multicultural
MENTAL HEALTH AUSTRALIA

Swahili

NAKALA

Haki za mgonjwa wa akili na majukumu mbalimbali katika mpango wa matibabu ya akili

(Consumer rights and responsibilities in the mental health system)

Katika kuendelea kufahamishwa itakusaidia kufanya maamuzi mazuri kuhusu matibabu ya Afya yako ya akili pamoja na matunzo. Kuendelea kuelewa mpango wa Australia wa Afya ya akili pia itakusaidia kupata haki zako. Nakala hii inakupatia maelezoyanyo husu utaratibu wa maswala ya afya ya kiakili hapa nchini Australia na habari za kuhusu haki zako pamoja na wajibu wako. kama mtu mwenye ugonjwa wa akili

Je Ni nani anayeweza kupata huduma hiyo ya kiafya ya akili?

Mtu mwenye ugonjwa wa akili ni mtu ambaye anaulemavu wa akili na kwa sasa anapokea, alipokea, au atapokea au atapata matibabu ya afya ya Akili.

Je, kuna utaratibu gani hapa Australia kuhusu Matibabu ya ugonjwa wa akili?

Malengo na mkakati wa Serikali ya Australia kuhusu maswali ya ki Afya ya Akili Kitaifa (2008) ni mpango wa afya ya akili iliowekwa ili kuwasaidia watu kupona, kuzuia na kugundua mapema ugonjwa huu wa akili na kupunguza madhara ya fedheha kwa watu binafi familia pamoja na jamii. Inahakikisha kuwa waaustralia wote wenye ugonjwa wa akili wanahudumiwa vizuri na kupewa matibabu yanayohitajika na kupata msaada wa kijamii ambao utawasaidia kuweza kujihusisha kikamilifu katika maisha ya jamii. **Maelezo ya haki ya Matibabu ya Akili na Majukumu** yalitayarishwa katika mkakati huu. Kwa upatikanaji tazama **Unahitaji maelezo zaidi**? Sehemu ya nyuma ya nakala hii.

Kila mkoa au wilaya una Sheria inyohusu ya Matibabu ya Akili (Mental Health Act) , ambayo inaelezea ugonjwa wa akili na kujadili matibabu ya ugonjwa huu na mambo mengineyo yahusuyo ugonjwa huu wa akili kama vile mahusiano ya mgonjwa na walezi. Sheria hizi zinaelezea haki za mgonjwa, kwa jinsi gani maamuzi ya Ugonjwa huuu wa Akili yanavyo tekelezwa na ninani muhusika.

Je, haki zangu ni zipi kama mgonjwa wa akili?

Watu wenye ugonjwa wa Akili wanahaki sawa ya kuishi, kufanya kazi na kujiunga na jumiya kihuduma katika jamii na kutokubaguliwa. Kama una ugonjwa huu wa akili, haki zako za msingi kuhusiana na ugonjwa wako wa kiakili ni pamoja na :

1. Lazima upate taarifa

Una haki ya:

- Kupata taarifa na mahitaji ya kitaalamu zaidi ambayo yatakusaidia.
- Pata mtafsiriwa kukuelezea,au omba maelezo katika lugha yako mwenyewe.
- Pata taarifa kuhusu maendeleo yako ya afya ya kiakili katika lugha unayoifahamu.
- Jua taaluma ya mtu au watu watakao kutibu.
- Uwe na taarifa kuhusu kanuni za wakili atakaye kusaidia najinsi gani watakusaidia au kuzungumza badala yake kama unataka kutoa malalamiko yako. Kuna aina nyingi za mawakili. Baadhi yao wana matatizo ya akili mwenyewe, “consumer” na wengine wanatoka katika jamii zetu na wanajulikana kama “Wageni maalumu (“official visitors”).

For more information about Multicultural Mental Health Australia visit www.mmha.org.au

Multicultural Mental Health Australia,
Locked Bag 7118, Parramatta CBD, NSW, 2124
Phone: 02 9840 3333 Fax: 02 9840 3388 Email: admin@mmha.org.au

Utetezi wa Matibabu ya Akili

Mawakili ni watu ambao wamepewa mamlaka na wagonjwa kuongea badala yao na kuwasilisha mapendekezo yao. Aina za mawakili na shughuli zao inategemeana na Serikali husika. Badhi ya mifano ni kama ifuatayo:

Mawakili wa Wagonjwa akili (Consumer advocates) ambao wanawasilisha mawazo ya wagonjwa. Baadhi wana ugonjwa wa Akili na hujulikana kama **wataalamu wagonjwa** (consumer consultants) na wengine hutoka katika jamii na hujulikana kama **wageni wa kihofisi** (official visitors).

