги дланките на рацете.
- Втријте го средството за дезинфекција во дланките.



3. Тријте го задниот дел од рацете

- Ставете ја дланката од едната рака врз задниот дел на другата рака.
- Вкрстете ги прстите заедно и тријте ги горе-долу.
- Направете го истото со другата страна.



4. Преплетете ги прстите

- Ставете ги рацете дланка на дланка.
- Вкрстете ги прстите заедно и тријте ги горе-долу.



5. Тријте го задниот дел од прстите

- Свиткајте ги прстите од едната рака и тријте ги во другата дланка со кружни движења
- Направете го истото со другата страна.



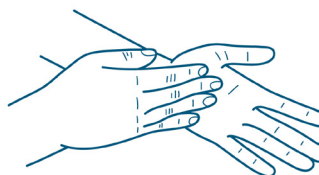
6. Тријте го секој палец

- Тријте го палецот со дланката на другата рака горе-долу.
- Направете го истото со другата страна.



7. Тријте ги дланките со врвовите на прстите.

- Втријте ги врвовите на прстите од едната рака во дланката на другата рака со кружни движења.
- Направете го истото со другата страна.



8. Втријте средство за дезинфекција во зглобовите на секоја рака

9. Почекајте да се исуши средството за дезинфекција.

- Не користете крпа за да ги исушите рацете.





Како да ги исчистам рацете со сапун и вода?



1. Наводенете ги рацете

- Пуштете ја чешмата и наводенете ги рацете.
- Чешмата нека тече додека не ги комплетира сите чекори, но не ги плакнете рацете се до крајот.



2. Ставете сапун

- Тријте ги дланките една со друга.
- Осигурајте се дека користите доволно сапун.
- Треба да добиете пена додека ги триете рацете една со друга.



3. Тријте го задниот дел од рацете

- Ставете ја дланката од едната рака врз другата дланка.
- Вкрстете ги прстите заедно и тријте ги горе-долу.
- Направете го истото со другата страна.



4. Преплетете ги прстите

- Спојте ги дланките една со друга.
- Вкрстете ги прстите заедно и тријте ги горе-долу.



5. Тријте го задниот дел од прстите

- Свиткајте ги прстите на едната рака и тријте со другата дланка во кружни движења.
- Направете го истото со другата страна.



6. Тријте го секој палец

- Тријте го палецот со дланката на другата рака горе-долу.
- Направете го истото со другата страна.



7. Тријте ги дланките со врвовите на прстите

- Втријте ги врвовите на прстите од едната рака во дланката на другата рака со кружни движења.
- Направете го истото со другата страна.



8. Исплакнете ги рацете

- Ставете ги рацете под вода и исплакнете го сапунот.
- Користете го лактото за да ја затворите чешмата, кога е можно. НЕ ГИ КОРИСТЕТЕ РАЦЕТЕ.



9. Исушете ги рацете

- Користете чиста хартија за да ги исушите рацете.
- Не користете крпи.

Кога ќе завршите со чистење на рацете, не го допирајте лабавото, чешмата или кантата за губре, затоа што ќе треба да ги исчистите рацете повторно.



Носење на маска

Зошто треба да носам маска?

Носењето на маска е важен дел за тоа како да се заштитите од разболување. Исто така, го заштитува лицето кое го посетувате или за кое се грижите. Во заедницата, можеби сте носеле платнена или хируршка маска. Некои други маски се познати како респиратори.

Треба да носите соодветна маска во дом за стари лица за да го спречите ширењето на бактерии вклучувајќи вируси кои предизвикуваат настинки, грип и Ковид. Луѓето можат да шират бактерии иако немаат симптоми.

Која маска треба да ја носам?

За да се заштитите самите и другите околу вас, треба да носите хируршка маска или посебен филтер респиратор (исто така познат како PFR, P2 или N95 маска). Платнените маски не се толку ефективни и не се соодветни за користење во дом за стари лица.

Вашата маска треба да биде добро наместена и да ги покрива и носот и устата.

Се препорачува да сте убаво избричени (или забричени) затоа што е докажано дека брадата спречува да се постигне соодветен затвор над носот и устата од маската. Несоодветен затвор на маската може да ги стави лицата под зголемен ризик од ширење на бактерии.





Колку често треба да ја менувам маската?

