|  |  |
| --- | --- |
| **Carers caring and respite care | ការថែទាំរបស់អ្នកថែទាំ   និងការថែទាំជំនួសបណ្តោះអាសន្ន** | |
|  |  |
| Being a full-time carer can be rewarding, but also challenging.  Victoria has a wealth of support services to help those that are carers and those being cared for.  The term "carer" can refer to paid and unpaid professional and lay carers.  Professional carers are people who are trained and paid to look after people, but many carers are family members looking after older parents, their child,  or their partner. Or carers can be friends or neighbours.  As well as family members, partners, friends and neighbours caring for someone, there are a number of different professional carers known as care workers.  Paid carers include home care workers, personal care workers, and disability support workers.  All personal care workers in Victoria must have a Certificate Three in home and community care or related area such as disability or aged care, with the relevant personal care and first aid competencies.  Aged care workers, for example, provide care and support to older people in residential facilities, clinics, hospitals, and private homes.  They help with personal care, such as showering, dressing and eating, domestic duties, preparing meals and cleaning, and managing illness, such as helping a person with medicines.  “What my job involves more is to look after residents’ three basic needs.  The first one is their physical needs.  The second one is social need.  And the third one is psychological emotional needs.  We help the residents to be independent, but also be there if they need us to help them. “  While many carers talk of the rewards of being a carer, it is important to consider how much is involved, especially as an unpaid carer  looking after a loved one.  There could be reduced income if you give up your job, emotional and physical stress, or feeling isolated.  That's where support comes in.  “There are times where it’s a bit challenging.  It's great with palliative care, they've got their social workers and so forth, which is a great help for me as well as dad's, and they do a wonderful, wonderful job.”  The Australian government offers support to carers caring for someone with a disability or mental illness, with a medical condition, after an  illness or accident, or an older person with care needs.  Support is also available to carers of people with a terminal or life-limiting illness, including respite, personal support, financial support, information, education, counselling, networking opportunities.  The carer payment provides financial support to people who cannot work insubstantial paid employment because they provide full-time daily care.  Visit the Department of Human Services to find out more detailed information about carer payments.  There is a range of support to assist carers in the vital role they undertake.  