



# “نحن نهتم بذوي المريض” ذوو المرضى في بيئتك الاجتماعية

# من هم ذوو المرضى

يمكن أن يكون ذوو المرضى أشخاصًا من جميع الأعمار يساعدون (عادةً بدون أجر) شخصًا مصابًا بمرض مزمن أو إعاقة أو اضطرابات صحية أخرى طويلة الأجل خارج الإطار المهني أو الرسمي (Eurocarers 2018). وفقًا لبحث حديث، يقوم ذوو المرضى بتقديم أكثر من 80% من إجمالي الرعاية في أوروبا (هوفمان و رودريغز، 2010). وتتم هذه الرعاية ضمن إطار علاقتنا الاجتماعية. غالبية الأقرباء الذين يقدمون الرعاية هم الآباء أو الشركاء (الزوج أو الزوجة) أو الأولاد والمراهقين أو الأحفاد أو الأشقاء أو الأصدقاء أو حتى الجيران. غالبًا لا توجد حدود لمقدار الرعاية المقدمة أو الوقت المستخدم (Eurocarers، رعاية الأسرة في أوروبا).

This flyer related to the Project made by the beneficiaries jointly or individually in any form and using any means, shall indicate that it reflects only the author's view and that the National Agency and the European Commission are not responsible for any use that may be made of the information it contains

# هل تعرف شخصا في بيئتك الاجتماعية يقوم بدور كأحد ذوي شخص مريض؟



من أجل التعرف بسهولة على ما إذا كان  
أحدهم من ذوي المريض، ينبغي على  
المرء أن يأخذ ما يلي في الاعتبار:

هل لديك شخص في دائرتك المباشرة، أي في عائلتك أو بين  
أصدقائك، ممن يواجهون تحديات صحية مثل:

- ✓  الإعاقة الجسدية (الناجمة عن المرض أو الإصابة أو الحوادث أو الشيخوخة أو يعاني من عاهة خلقية)
- ✓  الصحة العقلية، (مثل الاكتئاب أو القلق أو الأمراض النفسية)
- ✓  الضعف الإدراكي (مثل أمراض الخرف المختلفة (مرض الزهايمر) أو التوحد أو صعوبات التعلم أو تلف الدماغ أو متلازمة خلقية مثل متلازمة داون)
- ✓  الإدمان (على الكحول أو الأدوية أو المواد المخدرة)
- ✓  تحديات صحية أخرى.

لا  نعم

هل تعلم من يعتني بهذا الشخص؟ هل تعرف كيف نظمت الرعاية  
المقدمة لهذا الشخص؟

لا  نعم

يمكن أن توفر هذه الأسئلة أساساً لتقييم من هو ذلك الذي يقدم المساعدة

# يمكن أن يكون لكون المرء أقرب أقرباء المريض عواقب سلبية على:

## • الصحة النفسية والعقلية

هناك زيادة بنسبة 20% في تحديات الصحة العقلية لدى ذوي المرضى/ المسنين مقارنة بالأشخاص الذين لا يقدمون مثل هذه الرعاية، وهذا ينطبق بشكل خاص على أولئك الذين يقومون بتقديم المساعدة لساعات عديدة أسبوعياً (20 ساعة أو أكثر). ليس من غير الشائع أن يعاني القريب نفسه من الاكتئاب والعصبية والشعور بالإجهاد والغضب والإحباط عند الاضطلاع بمهام الرعاية الشاقة (OECD 2011). أن يكون المرء قريباً لمريض/ لشخص مسن مقترن أيضاً بعدم اهتمام المرء بنمط حياته (التدخين، نوعية الطعام، عادات النوم) وبصحته العامة (يذهب المرء بدرجة أقل إلى الطبيب بسبب مشاكله الذاتية) (Eurocarers، 2018).

## • الحياة العملية:

قد يكون من الصعب تحقيق التوازن بين وظيفتك وكونك قريباً، مما يؤدي إلى حصول العديد من الأشخاص على وظائف بدوام جزئي، مما يؤدي بدوره إلى انخفاض الدخل. وفقاً للمسح الأوروبي الثالث لجودة الحياة، يعاني 14% من ذوي المرضى العاطلين عن العمل من الاكتئاب، وهو ضعف عدد ذوي المرضى العاملين (Eurocarers، 2018). رعاية الأقارب للمرضى ينتج عنها العديد من الفرص المحدودة في الحياة العملية، حيث انخفاض الأجور وضعف أنظمة المعاشات التقاعدية، خاصة وأن العديد منهم لديهم وظائف بدوام جزئي كخيار وحيد لهم..