Хируршките, P2 и N95 маски НЕ МОЖЕ повторно да се употребат. Мора да носите нова маска секој пат кога посетувате дом за стари лица. Вашата маска ќе трае 4 часа, освен ако не се натопа или оштети. Ако вашата маска се натопа или оштети, мора веднаш да ја замените.

Ако ја отстраните маската, мора истата да биде фрлена во канта за отпадоци, и ќе треба да ставите нова маска. Во случај на епидемија, користените маски треба да бидат ставени во специјална канта за отпадоци. Персоналот ќе ви помогне со тоа.

Запомнете да ги дезинфицирате рацете веднаш откако ќе ја фрлите вашата маска.

Како да ја ставам хируршката маска?



Чекор 1. Искристете ги рацете со средство за дезинфекција.



Чекор 2. Држете ја маската за врвците или ластиците, а потоа врзете ја околу главата или ставете ги ластиците околу ушите.



Чекор 3. Осигурајте се дека маската ви ги покрива устата и носот, и дека нема простор помеѓу вашето лице и маската, и притиснете го делот за носот околу вашиот нос.



Чекор 4. Не го допирајте предниот дел од маската додека ја носите.



Како да ја ставам P2 или N95 маската?



Чекор 1. Исчистете ги рацете со средство за дезинфекција.



Чекор 2. Отворете ја маската со задната страна нагоре. Отворети ги панелите и ослободете ги ластичите. Има метална лента на врвот на маската. Ова е делот за носот. Свиткајте го малку во форма на клун.



Чекор 3. Држете ја маската однадвор во форма на шолја со ластичите околу вашите прсти.



Чекор 4. Наместете ја маската на лицето под брадата и со делот за носот преку мостот на вашиот нос.



Чекор 5. Со едната страна на надворешниот дел на маската, повлечете го долниот ластик над вашата глава. Наместете го ластикот околу задниот дел на вратот и под ушите.



Чекор 6. Повлечето го горниот ластик над вашата глава и наместете го да стои на врвот од главата.



Чекор 7. Прилагодете ги ластичите. Ластичите не смеат да бидат извиткани.



Чекор 8. Прилагодете ја маската околу образите и брадата.



Чекор 9. Секогаш користете ги двете раце за да го наместите и да го обликувате клипот за носот во форма на вашиот нос со тоа што ќе го турнете металниот клип навнатре накај вашето лице.



Чекор 10. Притиснете со прстите на металот од двете страни на носот.



Чекор 11. Осигурајте се дека влакната од лицето, косата и обетките не се во маската.



Чекор 12. Притиснете на лицето, образите и носот.



За да го гледате видеото како да ставите P2 или N95 маска и да ја наместите добро, скенирајте го QR кодот лево или внесете го следниот линк во вашиот прелистувач: <http://www.agedcarequality.gov.au/resources/wearing-mask-video-partners-care>

Како да проверам дали P2 или N95 маската ми е добро наместена?



Чекор 1. Нежно ставете ги рацете околу рабовите на маската.



Чекор 2. Вдишете длабоко и држете го здивот неколку секунди за да се осигурате дека маската се залепува на вашето лице навнатре.



Чекор 3. Издишете, осигурајте се дека маската се дуе нанадвор и осетете дали излегува воздух од некаде.

Важно е маската да ви е наместена правилно, за да спречи да влегуваат вируси кога дишете. За да проверите дали маската ви е добро наместена:

- Нежно ставете ги рацете на надворешниот дел на рабовите од маската за да ги направите следните два чекори да видите дали излегува воздух од страните или од горниот дел на маската.
 - **Чекор 1:** вдишете длабоко, треба да видите како маската се залепува за вашето лице
 - **Чекор 2:** издишете, сега треба да видите како маската се дуе нанадвор
- Доколку воздух излегува од страните на маската. Пренаместете ја маската, затегнете ја лентата за носот и пренаместете ги ластиците
- Ако излегува воздух околу носот. Пренаместете ја лентата за носот се додека не е цврсто залепена.

Доколку не можете да ја прилагодите маската, побарајте помош од некој од домот за стари лица. Ова може да вклучи проверка на ластиците и дали има нешто (како на пример, обетка или коса) кои се фатени на рабовите од маската.

