# Αρχές του Νόμου περί Ψυχικής Υγείας και Ευεξίας: σε απλή γλώσσα

**Μάιος 2025**

Ο Νόμος περί Ψυχικής Υγείας και Ευεξίας [Mental Health and Wellbeing Act] 2022, καθορίζει τις αρχές για τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας και ευεξίας (‘υπηρεσίες’).

Αυτές οι αρχές είναι σημαντικό να λαμβάνονται υπ’ όψη από ψυχιάτρους, ιατρούς, νοσηλευτικό προσωπικό, επαγγελματίες συναφών ειδικοτήτων, άτομα με βιωμένη εμπειρία και λοιπό προσωπικό και υπηρεσίες ψυχικής υγείας, όταν λαμβάνουν αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα, την υποστήριξη, τη θεραπεία ή την αξιολόγηση των ατόμων.

Η Δικαστική Επιτροπή Ψυχικής Υγείας [Mental Health Tribunal], η αστυνομία, τα τμήματα επειγόντων περιστατικών και άλλοι, πρέπει επίσης να λαμβάνουν αυτές τις αρχές υπ’ όψη στο πλαίσιο των νόμων περί ψυχικής υγείας.

Οι αρχές είναι οι ιδέες που καθοδηγούν τον τρόπο με τον οποίο λαμβάνονται αποφάσεις ή τις οποίες πρέπει οι άνθρωποι, οι πάροχοι υπηρεσιών και οι οργανισμοί να λαμβάνουν υπ’ όψη κατά την άσκηση των καθηκόντων τους.

Αν θεωρείτε ότι αυτές οι αρχές δεν ακολουθούνται, μπορείτε:

* να επικοινωνήσετε με την IMHA για βοήθεια
* να υποβάλετε καταγγελία στην υπηρεσία
* να υποβάλετε καταγγελία στην Επιτροπή Ψυχικής Υγείας και Ευεξίας [Mental Health and Wellbeing Commission] (1800 246 054).

Οι αρχές ψυχικής υγείας και ευεξίας σε απλή γλώσσα είναι:

## Αρχές ψυχικής υγείας και ευεξίας

### Αρχή αξιοπρέπειας και αυτονομίας

Άτομα που ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας, ψυχική οδύνη ή μια ψυχική ασθένεια, πρέπει να αντιμετωπίζονται με αξιοπρέπεια και σεβασμό. Η ανεξαρτησία τους πρέπει να υποστηρίζεται και να προάγεται. Για παράδειγμα, να έχουν την ικανότητα να παίρνουν τις δικές τους αποφάσεις.

### Αρχή διαφορετικότητας φροντίδας

Άτομα που ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας, ψυχική οδύνη ή μια ψυχική ασθένεια, πρέπει να έχουν πρόσβαση σε διαφορετικούς τύπους φροντίδας και υποστήριξης. Αυτό πρέπει να βασίζεται σε αυτό που θέλουν και προτιμούν. Αυτό συμπεριλαμβάνει την εξέταση των δικών τους:

* αναγκών πρόσβασης
* σχέσεων
* κατάστασης διαβίωσης
* εμπειρίας τραύματος
* εκπαίδευσης
* οικονομικών
* εργασίας.

### Αρχή της ελάχιστα περιοριστικής παρέμβασης

Ελάχιστα περιοριστική παρέμβαση σημαίνει ότι τα άτομα που ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας, ψυχική οδύνη ή μια ψυχική ασθένεια, πρέπει να έχουν όση περισσότερη ελευθερία είναι εφικτή.

Οι υπηρεσίες πρέπει να έχουν ως στόχο την υποστήριξη των ατόμων με τους λιγότερους περιορισμούς στα δικαιώματα και την ανεξαρτησία τους. Ο στόχος είναι η υποστήριξη της ανάκαμψής τους και η συμμετοχή τους στην κοινότητα.

Οι επιθυμίες του ατόμου θα πρέπει να καθοδηγούν την ανάρρωσή τους και τι σημαίνει γι’ αυτούς να συμμετέχουν στην κοινότητα, ακόμα και όταν άλλοι άνθρωποι διαφωνούν. Κάτι που είναι περιοριστικό για ένα άτομο, μπορεί να μην είναι περιοριστικό για κάποιο άλλο.

