Una comunità di pazienti, assistenti e operatori sanitari a difesa dei diritti delle persone che vivono con l'anemia falciforme in Australia

CONTATTATECI

P.O Box 62 Craigieburn VIC 3064 Australia
P: 1300 148 824
E: info@aussicklecelladvocacy.org
W: https://aussicklecelladvocacy.org/

Sponsorizzato da:
Victoria State Government
Department of Premier and Cabinet

Tutti gli opuscoli creati da ASCA sono rivisti da ematologi per adulti e pediatrici.

Per ulteriori informazioni visitate:
https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/index.html

Australian Sickle Cell Advocacy

La gestione della salute mentale nella malattia delle cellule falciformi

CONTATTATECI

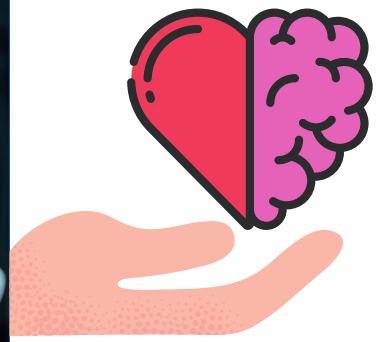
P.O Box 62 Craigieburn VIC 3064 Australia
P: 1300 148 824
E: info@aussicklecelladvocacy.org
W: https://aussicklecelladvocacy.org/

COS'È LA SALUTE MENTALE?

- La salute mentale comporta il benessere emotivo, psicologico e sociale. Influisce sul nostro modo di pensare, di sentire e di agire. Aiuta anche a determinare come gestiamo lo stress, ci relazioniamo con gli altri e facciamo delle scelte.
- Quasi la metà degli australiani tra i 16 e gli 85 anni - 7,3 milioni di persone -soffre di una qualche forma di malattia mentale ad un certo punto della vita.
- Le condizioni più comuni sono:
- Ansia
- Disturbi affettivi, specialmente depressione
- Disturbi da uso di sostanze, specialmente l'uso di alcol

Riferimenti

- https://www.nimh.nih.gov/health/publications/chronic-illness-mental-health/index.shtmllf
- https://www.mentalhealth.gov/basics/what-is-mental-health
- https://www.health.gov.au/health-topics/mental-health
- https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/illness-anxiety-disorder/symptoms-causes/syc-20373782



LE PERSONE CHE SOFFRONO DI CONDIZIONI MEDICHE CRONICHE SONO A RISCHIO MAGGIORE DI DEPRESSIONE.

- La depressione è comune tra le persone che hanno malattie croniche come la malattia delle cellule falciformi.
- Di solito, i sintomi della depressione seguono una diagnosi medica recente ma scompaiono quando ci si adatta alla condizione o quando la condizione viene trattata.
- In altri casi, alcuni farmaci usati per trattare la malattia possono scatenare la depressione.
- In altre occasioni, la depressione può persistere anche se la salute fisica migliora.

ANSIA E MALATTIE CRONICHE

- Il disturbo d'ansia da malattia, a volte chiamato ipocondria o ansia da salute, consiste nel preoccuparsi eccessivamente di essere o di poter diventare gravemente malato, anche in assenza di sintomi fisici.
- Attribuire sensazioni fisiche, come contrazioni muscolari o affaticamento, ad una malattia specifica e grave provoca un'estrema ansietà. Ed è proprio questa ansia eccessiva - piuttosto che il sintomo fisico stesso – che si traduce in una grave angoscia che può sconvolgere la vita.

SINTOMI DI ANSIA DA MALATTIA

- La preoccupazione che segnali minori o sensazioni corporee siano sintomi di una malattia grave.
- Essere facilmente allarmati per il proprio stato di salute.
- Trovare poca o nessuna rassicurazione dalle visite mediche o dai risultati di test negativi.
- Preoccuparsi eccessivamente della SCD.
- Sentire un livello tale di angoscia per le possibili malattie da rendere difficili le azioni quotidiane.

QUANDO CONSULTARE IL MEDICO?

- Poiché i sintomi possono essere collegati a problemi di salute, è importante prima di tutto rivolgersi al medico di base.
- Se il medico ritiene che soffriate di un disturbo d'ansia da malattia, può fare una richiesta per una visita con uno specialista di salute mentale

ASSISTENZA MEDICARE

- Attraverso il medico di base, Medicare offre sessioni gratuite di consulenza, fino a 10 sessioni nella maggior parte degli stati e con la possibilità di ottenere altre sessioni.

SUPPORTO DELL'EMATOLOGO/MEDICO CURANTE

- Controllare regolarmente i pazienti/badanti.
- Ricordare loro dei servizi di consulenza gratuiti di Medicare.
- Metterli in contatto con i membri dell'ASCA / altri pazienti / badanti.

ASSISTENZA DELL'ASCA

- Unitevi a un gruppo di sostegno nella vostra zona
- Unitevi al team esecutivo dell'ASCA per contribuire al cambiamento
- Contattate l'ASCA per aiutare qualcuno che ha problemi di depressione o di ansia