Доколку треба да ја прилагодите маската кога проверувате дали добро ви е наместена, проверете уште еднаш дали добро е наместена откако сте ја прилагодили. Доколку се уште не можете да ја наместите добро, пробајте друг вид на маска. Нашите лица се сите со различна форма и некои маски стојат подобро од други.



Совети за носење на PPE

- Маските можат да бидат стегнати и некомфортни. Побарајте од персоналот да проверат дали маската ви е наместена правилно. Ластиците не треба да бидат згужвани или превиткани. Краевите на маската не треба да бидат згужвани, завиткани или превиткани на вашата кожа.
- Нанесете крем за лице пред и после посета со маска.
- Врзете ја или потфатете ја косата со игли назад пред да ставите PPE. Не посегнувајте под штитот за лице со нараквици за да ја тргнете косата од пред очите.
- За да се постигне добар контакт со маската треба да бидете избричени или забричени.
- Размислете кои работи ќе ви требаат пред да ставите PPE. Не посегнувајте под PPE во џебови, торби или соблекувајте слоеви на облека додека носите PPE, затоа што тоа води кон контаминација.





Намалување на ширењето на зараза за време на епидемија

Постојат ризици од зараза било кога и да посетите дом за стари лица, но постојат додатни ризици кога посетувате за време на епидемија или кога лицето за кое се грижите има инфекција. Кога посетувате дом за стари лица за време на епидемија од заразни болести како гастро или Ковид, постојат додатни чекори кои треба да ги преземете за да се запре заразата од ширење, да се контролираат ризиците за сите да бидат безбедни.

Доколку сакате да продолжите да посетувате некого за време на епидемија, треба најпрво да ги имате во предвид сите ризици, кои ги вклучуваат вашите здравствени состојби и имунитет.

Важно е да запомнете дека полисите за посетители и контрола на инфекции во домовите за стари лица можат да се сменат брзо во било кој момент во зависност од ризиците. Бидете свесни за можните промени, за да бидете подготвени во случај на епидемија.



Барања за посета

Посетите во домот за стари лица за време на епидемија треба да бидат координирани со домот за стари лица за да се осигура дека тие се подготвени

за вашата посета. Ова вклучува тие да се осигураат дека има достапна PPE опрема и поддршка за вас. Сите напори ќе бидат направени да се осигура дека вие ќе можете да продолжите да го посетувате лицето за кое се грижите.

Пред вашата посета, осигурајте се дека ги исполнувате сите барања на домот за стари лица. Во различни периоди тие може да вклучуваат:

- директиви и предупредувања за јавното здравје
- барања за вакцинации (на пример Ковид и грип)
- брз антигенски тест (RAT) или други побарувања за тестирање, како што наведено.
- завршување на сите 'партнерства во грижа' и обука за одредена локација.

На вашата прва посета за време на епидемија, можеби ќе има и ориентација при која персоналот ќе ви покаже во кои делови можете и не можете да одите и ќе се осигураат дека правилно и безбедно ја користите PPE опремата.

Запомнете: Ако не се чувствувате добро, останете дома и не доаѓајте во домот за стари лица.



Запомнете за хигиена на раце

Мора рацете да ви бидат чисти. Проверете:

- дали ја користите правилната техника?
- дали знаете кога да ги измиете и кога да ги дезинфицирате рацете?
- дали ги чистите рацете кога е потребно?
На пример, пред влегување и после излегување од собата на лицето кое го посетувате.



Бидете свесни за тие околу вас

Дали мислите за тие околу вас? Запомнете да:

- оставите 1.5 метри растојание помеѓу другите кога е можно
- бидете свесни за забраните за бројот на луѓе кои можат да бидат внатре во одредено место.

Домот за стари лица ќе биде поделен на различни зони според ризикот. Знајте каде можете и не можете да одите во домот и почитувајте ги правилата.



Носете ја потребната PPE

Опремата за лична заштита или PPE вклучува маски, наметки, нараквици и заштита за очите. Домот за стари лица може да побара од вас да носите PPE за да го намалите ризикот од заразување и да пренесете бактерии.

При епидемија, мора да се носат маски со повисок степен на заштита; овие се викаат P2 или N95 маски. Кога ја вадите вашата маска мора да ја фрлите соодветно и да си ги дезинфицирате рацете.

Можеби ќе биде побарано од вас да носите додатна PPE при вашата посета кога:

- лицето кое го посетувате е болно или чека резултати од тест
- лицето кое го посетувате е контакт од висок ризик и е можно да има инфекција
- има епидемија во домот за стари лица.