### Αρχή υποστηριζόμενης λήψης αποφάσεων

Τα άτομα που λαμβάνουν υπηρεσίες, πρέπει να υποστηρίζονται να παίρνουν τις δικές τους αποφάσεις για τη θεραπεία, την αξιολόγηση, τη φροντίδα και την ανάρρωσή τους, ακόμα και αν υποβάλλονται σε υποχρεωτική θεραπεία. Οι απόψεις και οι επιθυμίες ενός ατόμου πρέπει να έχουν προτεραιότητα.

### Αρχή οικογένειας και φροντιστών

Οι οικογένειες, οι φροντιστές και οι υποστηρικτές ατόμων που λαμβάνουν υπηρεσίες πρέπει να υποστηρίζονται στον ρόλο τους σχετικά με αποφάσεις για την αξιολόγηση, τη θεραπεία και την ανάκαμψη του ατόμου.

### Αρχή βιωμένης εμπειρίας

Οι εμπειρίες των ατόμων που ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας, συναισθηματική οδύνη ή μια ψυχική ασθένεια και οι οικογένειές τους πρέπει να αναγνωρίζονται και να εκτιμώνται κατά την παροχή υπηρεσιών.

### Αρχή αναγκών υγείας

Ιατρικές και άλλες ανάγκες υγείας πρέπει να εντοπίζονται και το άτομο που ζει με προβλήματα ψυχικής υγείας, ψυχική οδύνη ή μια ψυχική ασθένεια, να υποστηρίζεται για να τα αντιμετωπίσει.

Αυτό συμπεριλαμβάνει οποιεσδήποτε ανάγκες που σχετίζονται με τη χρήση ναρκωτικών και αλκοόλ. Πρέπει επίσης να λαμβάνεται υπ’ όψη ο τρόπος με τον οποίο οι ανάγκες σωματικής υγείας συνδέονται και έχουν αντίκτυπο στις ανάγκες ψυχικής υγείας.

### Αρχή αξιοπρέπειας του κινδύνου

Άτομα που λαμβάνουν υπηρεσίες έχουν το δικαίωμα να αναλαμβάνουν εύλογους (προσωπικά κατάλληλους) κινδύνους όταν παίρνουν αποφάσεις.

### Αρχή ευημερίας νέων

Η υγεία, η ευημερία και η ανεξαρτησία των παιδιών και των νέων που λαμβάνουν υπηρεσίες πρέπει να προάγονται, και να υποστηρίζονται με τρόπους που είναι αποτελεσματικοί για αυτούς, λαμβάνοντας υπ’ όψη τις εμπειρίες της ζωής, την ηλικία και άλλους παράγοντες.

### Αρχή διαφορετικότητας

Οι διαφορετικές ανάγκες και εμπειρίες των ατόμων που λαμβάνουν υπηρεσίες πρέπει να λαμβάνονται υπ’ όψη κατά την παροχή θεραπείας και φροντίδας, συμπεριλαμβανομένων:

* της ταυτότητας φύλου
* του σεξουαλικού προσανατολισμού
* του φύλου
* της εθνότητας
* της γλώσσας
* της φυλής
* της θρησκείας, πίστης ή πνευματικότητας
* της τάξης
* της κοινωνικοοικονομικής κατάστασης
* της ηλικίας
* της αναπηρίας
* της νευροδιαφορετικότητας
* του πολιτισμού
* του καθεστώτος μόνιμης διαμονής
* της γεωγραφικής μειονεκτικής θέσης.

Οι υπηρεσίες πρέπει να παρέχονται με τρόπο που ανταποκρίνεται σ’ αυτές τις διαφορετικές ανάγκες και εμπειρίες. Αυτό σημαίνει ότι τα άτομα μπορούν να ενημερώνουν τις υπηρεσίες για το τι χρειάζονται ώστε να αισθάνονται ασφαλή. Οι υπηρεσίες πρέπει να κατανοούν:

* τις διαφορετικές ανάγκες και εμπειρίες του ατόμου
* οποιαδήποτε εμπειρία τραύματος
* πώς συνδέονται οι ανάγκες και οι εμπειρίες και πώς μπορούν να έχουν επιπτώσεις στην ψυχική υγεία ενός ατόμου.