2. Kukupa heshima na kuheshimu mila yako

Una haki ya:

- Kutekeleza imani za kimila na kufuata matakwa yako
- Uhuru wa kuabudu sehemu yoyote, kuwa na imani yako ambayo haitatisha haki za watu wengine na maamuzi yao.
- Kukubali mila ambayo ina msaada kwako,kama vile misaada itolewayo katika lugha yako kupitia kwa mkarimani na ambayo huona uthamani wa historia wa mila yako na imani zako.

3. Matibabu

Unahaki ya:

Kuendelea kupata taarifa kuhusu kitu ambacho unaweza kutegemea kutoka katika shughuli za kimisaada kwako katika kufanya maamuzi mazuri

- Kupata matibabu bora katika mazingira mazuri.
- Toa maoni yako kuhusu matibabu yako au omba kupata maoni ya pili.
- Kupewa taarifa ya matibabu yako utakayopewa na jinsi yatakavyo fanya kazi na madhara yake na faida na hasara za matibabu hayo.
- Chagua matibabu mengine (labda kama umepata ruhusa kutoka hospitalini kupita sheria za Matibabu ya Akili (Mental Health Act) katika mkoa au wilaya yako).
- Kuwasiliana na rafiki, ndugu,mwanasheria, mshauri wa kidini au wakili wa magonjwa ya akili kwa msaada. Kila mtu aliye ruhusiwa kwa afya ya akili ana haki ya kuwa na ule utu wa kutoa maoni yake kwa muda kama alivyo penda kuyatoa.
- Toa lalamiko lako kama hujafurahia huduma au matibabu unayopewa, au kuomba mtaalamu mpya wa matibabu ya akili.
- Kutoa ruhusa kwa mtaalamu wa Afya ya akili kuzungumza na familia yako na walezi wako kuhusu wewe ili kwamba waweze kukusaidia. Pia wanaweza kuelezea matatizo yako au ugonjwa wako kwa daktariwako wa familia (GP).
- Kuzuia matibabu labda kama upo chini ya Sheria ya Matibabu ya Akili (Mental Health Act) katika mkoa wako au wilaya yako.
- Kuzuia kuwa na wanafunzi wanaokuwakilisha wakati unapotaka kumuona Mtaalamu wa Magonjwa ya akili.
- Kuzuia kuwa katika sehemu ya uchunguzi, upimaji au Utafiti au kurekodiwa wakati unapokuwa unahojiwa au unatibiwa.
- Angalia yaliyoandikwa katika kumbukumbu zako za matibabu. Hata kama wakati mwingine maelezo haya unaweza kupewa kwa kutuma maombi kwa Uhuru wa maelezo (Freedom of Information) Sheria katika mkoa au wilaya yako. Mtaalamu wako wa matatizo ya akili anaweza kukupa ushauri zaidi kuhusiana na hili.

4. Kujisikia amani

Una haki ya:

- Kulindwa kutokana na kunyanyaswa, kutendewa vibaya au kunyonywa.
- Kuwa na familia au marafiki kukutembelea wakati ukiwa unapata matibabu.
- Kudhibitiwa katika mazingira ya kijamii. Wakati mwingine mtu anaweza kuzuiliwa kwa muda hospitalini kwa matibabu ya gafla chini ya Sheria ya Matibabu ya Akili (Mental Health Act). Hii inatokea pale tu daktari (GP) anapoona kuwa mtu yupo katika hatari ya kujidhuru mwenyewe pamoja na watu wengine. Sheria inamruhusu mtu kuwekwa katika eneo la usalama kwa usalama wake mwenyewe. Hii inafahamika kama “uwepo wa maandalizi (being scheduled) chini ya kifungu cha sheria ya Afya ya Akili. Wakati mwingine mtu anaweza kuwekwa katika chumba cha muda kwa uchunguzi mpaka hatari au madhara yameisha.