## • الوضع الاقتصادي

و- تزداد التحديات المالية والفقر النسبي، بسبب التخفيضات في الخدمات الاجتماعية وزيادة تكاليف الرعاية المباشرة (مثل الأدوية، والأنظمة الغذائية الخاصة وما إلى ذلك)، والمعدات الطبية وتكييف المنزل للمريض والدفع المحتمل للذين يدرسون أو يقدمون الرعاية للمريض عندما لا يستطيع المرء أن يفعل ذلك بنفسه.

## • الحياة الاجتماعية. يمكن أن تتأثر

ر الأسرة الطبيعية والحياة الاجتماعية وكذلك العلاقات الأسرية بحالة الرعاية التي لدى المرء كأحد ذوي المريض. ذوو المرضى، مقارنة بالأشخاص الذين ليسوا كذلك، هم أكثر عرضة للعزلة الاجتماعية بسبب قيامهم بواجبات تقديم الرعاية. وقد يجد هؤلاء أن العائلة والأصدقاء ينسحبون من حولهم.

هل تعلمون المشاكل التي يتعرض لها هؤلاء الأشخاص لكونهم مساعدين وراعين عائليين؟



## ذوو المرضى من أصول مهاجرة هم في وضع يواجهون فيه التحديات مرتين! لم يتم منحهم الحقوق ولم يتم الاعتراف بهم كأقرباء، وهم أكثر عرضة للإقصاء الاجتماعي لكونهم مهاجرين.

• ظروف سكن وظروف عمل سيئة - مقارنة بذوي المرضى الذين ينتمون إلى البلاد، فإن ذوي المرضى من أصول مهاجرة أكثر عرضة للاستغلال في علاقات العمل، وساعات العمل المفرطة والإجازة المرضية المحدودة / غير مدفوعة الأجر. كما أن ذوو المرضى من أصول مهاجرة هم أكثر عرضة لأن يحصلوا على رواتب منخفضة وأن يتعرضوا للإغراق الاجتماعي. فهذا يمنحهم القليل من الحماية فيما يتعلق بحقوق العمل وهم يفتقرون إلى الارتباط بالبلد لكي يحصلوا على حقوقهم كعاملين. من المرجح أن يواجه ذوو المرضى من أصول مهاجرة ظروف سكن سيئة وانعدام الخصوصية وخطر التشرد.

- التمييز - على أساس الجنسية أو الدين.
- الوصم - أن يكون المرء قريباً من أصول مهاجرة، جنباً إلى جنب مع نظرة المجتمع للمرض أو الإعاقة.
- صعوبات الاندماج - تحديات اللغة والثقافة والوضع الاقتصادي التي تحد من الانصهار في المجتمع ومحدودية الحصول على فرص التعليم وصعوبة دخول الميادين الاجتماعية والإستفادة من خدمات الدعم التي قد يحصل عليها الأقرباء "الأصليون".
- عدم رؤية المجتمع للمرء في دور ذوي المريض - (قلق مشترك وتوصيات مشتركة حول دور المهاجرين وأعمال الرعاية، 2018).



# ما الذي يمكنك أنت ومجتمعك أن تقدموه من دعم لذوي لأمراضى من الخلفية المهاجرة؟

- التعرف بشكل أفضل على احتياجات ذوي المرضى حتى يتمكن المرء من مساعدتهم في تجنب العزلة والإرهاق.
- تفعيل خدمات الدعم من خلال أشخاص مرجعيين أو منظمات أو خدمات رسمية في المجتمع
- تسهيل وصول ذوو المرضى إلى المعلومات ذات الصلة، إذا لزم الأمر، وتقديم الدعم اللغوي. الخدمات العامة والتطوعية المتاحة للأقرباء ومن يقومون برعايته.
- إعلامهم بخدمات الدعم المتوفرة والتدابير في بيئتهم (جمعيات ، استشارات قانونية ، فرص عمل).
- الوقوف معاً ضد الوصم الذي يرتبط أحياناً بالمرض والإعاقة، والذي يسبب عزل المريض وأقاربه.





[www.cosmicproject.eu](http://www.cosmicproject.eu)