### Αρχή ασφάλειας λόγω φύλου

Άτομα που λαμβάνουν υπηρεσίες ενδέχεται να έχουν συγκεκριμένες ανάγκες ή ανησυχίες (προβληματισμούς) σχετικά με την ασφάλειά τους λόγω του φύλου τους. Αυτές οι ανάγκες και οι ανησυχίες πρέπει να λαμβάνονται υπ’ όψη και οι υπηρεσίες πρέπει:

* να είναι ασφαλείς
* να ανταποκρίνονται σε τυχόν τρέχουσα ή προηγούμενη εμπειρία οικογενειακής βίας ή τραύματος
* να αναγνωρίζουν και να αποκρίνονται στους τρόπους με τους οποίους το φύλο μπορεί να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο παρέχονται οι υπηρεσίες στα άτομα, ποια θεραπεία λαμβάνουν και την ανάκαμψή τους
* να αναγνωρίζουν και να αποκρίνονται στους τρόπους με τους οποίους το φύλο συνδέεται με άλλους τύπους διακρίσεων και μειονεκτήματος.

### Αρχή πολιτισμικής ασφάλειας

Οι υπηρεσίες πρέπει να είναι πολιτισμικά ασφαλείς και να ανταποκρίνονται σε άτομα από όλα τα φυλετικά, εθνοτικά, θρησκευτικά και πολιτισμικά υπόβαθρα.

Άτομα που ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας, ψυχική οδύνη ή μια ψυχική ασθένεια πρέπει να έχουν θεραπεία και φροντίδα που λαμβάνουν υπ’ όψη και είναι συνεπείς με τις πολιτισμικές και πνευματικές τους πεποιθήσεις και πρακτικές.

Οι απόψεις της οικογένειας του ατόμου πρέπει να λαμβάνονται υπ’ όψη και, όπου είναι εφικτό και αρμόζει, οι απόψεις σημαντικών μελών της κοινότητάς τους πρέπει επίσης να λαμβάνονται υπ’ όψη.

Ο μοναδικός πολιτισμός και η ταυτότητα των ατόμων των Πρώτων Εθνών πρέπει να γίνονται σεβαστά. Η σύνδεσή τους με την οικογένεια, τους συγγενείς, την κοινότητα, τη Χώρα και τα ύδατα πρέπει να γίνεται σεβαστή. Οι απόψεις των πρεσβυτέρων των Πρώτων Εθνών, των παραδοσιακών θεραπευτών και των εργαζομένων ψυχικής υγείας πρέπει να λαμβάνονται υπ’ όψη και να γίνονται σεβαστές σε σχέση με αποφάσεις θεραπείας και φροντίδας αν είναι εφικτό και αρμόζει.

### Αρχή ευημερίας εξαρτώμενων

Οι ανάγκες, η ευημερία και η ασφάλεια των παιδιών και των εξαρτώμενων ατόμων που λαμβάνουν υπηρεσίες, πρέπει να προστατεύονται.

## Αρχές λήψης αποφάσεων για θεραπεία και παρεμβάσεις

Υπάρχουν επίσης αρχές για τη λήψη αποφάσεων. Αυτές οι αρχές ισχύουν μόνο όταν οι υπηρεσίες αποφασίζουν σχετικά με υποχρεωτική θεραπεία ή περιοριστικές παρεμβάσεις.

Υποχρεωτική θεραπεία σημαίνει ότι δεν επιτρέπεται στα άτομα να αρνηθούν τη θεραπεία.

Περιοριστικές παρεμβάσεις που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στο νοσοκομείο είναι:

* **Απομόνωση:** όταν κάποιος απομονώνεται σε ένα δωμάτιο.
* **Σωματικός περιορισμός:** όταν η κίνηση όλου ή μέρους του σώματος κάποιου περιορίζεται σωματικά.
* **Χημικός περιορισμός:** όταν δίνεται φάρμακο σε κάποιον για τον έλεγχο της συμπεριφοράς του, καθιστώντας την κίνηση του σώματος αδύνατη. Δεν είναι φάρμακο για θεραπεία ασθένειας ή ψυχικής υγείας.