5. Haki za kisheria

Una haki ya:

- Kupinga uamuzi ulitolewa na kitengo cha mambo ya akili l/bodi au mahakama. Kama haukubaliani nao unaweza kuomba mwanasheria wa maswala ya akili kukusaidia jinsi ya kufuatilia mambo hayo.

Bodi/Mahakama ya uchunguzi wa Matibabu ya Akili (Mental Health Review Tribunal/Board) hulinda haki za watu katika kupokea matibabu ya muda kwa ugonjwa wa akili. Inatoa ushauri unaojitagemea kwa matibabu ya kila siku

6. Siri

Una haki ya:

- Kutunziwa siri na faragha. Hakutakuwepo na taarifa zozote zihusuzo wewe zitakazotolewa kwa watu wengine labda kama utatoa ruhusa mwenyewe au labda sheria itaruhusu taarifa zako ziwe wazi.

7. Toa maoni yako katika sera ya maendeleo ya matibabu ya akili

Hii ina maana ya kwamba inawapasa wahudumu wa afya:

- Waulize maoni kuhusu huduma unayotumia.
- Kukutia moyo ili uweze wewe kuchangia mawazo katika kuimarisha huduma na sera.
- Kukuunganisha na wagonjwa wengine au makundi ya mawakili ambao wanawakiliisha maoni na matakwa ya watunzaji wa matibabu ya akili.
- Kukutaarifu kuhusu nafasi za kutoa ushauri kwenye jopo la watalamu wa afya kutoka mtazamo wa kimila.

8. Kushiriki katika jamii

Una haki ya:

- Kupewa heshima na usawa.
- Kuwa na haki sawa kama raia wengine wakati wanakupa mapato; uangalifu kiafya, elimu,ajira, makazi,usafiri, na huduma za kisheria, afya na sera nyingine za bima na manufaa mengine ambayo yanaendana na umri.

Je, haki zangu ni nini kama mimi ni mzazi au mtunzaji wa mtoto mwenye matatizo ya akili?

Unaweza kutumia miongoni mwa haki zilizoelezwa hapo juu kwa niaba ya mwanao katika uangalizi wako. Kwa mujibu wa nchi ya Australia umri ambao watoto wanao hitaji matibabu na kupewa ruhusa ya kufanya maamuzi yao wenyewe unatofautiana - miaka 18 mpaka miaka16 mpaka miaka 14. Au wanaweza kufanya maamuzi pamoja na wazazi wao.

Je, nawezaje kutumia haki zangu?

Ili uweze kujua ni jinsi gani unaweza kutumia haki zako , zungumza na daktari (GP), Mtaalamu wa magonjwa ya akili au mwakilishi wako. Mpangilio wa kumuona wakili wa matatizo ya akili au huduma ni tofauti kati ya mikoa au wilaya.

Vipi kuhusu ugonjwa wa akili, haki za biadamu na sheria?

Sheria nyingi zipo ili kulinda haki na msingi ya watu. Sheria hizi zinasaidia mtu mwenye matatizo ya akili kwa kuweka wazi haki za mtu katika mazingira ya:

- Kuwa huru na kutokunyanyaswa.
- Uwezo wa kuwa na makazi na msaada wa kuendelea na maisha ya kujitegemea.
- Uwezo wa ulinzi wa kifedha uliopo katika ofisi za Serikali ya Centrelink
- Uwezo wa nafasi ya ajira kama ilivyo katika Centrelink.
- Saidia hudumu zote kama vile msada wa wazazi na wa kifamilia,msaada wa walezi, msaada kwa walemavu, msaada kwa makundi mbalimbali, wahamiaji na shughuli za msaada kwa wakimbizi na uangalizi.
- Uwezo wa kujua lugha ya kingeleza na kuitafsiri.
- Uwezo wa kuwasaidia watoto kiulinzi na minyanyaso ya nyumbani na kuwalinda na Uhalifu. Wasiliana na polisi kama kutakuwa na mnyanyaso au maonevu ya watoto.
- Uwezo wa ulinzi wa afya ikiwemo mpango wa Medicare wa serikali na wafanisi wa shughuli za wakimbizi, watoto, vijana na wazee.