При епидемија, ова може да вклучи носење на:

- P2 или N95 маски кои имаат висок степен на заштита. Кога ќе ја отстраните маската, треба да ја фрлите соодветно и да си ги дезинфицирате рацете.
- заштита за очи како заштитни очила или штитови за лице (запомнете: препишани очила за гледање нема да ви ја обезбедат соодветната заштита)
- наметки
- нараквици.



Следете ги сите упатства

Важно е да ги следите сите директиви од домот за стари лица, вклучувајќи пристап до и движење низ објектот.

При епидемија, вашето движење ќе биде ограничено во одредени делови, познати како зони, во домот за стари лица, кое ќе значи:

- вашиот пристап можеби ќе биде забранет во одредени зони
- потреба од промена на PPE доколку преминете од една во друга зона за да го користите тоалетот.

При епидемија, времето за посета и други аранжмани кои сте ги имале можат да се променат. За да бидете вие и лицето за кое се грижите безбедни, персоналот ќе ве извести доколку вашата посета е ограничена на само собата на лицето, според степенот на ризик.



Други промени

Можеби ќе забележите други промени за време на епидемија кои вклучуваат:

Зголемено чистење

Често допирани површини како шини на кревет, прекинувачи за светло и рачни шини, и спални соби можеби ќе се чистат почесто.

Промени во храната

Храната можеби ќе биде подготвена на друго место и лицето за кое се грижите може ќе треба да јаде во нивната соба. Може да има и промена од вообичаените садови на предмети за еднакратна употреба.

Зголемено надгледување

Може ќе има зголемено надгледување на здравјето и добросостојбата на сите жители. Ова може ќе вклучува редовна проверка на температурата, дишењето и било какви промени на нивната состојба и како се чувствуваат.

Персонал

Друг или нов персонал може привремено да помага со негата и услугите за поддршка. Ова може да биде затоа што вообичаениот персонал се изолира дома.

Ве молиме разберете дека промените се дизајнирани за заштита на жителите и на персоналот. Ова ќе биде привремено.



Чувајте се себе си и другите безбедни

Мислете на тоа како ќе продолжите да го посетувате лицето за кое се грижите

а притоа да се чувате себе си безбедни. Земете ги во предвид чекорите кои можете да ги преземете за да ги спречите инфекциите да се шират на другите. Следната листа за проверка за посета во дом за стари лица при епидемија ќе ви даде насока околу чекорите кои може да ги преземете за да се справите со ризиците за вас и за другите.

Достапна поддршка:

Контактирајте го менаџерот на домот за стари лица ако имате некои прашања.

Ако ви требаат дополнителни информации јавете се на:

My Aged Care **1800 200 422** или www.myagedcare.gov.au

Национална телефонска линија за корона вирус (National Corona Virus Hotline) на **1800 020 080**



Листа за проверка: Посета на дом за стари лица за време на епидемија

Оваа листа за проверка ги опишува практичните чекори што може да ги преземете за да се справите со ризиците за вас и за другите кога посетувате дом за стари лица за време на епидемија.

Пред вашата посета

Што?	Зошто?
Хигиена на раце - бидете самоуверени и практикувајте чистење на раце со средство за дезинфекција или сапун и вода.	Правилната хигиена на рацете е многу важна за да ве заштити од бактерии и од ширење на бактерии на други.
Разговарајте со домот за стари лица околу времето на вашата прва посета.	Персоналот ќе биде достапен за да ви даде ориентација во домот за стари лица, објаснувајќи кои делови ви се достапни. Тие исто така ќе ви објаснат која PPE ќе треба да ја користите, ќе ви помогнат да ја ставите и да ја извадите и ќе одговорат на вашите прашања.
Разберете дека вашата посета ќе биде ограничена на одредени делови од домот за стари лица, како собата на лицето за кое се грижите.	Ова ќе го намали ризикот од ширење на инфекции низ домот за стари лица.
Проверете со персоналот каква PPE ќе треба да користите. Ако немате носено PPE претходно, ќе ви биде потребно време да се навикнете, така што можеби ќе сакате да закажете пократка посета.	PPE ќе ви помогне да го намалите ризикот од заразување и пренесување на бактериите.
Осигурајте се дека вакцините за Ковид и грип ви се ажурирани и можете да ги покажете вашите сертификати за вакцинација доколку се побара од вас.	Вакцинацијата е важен начин за да се заштитите вие од заразување и да бидете болни и да ја пренесете заразата на другите.



