



## إساءة معاملة المسنين وإهمالهم: معلومات لمقدمي الرعاية الأسرية

### Abuse and neglect of older adults: Information for family caregivers

الرعاية من أفراد الأسرة من مشاكل شخصية تشمل المشاكل المالية أو مشاكل الصحة النفسية أو تعاطي المخدرات. قد يكون من الصعب عليهم تقديم الرعاية بشكل آمن.

#### ما هو الاستغلال المالي للمسنين؟

قد لا يدرك فرد الأسرة الذي يقدم الرعاية مسؤولياته القانونية عند مساعدة شخص مسن في الشؤون المالية، وخاصة عند التصرف بموجب توكيل رسمي. قد يتولى إدارة الشؤون المالية لأن ذلك يبدو أسهل. قد يشعر البعض بأنهم يستحقون المال أو الممتلكات، أو يعتقدون أنهم سيحصلون عليها على أية حال ويعتقدون أن لهم الحق في استخدامها الآن. قد يؤدي ذلك إلى الاستغلال المالي. للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة ملف [HealthLinkBC رقم 93: الاستغلال المالي للمسنين](#).

#### علامات إجهاد مقدم الرعاية التي قد تؤدي إلى الإساءة

قد يشعر معظم الأشخاص الذين يقدمون الرعاية لشخص ما بالإجهاد في بعض الأحيان. لحسن الحظ، يمكن للأشخاص أن يتعلموا التعرف على علامات الإجهاد. للحد من الإجهاد واحتمالية الإساءة أو إهمال الآخرين، اهتم بصحتك النفسية والجسدية.

إليك بعض علامات الإجهاد:

- تغيرات في مشاعرك، مثل الشعور بالقلق أو الاكتئاب، أو الشعور بالغضب والاستياء تجاه الشخص الذي ترعاه
- الشعور بالإرهاق الدائم
- الحاجة إلى تناول الأدوية لمساعدتك على النوم أو التأقلم
- إجراء تغييرات في نمط حياتك، بما في ذلك كمية الطعام التي تتناولها، أو كمية الشاي أو القهوة أو الكحول التي تشربها.
- زيارة مقدم الرعاية الصحية المتتابع لك بشكل متكرر بسبب ظهور مشاكل صحية

لكل شخص حدوده، وحدود كل شخص تختلف عن الآخر. قد تتغير احتياجات الشخص وقدراته بمرور الوقت. كن مستعداً لطلب المساعدة وقبولها.

تُقدم 80 بالمائة من الرعاية للمسنين من قبل أفراد الأسرة، وعادة ما يكون ذلك من قبل الزوج/الزوجة أو الشريك أو الأبناء البالغين.

قد يساعد أفراد الأسرة أحد الوالدين أو الزوجة عند كبرهم في الأنشطة اليومية، أو في الأمور المالية مثل التعامل مع البنوك أو دفع الفواتير، أو في الرعاية الشخصية مثل الاستحمام وارتداء الملابس. وقد يتحملون هذه المسؤوليات بدافع المحبة أو الشعور بالواجب الشخصي أو العائلي. تختلف العائلات عن بعضها البعض. بعض العائلات ليست في وضع يسمح لها بتحمل هذه المسؤوليات، بغض النظر عن مدى حبها للشخص المسن. بعض العلاقات الأسرية إيجابية وداعمة للغاية، بينما تخوض علاقات أخرى في مشاعر مختلطة، وصراع، وتوتر.

#### ما هي أنواع الإساءة أو الإهمال التي قد يتعرض لها المسنون؟

يمكن أن تؤثر الإساءة والإهمال في مراحل متقدمة من العمر على صحة الشخص وعافيته وسلامته وأمنه المالي. قد يتعرض المسنون لأنواع مختلفة من الأذى من الأشخاص الذين يعتمدون عليهم أو يثقون بهم. يمكن أن يتخذ ذلك أشكالاً عديدة تشمل الأذى الجسدي أو النفسي أو المالي أو الجنسي أو الروحي أو الممنهج. قد تشمل الإساءة والإهمال حجب الأدوية أو ضروريات الحياة.