For more information, visit: BetterHealth.vic.gov.au/carers | ការធ្វើជាអ្នកថែទាំពេញម៉ោងអាចផ្តល់នូវភាពរីករាយ ប៉ុន្តែក៏មាន ការលំបាកផងដែរ។  រដ្ឋវិចតូរីយ៉ាមានសេវាគាំទ្រជាច្រើន ដើម្បីជួយអ្នកដែលបម្រើការ ងារជាអ្នកថែទាំ និងអ្នកទទួលការថែទាំ។ ពាក្យថា "អ្នកថែទាំ" អាចសំដៅទៅលើអ្នកជំនាញប្រកបវិជ្ជាជីវៈជាអ្នកថែទាំ និងអ្នក ជំនាញធម្មតាប្រកបវិជ្ជាជីវៈ ជាអ្នកថែទាំដោយមានប្រាក់បៀវត្សរ៍ និងគ្មានប្រាក់បៀវត្សរ៍។  អ្នកជំនាញប្រកបវិជ្ជាជីវៈជាអ្នកថែទាំ គឺជាមនុស្សដែលទទួលបាន ការបណ្តុះបណ្តាល និងទទួលបានប្រាក់បៀវត្សរ៍សម្រាប់មើលថែ ទាំមនុស្ស ប៉ុន្តែអ្នកថែទាំជាច្រើនគឺជាសមាជិកគ្រួសារដែលមើល ថែទាំឪពុកម្តាយដែលមានវ័យចំណាស់ កូនរបស់ខ្លួន ឬដៃគូរបស់ ខ្លួន។ ឬអ្នកថែទាំអាចជាមិត្តភ័ក្តិ ឬអ្នកជិតខាង។  បន្ថែមលើសមាជិកគ្រួសារ ដៃគូ មិត្តភ័ក្តិ និងអ្នកជិតខាងមើលថែ ទាំនរណាម្នាក់ មានអ្នកជំនាញប្រកបវិជ្ជាជីវៈជាអ្នកថែទាំមួយចំ នួនដែលគេស្គាល់ថាជាបុគ្គលិកថែទាំ។  អ្នកថែទាំដែលទទួលបានប្រាក់បៀវត្សរ៍ រួមមានបុគ្គលិកថែទាំតាម ផ្ទះ បុគ្គលិកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន និងបុគ្គលិកគាំទ្រជនពិការ។  គ្រប់បុគ្គលិកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួនទាំងអស់នៅក្នុងរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា ត្រូវមាន វិញ្ញាបនបត្រថ្នាក់ទីបីផ្នែកថែទាំតាមផ្ទះ និងសហគមន៍ ឬជំនាញ ពាក់ព័ន្ធដូចជាជំនាញផ្នែកថែទាំជនពិការ ឬមនុស្សចាស់ដោយ មានសមត្ថភាពផ្នែកថែទាំពាក់ព័ន្ធ និងផ្នែកសង្រ្គោះបឋម។  ឧទាហរណ៍ បុគ្គលិកថែទាំមនុស្សចាស់ផ្តល់នូវការថែទាំ និងការ គាំទ្រមនុស្សដែលមានវ័យចំណាស់នៅតាមលំនៅដ្ឋាន គ្លីនិក មន្ទីរពេទ្យ និងផ្ទះឯកជន។  ពួកគេជួយផ្ដល់ការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន ដូចជាជួយងូតទឹក ស្លៀកពាក់ ឱ្យ និងជួយក្នុងការទទួលទាន ធ្វើការងារក្នុងផ្ទះ រៀបចំចំណីអា ហារ និងលាងសម្អាត និងគ្រប់គ្រងជំងឺដូចជាជួយយកថ្នាំពេទ្យឱ្យ លេប។  “អ្វីដែលការងាររបស់ខ្ញុំពាក់ព័ន្ធច្រើន គឺការមើលខុសត្រូវចំពោះ តម្រូវការចាំបាច់របស់មនុស្ស។ ទីមួយ គឺតម្រូវការខាងរាងកាយ របស់ពួកគេ។ ទីពីរ គឺតម្រូវការខាងសង្គម ហើយទីបី គឺតម្រូវការ ខាងផ្លូវចិត្ត និងផ្លូវអារម្មណ៍។ យើងជួយមនុស្សឱ្យទទួលបានឯក រាជ្យភាពរបស់គេ ប៉ុន្តែត្រូវប្រចាំការនៅទីនោះ ប្រសិនបើពួកគេ ត្រូវការឱ្យយើងជួយពួកគេ។”  ខណៈពេលដែលអ្នកថែទាំភាគច្រើន និយាយពីរង្វាន់នៃការងារជា អ្នកថែទាំ វាជាការសំខាន់ដែលត្រូវពិចារណាថាតើមានការពាក់ព័ន្ធ ច្រើនកម្រិតណា ជាពិសេសជាអ្នកថែទាំគ្មានប្រាក់បៀវត្សរ៍ដែល មើលថែទាំមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់ខ្លួន។  អាចជាការកាត់បន្ថយប្រាក់ចំណូល ប្រសិនបើអ្នកបោះបង់ការងារ របស់អ្នក ភាពតានតឹងខាងផ្លូវអារម្មណ៍ និងផ្លូវកាយរបស់អ្នក ឬការមានអារម្មណ៍ឯកកោ។  ហេតុនេះហើយបានជាមានការផ្តល់ការគាំទ្រ។  "មានពេលខ្លះវាអាចជួបបញ្ហាលំបាកបន្តិចបន្តួចដែរ។ ជាការល្អ ប្រសើរសម្រាប់ពេលថែទាំបន្ធូរការឈឺចាប់ ពួកគេទទួលបានបុគ្គ លិកសង្គមកិច្ចជាដើម ដែលជាជំនួយមួយយ៉ាងធំសម្បើមសម្រាប់ ខ្ញុំ ព្រមទាំងឪពុកខ្ញុំ ហើយពួកគេធ្វើការងារបានល្អណាស់។  រដ្ឋាភិបាលអូស្រ្តាលី ផ្តល់ជូនការគាំទ្រដល់អ្នកថែទាំដែលមើលថែ មនុស្សមានពិការភាព ឬជំងឺផ្លូវចិត្ត មានអាការៈជំងឺ បន្ទាប់ពីមាន ជំងឺ ឬគ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍ ឬមនុស្សចាស់ដែលត្រូវការការថែទាំ។  ក៏មានផ្តល់ជូនការគាំទ្រ ដល់អ្នកថែទាំមនុស្សដែលមានជំងឺ ដំណាក់កាលចុងក្រោយ ឬជំងឺរង់ចាំសេចក្តីស្លាប់ដែរ រួមទាំងការ ថែទាំជំនួសបណ្តោះអាសន្ន ការគាំទ្រផ្ទាល់ខ្លួន ការគាំទ្រផ្នែក ហិរញ្ញវត្ថុ ព័ត៌មាន ការអប់រំ ការប្រឹក្សា និងឱកាសបង្កើតបណ្តាញ ទំនាក់ទំនង។  ប្រាក់ផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់អ្នកថែទាំ ផ្ដល់ជូនការគាំទ្រផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ ដល់មនុស្សដែលមិនអាចធ្វើការទទួលបានប្រាក់បៀវត្សរ៍ច្រើន ពីព្រោះពួកគេផ្តល់ការថែទាំពេញម៉ោងប្រចាំថ្ងៃរួចទៅហើយ។  សូមបើកចូល Department of Human Services ដើម្បី ស្វែងរកព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម អំពីប្រាក់ប្រាក់បៀវត្សរ៍សម្រាប់ ការងារជាអ្នកថែទាំ។  មានការគាំទ្រជាច្រើនសម្រាប់ជួយដល់អ្នកថែទាំបំពេញតួនាទីដ៏សំខាន់ដែលពួកគេកំពុងទទួលធ្វើ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមបើកចូល BetterHealth.vic.gov.au/carers |