На денот на посетата: Пред да излезете од дома

Што?	Зошто?
Откажете ја посетата ако се не се чувствувате добро или имате симптоми како кашлица или кивање.	Посетувањето на домот за стари лица кога не се чувствувате добро ризикува воведување на дополнителни инфекции во домот.
Облечете се удобно. Не носете облека со која ќе ви биде премногу топло или ладно под PPE. Избегнувајте облека која ќе се откачи или одлепи кога ќе ја вадите наметката (пример обетки).	Носењето на PPE (како наметки) може да биде жешко и неудобно. PPE опремата исто така може да се фати на широка облека или накит.
Очилата за гледање може да бидат склони кон замаглување кога се користи PPE.	Можете да купите марамчиња против замаглување од аптека или оптометрист за да го намалите замаглувањето. Ова ќе ви го подобри видот кога користите PPE.
Планирајте да донесете само основни предмети во домот за стари лица за да не однесете предмети кои собрале бактерии назад во вашиот дом. Ако обично носите накит како обетки или часовници, размислете да ги оставите дома. Нема да можете да користите лично шише за вода во собата на жителот.	Предметите кои се донесени во секоја зона во старскиот дом за време на епидемија, не смеат да ја напуштат зоната освен ако не бидат исчистени или дезинфицирани. Ако обично носите рачна торба, проверете со персоналот дали ќе ви биде дозволено да ја внесете во собата на жителот. Ова можеби нема да биде дозволено заради ризик од инфекција. Некои предмети, како храна или книги кои ќе ги донесете за жителот, ќе бидат оставени кај нив. Ако планирате да донесете уреди како таблета или лаптоп во собата на жителот и сакате да ги земете со вас на крајот од посетата, проверете прво со персоналот дали тоа е дозволено и дали ќе можат да ви помогнат да ги исчистите и дезинфицирате на почетокот и на крајот од вашата посета.
Испланирајте да јадете и да се напиете нешто пред да излезете од дома.	Не можете да јадете или да пиете нешто безбедно без да ја извадите маската штом сте во собата на жителот.
Испланирајте да донесете храна или закуски кои лицето за кои се грижите може да ги јаде безбедно.	Додека оваа храна не треба да ја споделувате со нив, тие можат да ја јадат удобно и безбедно во текот на вашата посета.
Одете во тоалет пред посетата.	Можеби нема да ви биде дозволено да го користите тоалетот на жителот во текот на вашата посета. Можеби ќе ви биде дозволено да одите во друг тоалет во домот за стари лица, но ќе треба да ја извадите цела PPE опрема и да ставите нова ако одите во тоалет.



На денот на посетата: Посета на лицето за кое се грижите

Што?	Зошто?
Следете ги упатствата и одговорете на прашањата за симптоми. Покажете ги документите за вакцинација по потреба. Персоналот исто така ќе ве извести ако треба да направите брз антигенски тест (RAT).	Ова е дел од процедурите на домот за стари лица за да се минимизира шансата нова инфекција да биде донесена во домот.
Персоналот во старскиот дом ќе ве поддржи и ќе ви даде совет за контрола на инфекции и PPE опрема. Потребна е пракса и искуство за да се стави и отстрани безбедно PPE.	Контролата на инфекција и користењето на PPE можеби е ново за вас. За да бидете безбедни, персоналот може да ви помогне и да ви покаже што да правите, вклучувајќи како да користите PPE, пред да влезете во домот или во собата на жителот.
Размислете кои работи ќе ви требаат пред да ставите PPE. Не посегнувајте под PPE во џебови, торби или соблекувајте слоеви алишта додека носите PPE.	Откако ќе ја ставите PPE, надворешните слоеви можат да бидат контаминирани. Не смеете да посегнувате под вашата наметка или маска поради било која причина, вклучувајќи да го земете телефонот или друг предмет од џепот, затоа што ризикувате да се инфицирате себеси. Ако го направите тоа, ќе треба да ја отстраните PPE што ја носите, да ја фрлите безбедно во правилната канта и да ги исчистите рацете со средство за дезинфекција, пред да ја ставите новата PPE.
Видовите на активности кои можете да ги правите со жителот најверојатно ќе се променат за време на епидемија. Совети за безбедна посета: • можете да седите до жителот (не мора да држите растојание од 1.5 метри) • можете се уште да помагате со активности како чешлање на нивната коса и миене на забите, ставање на крем и други работи што ја прават личноста да се чувствува удобно • не треба да го бакнувате жителот (не треба да ја отстранувате маската) • ако користите лаптоп или друг уред, само вие треба да го допирате уредот (не треба да биде споделен и другото лице да го допира). • Свесно одбегнувајте да допирате било што додека се движите низ објектот до собата на жителот	Проверете со персоналот кои активности се дозволени безбедно. Може да има соодветни места на отворено за активност или промена на сцената.