Οι αρχές λήψης αποφάσεων σε απλή γλώσσα είναι:

### Αρχή φροντίδας και μετάβασης σε λιγότερο περιοριστική υποστήριξη

Ο στόχος της υποχρεωτικής αξιολόγησης και θεραπείας είναι να βοηθήσει στην ανάρρωση του ατόμου. Οι υπηρεσίες πρέπει να είναι ολοκληρωμένες, στοργικές, ασφαλείς και υψηλής ποιότητας και να οδηγούν τα άτομα σε λιγότερο περιοριστικές μορφές θεραπείας, φροντίδας και υποστήριξης.

Ελάχιστος περιορισμός σημαίνει ότι άτομα που λαμβάνουν υποχρεωτική αξιολόγηση ή θεραπεία πρέπει να έχουν όση περισσότερη ελευθερία είναι εφικτή. Κάτι που είναι περιοριστικό για ένα άτομο μπορεί να μην είναι περιοριστικό για κάποιο άλλο.

### Αρχή των συνεπειών υποχρεωτικής αξιολόγησης και θεραπείας και περιοριστικών παρεμβάσεων

Η υποχρεωτική αξιολόγηση και θεραπεία και οι περιοριστικές παρεμβάσεις μπορούν να περιορίσουν τα ανθρώπινα δικαιώματα ενός ατόμου σε μεγάλο βαθμό. Αυτό μπορεί να προκαλέσει σε ένα άτομο σοβαρή ψυχική οδύνη ή βλάβη:

* στις σχέσεις του
* στις συνθήκες διαβίωσής του
* στην εκπαίδευσή του
* στην εργασία του.

Τα ανωτέρω πρέπει να λαμβάνονται υπ’ όψη από υπηρεσίες ψυχικής υγείας και το προσωπικό τους οποιαδήποτε στιγμή γίνεται χρήση υποχρεωτικής θεραπείας ή/και περιοριστικών πρακτικών.

### Αρχή μη θεραπευτικού οφέλους από περιοριστικές παρεμβάσεις

Η χρήση περιοριστικών παρεμβάσεων δεν ωφελεί εξ ορισμού (απαραίτητα) το άτομο.

### Αρχή της εξισορρόπησης της βλάβης

Υποχρεωτική αξιολόγηση και θεραπεία ή περιοριστικές παρεμβάσεις δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται αν θα προκαλέσουν μεγαλύτερη βλάβη από ό,τι υποτίθεται ότι προλαμβάνουν.

Οι απόψεις και οι επιθυμίες ενός ατόμου πρέπει να γίνονται σεβαστές και να ακολουθούνται όσο περισσότερο γίνεται για όλες τις αποφάσεις. Αυτό συμπεριλαμβάνει αποφάσεις για αξιολόγηση, θεραπεία, ανάκαμψη και υποστήριξη, ακόμα και αν κάποιος λαμβάνει υποχρεωτική αξιολόγηση και θεραπεία.

|  |
| --- |
| Πώς να επικοινωνήσετε με την IMHA και να μάθετε περισσότεραΜπορείτε:* να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au)
* να στείλετε email στη διεύθυνση contact@imha.vic.gov.au
* να καλέσετε την τηλεφωνική γραμμή της IMHA στο **1300 947 820**, η οποία είναι στελεχωμένη από συνηγόρους της IMHA 9:30 π.μ. – 4:30 μ.μ. επτά ημέρες την εβδομάδα (εκτός των δημόσιων αργιών)
* να καλέσετε τη γραμμή δικαιωμάτων της IMHA στο **1800 959 353** για να ακούσετε ένα ηχογραφημένο μήνυμα για τα δικαιώματά σας
* να ζητήσετε από έναν πάροχο υπηρεσιών ψυχικής υγείας, έναν φροντιστή, συγγενή ή άλλο άτομο υποστήριξης, να σας βοηθήσει να επικοινωνήσετε με την IMHA
 |