Ni kinyume cha sheria kumbagua mtu kwa sababu ana ugonjwa wa akili. Sheria ya 1992 inayo hsu kubaguliwa kwa walemavu (Disability Discrimination Act 1992) inatoa ulinzi wa kila mwaustralia kuhusu ubaguzi wa ulemavu.

Je, wajibu wangu ni nini?

Kama una ugonjwa wa Akili, ni muhimu kuangalia uwezekano wa kupona na kupata nafuu kwa matibabu ya akili yako:

- Uwe mnyenyekevu pale wanapokuwa wanakuandalia mipango ya kukusaidia ya matibabu ya akili..
- Fuata mipango ya kukusaidia ya matibabu ya akili.
- Zungumzaa na daktari wako (GP) au mtaalamu wa matibabu ya akili kama unataka kubadili mpango wa kukusaidia wa afya ya akili kama unaamini mpango huu unaoutumia hautakusaidia.
- Mwambie daktari wako (GP) au mtaalamu wa Afya ya akili kama unaendelea kupokea matibabu mengine kutoka kwa mtu mwingine kwa tatizo lilelile, au kama unatumia mitishamba ,madawa ya asili au vitamini. Taarifa hii ni muhimu baadhi ya madawa yanaweza kulete madhara katika matibabu na kusababisha au kuletea madhara makubwa.
- Mwambie daktari wako (GP) au mtaalamu wa mataizo ya akili kama umetumia kafeni (ni aina ya dawa inayo sisimua mwili) au kama umetumia madawa ya kulevya au pombe. Maana yanaweza kupingana na madawa uliyo pewa yakakuletea madhara makubwa.
- Tumia madawa pekee ambayo umeshauliwa utumie.
- Zungumza na daktari wako (GP) au mtaalamu wa magonjwa ya akili kabla hujachukua uamuzi wa kuacha kutumia madawa yoyote vinginevyo inaweza kukusababishia madhara makubwa.
- Uwe mwangalifu na madawa unayotumia. Kama huna uhakika na madawa unayoyatumia au kwanini unayatumia, omba msaada ambao utakupatia maelekezo unayo hitaji, au zungumzaa na daktari wako (GP) au mtaalamu wa magonjwa ya akili.
- Heshimu ahadi zako. Kama hutaweza kutimiza ahadi, mwelezee daktari wako (GP) au mtaalamu wa magonjwa ya akili.
- Heshimu haki za watu wengine tumia huduma za matibabu ya akili.
- Heshimu haki za wataalamu wa magonjwa ya akili ili uwe salama katika kazi..
- Mwambie mtu yeyote mara moja kama unafikili hujisikii vizuri , ili uweze kupata msaada.

.

Je,Jamiii na wahudumiwa wana haki gani kwenye maswala ya kisheria?

Katika hali yoyote ambayo unaweza kujigundua kuwa hauko sawa au huna amani mpango wa uangalizi wa afya ya akili lazima ulete uwiano wa kulindwa na kuwa huru kwa haki za kijamii, na uhuru wa haki zako mwenyewe na uangalifu wa vitu vidogo vidogo

Sheria inasema kuwa mtu anaweza kupangwa kuwa na matibabu ya gafla kwa yeye mwenyewe na kwa usawa wa jamii. Hii mipango inatokana na mawazo ya wataalamu wa madawa na makisio yaliyoko chini ya Sheria ya Matibabu ya Akili (Mental Health Act) kwa kila mkoa na wilaya. Kama umepangiwa kuwa na matibabu ya gafla unalazimika kuwa na uthibitisho wa kisheria peleka mashitaka yako kwa muamuzi /hakimu. Madhumuni ya uthibitisho wa kisheria ni kuhakikisha kuwa matibabu ya gafla hayafanyiwi kiholela ni mpaka kuwe na ulazima.

Wakati mwingine mtu mwenye ugonjwa wa akili ana weza kufanya makosa na kama ikitokea hivyo na huku kafanya makosa bila kujitambua kama aliyofanya, mtu huyo anahaki ya kufanyiwa makisio ya matibabu na huduma.

Je unahitaji habari zaidi?

Kwa mkalimani

Huduma za Utafsiri na Ukalimani (TIS)
Simu: 13 14 50

Huduma za magojwa ya akili na namba za kupiga masaa 24 za dharura
zilizoorodheshwa katika kitabu cha simu.