На денот на посетата: На крајот од вашата посета

Што?	Зошто?
Кога ја отстранувате PPE, важно е тоа да го направите правилно и да ја фрлите PPE во правилната канта за заразен отпад. Персоналот може да ви помогне. Запомнете да си ги измиете рацете со сапун и вода откако ќе ја отстраните вашата PPE.	Отстранувањето на PPE е најкомплексниот дел. Важно е да го направите тоа правилно, инаку сте под ризик да ја пренесете заразата од контаминираната PPE на себе.
Ако сте донеле некои предмети во собата на жителот и сакате да ги земете назад со вас, овие предмети ќе треба да бидат правилно исчистени и дезинфицирани.	Персоналот ќе треба да ви помогне да научите како да го правите тоа. Домот за стари лица ќе обезбеди марамчиња со детергент и алкохолни марамчиња за да ги исчистите и дезинфицирате личните предмети. Треба да внимавате затоа што некои хемиски производи можат да ги оштетат екраните на електронските уреди. Можеби ќе треба да ги проверите инструкциите на производителот.

На денот на посетата: Кога ќе се вратите дома

Што?	Зошто?
Ако посетите дом за стари лица за време на епидемија, треба да се вратите директно дома послое посетата и да ги соблечете алиштата кои сте ги носеле.	За да се минимализира ризикот од контаминација на вашата домашна средина, треба да ги исперете алиштата. Можете да ги исперете алиштата со други алишта, користејќи обичен детергент и програма со жешка вода.
Кога ќе се вратите дома, измијте ги рацете со сапун и вода.	Ако сте ги исчистиле рацете со средство за дезинфекција неколку пати при вашата посета, вашите раце може да бидат лепливи од слоевите на средство за дезинфекција.
Ако имате било каква иритација од носењето маска, ставете крем за лице и следете ја.	Ставањето на крем за лице пред и после носењето на PPE може да помогне да се минимализира иритацијата на кожата.
Ако не се чувствувате добро после вашата посета, известете го менаџерот на домот за стари лица. Внимавајте на вашето здравје! Вие сте важен дел од нечија грижа и поддршка.	Постои шанса дека сте биле во домот за стари лица за време на вашиот инфективен период. Важно е домот да знае за ова и да преземе соодветни мерки за да ги заштити жителите и персоналот.

[Список за проверка подготвен со придонес од експерти за превенција на инфекции во Викториското Министерство за здравство](#)



Што е програмата Партнерства во грижа?

Програмата Партнерства во грижа ги промовира постоечките врски за грижа помеѓу жителот и членовите на нивното семејство или блиските пријатели.

Квалитетот на животот и добросостојбата на постарото лице се основни. Преку пандемијата, ние ја научивме важноста на континуитет на негата, вклучувајќи го значителното, негативно влијание што може да го има нарушувањето на дневната рутина и социјалните интеракции врз целокупната благосостојба на една личност.

Станувањето на партнер во негата (исто така познато како партнер) им обезбедува на блиските пријатели и на семејството да оддржуваат блиски врски и да бидат присутни за жителот во старскиот дом кога им се најмногу потребни. Ова ја вклучува можноста да се воспостават аранжмани за дополнителни посети за да се обезбеди грижа, поддршка и дружење, дури и во време на ограничен пристап, како што се епидемии.

Видот на поддршка кој го давате како партнер во негата ќе зависи од вашата врска и од потребите на лицето за кое се грижите. Може да вклучи активности како:

- помош со облекување, нега на уста и заби, спремање и друга нега која обично ја давате
- споделување на приказни, храна или други активности
- помош да се практикуваат рутините за вежбање
- помош да се посетат места од посебен интерес.

