

# It-Trażżin fiżiku

Tagħrif għar-residenti, għall-familja u għall-kerers



It-trażżin fiżiku hu kwalunkwe haġa li żżommok milli tiċċaqlaq liberament.

Tista' tinvolti l-użu ta' apparat bħal ngħidu aħna pjanċi protettivi tas-sodda, ċinturin fil-ħoġor jew sigġu bil-mejda mwahħla. Tista' tfisser ukoll li tneħhi affarijiet bħal frejms tal-mixi.

Fil-passat, it-trażżin fiżiku kien jintuża għal raġunijiet ta' sigurtà. Kien maħsub li seta' jzomm nies milli jaqgħu. Kien jintuża wkoll biex iżomm nies milli jagħmlu affarijiet bħal joqgħodu jiġġerrew jew iqumu mis-sodda.

Imma issa nafu li jista' jagħmel l-affarijiet aġġar. It-trażżin fiżiku jista' jirrizulta f'dannu u ġrieħi perikolużi.

## Ir-riskji meta tuża trażżin fiżiku

It-trażżin fiżiku jista' jikkawża problema bħal ngħidu aħna:

- telf ta' saħħa u waqgħat
- uġiġħ
- konstipazzjoni jew kontinenza
- feriti tal-pressjoni (ġrieħi)
- paniku, biża' u rabja.
- iżolazzjoni u l-persuna tħossha waħidha
- nuqqas ta' dinjità
- korriment jew mewt.

## Meta t-trażżin fiżiku għandu mnejn jiġi kkunsidrat?

It-trażżin fiżiku hu l-aħħar rimedju u fil-każ ta' emergenzi estremi biss.

Jista' jintuża biss għal żmien qasir. Għandu jintuża biss meta kienu ppruvati kull haġa oħra.

Qabel ma jintuża trażżin, hu importanti tara li mhux qed jintuża biex insolvu telqa bla interess ta' xejn, skomdità, anzjetà jew mard tar-resident. Qatt ma għandu jintuża għax hemm nuqqas ta' staff.

Jista' jintuża biss wara li jiġi diskuss miegħek u mal-familja tiegħek. Din id-diskussjoni trid tinkludi r-riskji tat-trażżin.

Trid tkun monitorjata mill-viċin u rreveduta mill-istaff tal-kura u mit-tabib tiegħek.

## Eżempji tat-trażżin fiżiku

- Poġġamani tas-sodda
- Ċinturini tal-ħoġor jew ċinturini tas-sigurtà
- Ċinturini bil-mejda mwaħħla magħhom
- Tneħħija ta' apparat għall-għajnuna ta' mobbiltà, bħal frejms tal-mixi
- Siġġijiet jew sodod fejn il-pazjent isibha bi tqila iqum minn fuqhom
- L-użu ta' għamara biex timblokka l-passaġġi.

## Min jista' jawtorizza t-trażżin?

It-trażżin fiżiku għandu dejjem jiġi diskuss miegħek, mal-familja tiegħek jew mal-kuratur legali, it-tabib u staff kwalifikat.

Int jew il-kuratur legali tiegħek tridu tagħtu l-kunsens għall-użu tat-trażżin. F'każ ta' emerġenza, dan għandu mnejn ma jistax isir. Madankollu, għandu jinkiseb malajr kemm jista' jkun.

### Naħdmu flimkien

Int u l-familja tiegħek tifhmu x'għandek bżonn.

Aħdmu flimkien mal-istaff biex naqsmu bejnietha t-tagħrif. Dan jgħin biex niżviluppaw pjan ta' kura li hu ċċentrat fuqek. Pjan tajjeb ta' kura jinkludi l-passat tiegħek ta' ħajtek u xi tħobb u x'ma tħobbx.

It-taqsim tal-informazzjoni jista' jgħinek tevita trażżin fiżiku permezz tal-użu ta' strategiji li jgħoddu għalik. Tkellem mal-istaff dwar l-użu tat-trażżin u staqsi mistoqsijiet dwar l-aħjar kura.

### Mistoqsijiet li għandek tistaqsi lill-istaff?

- Għala qed tuża t-trażżin? Hemm bżonnu?
- Rajtx tistax tuża alternattivi oħra minflok it-trażżin? X'inhuma l-alternattivi?
- Qed tuża t-trażżin li hu l-inqas restrettiv u li jgħodd l-aktar?
- Kif ser jiġi mmonitorjat it-trażżin, għal kemm ser jintuża?



**Ĉaħda:** Dan it-tagħrif dwar is-saħħa hu għall-skopijiet generali biss. Jekk jogħġbok kellem lit-tabib tiegħek jew lill-professjonist ieħor tas-saħħa biex tara li dan it-tagħrif jgħodd għalik.

Biex tirċievi din il-pubblikazzjoni f'format aċċessibbli ibgħat email lil [acqiu@dhhs.vic.gov.au](mailto:acqiu@dhhs.vic.gov.au)

Awtorizzat u ppubblikat mill-Gvern ta' Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Department of Health and Human Services, Ġunju 2016. ISBN 978-0-7311-6808-8  
Jinstab f'<https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>