Lifeline: simu ya masaa 24-ya simu kwa huduma ya ushauri
Huduma na habari zitolewazo na mashirika yasiyo ya serikali.
Simu: 13 11 14
Tovuti: www.lifeline.org.au

Sane Australia
Shirika la bure la taifa linalotoa habari na maelekezo kupitia msaada wa bure kwa njia ya simu, pamoja na kumbukumbu za elimu na utafiti.
Simu: 1800 18 SANE (7263)
Tovuti: www.sane.org

beyondblue: Mpango wa taifa wa ugonjwa
wa akli unatoa habari kuhusu kuchanganyikiwa, kuhisi tofauti na matatizo yanayoendana, matibabu yaliyopo na sehemu ya kupata msaada.
Simu: 1300 22 4636
Tovuti: www.beyondblue.org.au

Carers Australia
Shirika lisilo la kiserikali linalotoa habari, maelekezo na kumbukumbu za kielimu.
Simu: 1800 242 636
Tovuti: www.carersaustralia.com.au

Andika namba za mawasiliano za zilipo karibu nawe hapa

.....

.....

.....

Shirika la Matatizo ya Akili la Tamaduni la Australia (MMHA)
Simu: 02 9840 3333
Faksi: 02 9840 3388
Tovuti: www.mmha.org.au
Barua pepe: admin@mmha.org.au

Maelezo ya haki ya Matibabu ya Akili na Majukumu ya 1991 (Mental Health Statement of Rights and Responsibilities (1991) inaweza kupatikana kutoka Idara ya Afya na Uzee ya Autrslia (Australian Department of Health and Ageing) Tovuti: www.health.gov.au

Kamishna ya Haki za Binadamu ya Australia
Shirika linalojitegemea linalotoa taarifa kwa bunge juu ya haki za binadamu kuhusu mambo yahusuyo watu binafsi na makundi.
Simu: (02) 9284 9600
MalalamikoSimu: 1300 656 419
Tovuti: www.humanrights.gov.au

Chombo Amuzi cha Umoja wa Madola (Commonwealth Ombudsman)
Kama unafikiri umetendewa kinyume na wizara ya serikali ya Australia au shirika, unaweza kulalamika kwenye chombo amuzi cha umoja wa Madola.
Simu: 1300 362 072
Tovuti: www.ombudsman.gov.au

Umoja wa Magonjwa ya Akili wa Australia (MHCA)
Ni shirika lisilo la kiserikali linalohimiza jamii isiyo na magonjwa ya akili, elimu juu ya magonjwa ya akili na kusaidia kutoa huduma za akili kwa waaustralia wote.
Simu: (02) 6285 3100
Tovuti: www.mhca.com.au

Wasiliana na mahali unapokaa:
- Daktari (GP)
- Huduma ya afya ya akili
- Kituo cha afya cha jamii
- Timu ya magojwa ya akili ya hospitali ya karibu yako
- Kituo cha huduma ya akili (Transcultural Mental Health Centre / Service)

  MMHA wanaweza kutoa habari za mawasiliano zilizopo katika mkoa aua wilaya yako

Huduma hizi pia zinaweza kutoa maelezo kwa kuwasiliana na **Mahakama/Bodi ya Rufaa ya Magojwa ya Akili** katika kila wilaya na Mkoa.

Kuhusu nakala hii

Nakala hii ilitolewa na Shirika la **Matatizo ya Akili la Tamaduni la Australia** (MMHA) kwa kupata msaada wa kifedha kutoka kwa Idara ya Afya na Wazee ya Australia (Australian Department of Health and Ageing). Nakala nyingine katika mfuatano huu ni kama

- Watunzaji wa watu wenye ugonjwa wa akili
- Utambulisho wa utamaduni na afya ya akili
- Kupata msaada wa matibabu ya akili kwa daktari
- Madhara yanayotoletwa na simanzi
- Kuchanganyikiwa, madawa ya kulevya na vinywaji vya kulevya
- Kupona uagonjwa wa akili

© April 2011 Multicultural Mental Health Australia

For more information about Multicultural Mental Health Australia visit www.mmha.org.au
Multicultural Mental Health Australia,
Locked Bag 7118, Parramatta CBD, NSW, 2124
Phone: 02 9840 3333 Fax: 02 9840 3388 Email: admin@mmha.org.au