Важно, учеството во програмата Партнерства во грижа може да случи само со согласност од жителот во старскиот дом или нивниот застапник.

Кои се бенефициите од станувањето на партнер?

Учеството во програмата Партнерства во грижата осигура дека:

1. постои поголема поддршка за жителите во нивните секојдневни рутини, вклучувајќи грижа за стари лица, ментално здравје, физичка активност, социјално дружење и културни потреби
2. имате договор со давателот на негата за стари лица и можете да дадете додатна поддршка за вашиот жител, кога им е најмногу потребна и со активности кои нив им се важни
3. можете да го намалите негативното влијание на здравјето и целокупната благосостојба од социјалната изолација
4. домот за стари лица знае за активностите кои ги правите со лицето за кое се грижите. Ова е особено важно во време кога можеби нема да можете да го посетувате домот, за да може услугата да продолжи да дава поддршка на вашиот жител за клучни активности како облекување, јадење и дружење
5. ние ќе ве поддржиме да ги научите или подобрите вашите вештини за контрола на инфекција за да можете да ја посетувате личноста за која се грижите што е можно побезбедно и да се чувате вие и другите жители.



Што треба да направам за да станам партнер?

Партнерите се идентификувани од жителот на старскиот дом, или од нивниот застапник, и се лица кои имаат блиски лични врски со жителот. За да станете партнер, препорачливо е да:

- ги гледате видео ресурсите
- ги прочитате сите информации во овој пакет
- ги комплетираате материјалите на линковите, како достапните модули за учење преку оваа веб-страница
- завршите индукција со службите за нега на стари лица

Откако ќе ги разгледате сите информации и ќе ги изгледате видео ресурсите, пополнете ја декларацијата на последната страна и разговарајте со домот за стари лица за било какви барања кои се специфични за нивната програма партнерства во грижа.

Договор за партнерства во грижа

Договорот за партнерства во грижа може да ги формализира аранжманите на партнерот со жителот и со службата за нега на стари лица. Што е најважно, договорот помага да се обезбеди континуитет на грижата ако партнерот не може да го посети, бидејќи службата разбира какви активности презема партнерот. Ова ќе ја поддржи службата да размисли како тие ќе поддржат било какви критични активности во овие околности.

Договорот за партнерство во грижата може да вклучува:

- детали за активностите кои ги поддржува партнерот, вклучувајќи колку често посетуваат за да ги прават тие работи
- барања за обука, вклучувајќи IPC обука и инструкции специфични за локацијата
- кога договорот ќе биде разгледан.

[Видете го нашиот пример за договор за партнер](#)

Видот на поддршка кој партнерот може да се смени доколку во домот за стари лица има епидемија или домот подлежи на наредби за јавно здравје. Ако има изложеност на Ковид или епидемија, домот за стари лица ќе го имплементира нивниот план за справување со епидемија. Во ова време, пристапот треба да се овозможи што е можно побрзо за да се осигура дека лицето за кое се грижите, и сите жители, имаат постојан пристап до посета.

Декларација

Ве молиме пополнете и потпишете за да потврдите дека сте ги прочитале сите материјали за обука.

Како да бидете безбедни вие и постарата личност за која се грижите

Да

Не

Хигиена на раце

Да

Не

Носење на маска

Да

Не

Намалување на ризикот од ширење на инфекција за време на епидемија

Да

Не

Посета во дом за стари лица за време на епидемија

Да

Не

Потпишано:

Датум:



Комисијата за квалитет и безбедност на грижата за стари лица ги признава Традиционалните Сопственици на земјата низ цела Австралија и нивната континуирана поврзаност со земјата, морето и заедницата. Ние им оддаваме почит на нив и на нивните култури, и на Старешините од минатото и сегашноста.

Последно ажурирано на 11 мај 2023 година. Може да бидат достапни ажурирани верзии со нова содржина - проверувајте редовно на нашата веб-страница да се осигурате дека имате пристап до најновите верзии. Ако сакате да дадете повратно мислење во врска со овој ресурс, ве молиме испратете емајл на education@agedcarequality.gov.au.



Телефон
1800 951 822



Веб-страница
agedcarequality.gov.au



Написмено
Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, во главниот град на вашата држава или територија