#### لماذا تحدث الإساءة أو الإهمال؟

معظم الناس لا يقصدون أن يصبحوا مسيئين أو مهملين. قد يشعرون بعدم الارتياح أو بثقل المسؤولية بسبب تغير الأدوار في أسرتهم، خاصة إذا كان الشخص المسن يعتمد عليهم الآن. قد لا يعرف بعض أفراد الأسرة كيفية تقديم الرعاية أو المساعدة اللازمة. قد لا يفهمون طبيعة المشكلة الصحية وكيف تؤثر على قدرات أو سلوك الشخص المسن.

في بعض حالات الإساءة، قد يستخدم الأشخاص القوة الجسدية أو السيطرة النفسية على الشخص الآخر.

بالنسبة لبعض الأزواج في مراحل متقدمة من العمر، قد يواجهه كل من الشخص الذي يقدم الرعاية والشخص الذي يتلقاها صعوبات تتعلق بصحتهمما أو ذاكرتهما أو قدرتهما على اتخاذ القرارات. وقد يؤثر ذلك على كيفية ترابط الأشخاص وتفاعلهم مع بعضهم البعض.

غالباً ما تكون لدى مقدمي الرعاية من أفراد الأسرة مسؤوليات أخرى في العمل أو في المنزل. قد يجدون صعوبة في تقديم الرعاية، لا سيما مع تغير احتياجات الشخص المسن. وقد تؤدي محاولة تلبية هذه الاحتياجات إلى توترات وصراعات داخل الأسرة. قد يعني مقدمو

اتصل بخط معلومات إساءة معاملة المسنين على الرقم التالي: 1940-437-604 في منطقة لور ميدلاند، أو على الرقم المجاني 1-866-437-1940.

### لمزيد من المعلومات

- للحصول على مزيد من المعلومات حول إساءة معاملة المسنين وإهمالهم، أو للحصول على المساعدة، اتصل بالخدمات التالية أو تفضل بزيارتها:
  - خط إساءة معاملة ومعلومات المسنين، الذي تستضيفه منظمة Seniors First BC، على الرقم 1940-437-604 في فانكوفر أو الرقم المجاني 1940-437-1-866 أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني <https://seniorsfirstbc.ca>.
  - حكومة مقاطعة بريتش كولومبيا - الحماية من إساءة معاملة المسنين وإهمالهم
  - منظمة مقدمي الرعاية الأسرية في بريتش كولومبيا تدعم مقدمي الرعاية. اتصل بالرقم المجاني 1-877-520-3267 أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني [www.familycaregiversbc.ca](http://www.familycaregiversbc.ca) للمساعدة في التغلب على الإنهاك والإجهاد الناتجين عن تقديم الرعاية.
  - للتواصل مع الوصي العام وأمين الأموال، اتصل على الرقم 604-660-4444 أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني [www.trustee.bc.ca](http://www.trustee.bc.ca)

- هيئة المساعدة القانونية في بريتش كولومبيا على الرقم 604-2172-408 أو على الرقم المجاني 2525-1-866-577-0808 أو تفضل بزيارة <https://legalaid.bc.ca>
- خط Victim Link المجاني لمساعدة الضحايا في بريتش كولومبيا على الرقم 1-800-563-0808 أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني [VictimLinkBC](http://VictimLinkBC) للحصول على معلومات لضحايا العنف الأسري والجنسي أو الجريمة للحصول على مزيد من المعلومات حول الإساءة والمسنين، تفضل بزيارة ملفات HealthLinkBC التالية:
  - ملف HealthLinkBC رقم 93a: منع إساءة معاملة المسنين وإهمالهم
  - ملف HealthLinkBC رقم 93: إساءة معاملة المسنين وإهمالهم: فهم التجارب المختلفة
  - ملف HealthLinkBC رقم 93d: الاستغلال المالي للمسنين

**seniors first BC**

### كيف يمكن منع الإساءة والإهمال؟

هناك العديد من الطرق التي يمكن للعائلات من خلالها منع حدوث الإساءة أو الإهمال للآخرين أو لأنفسهم في مراحل متقدمة من العمر.

### التواصل الجيد

يعد التواصل الجيد والدعم داخل الأسر، وكذلك بين الأزواج، أمراً بالغ الأهمية. تحدث عن الوضع الحالي وخطط لاحتياجات المستقبلية. ما الذي يمكن أن يفعله أحد الوالدين أو أحد أفراد الأسرة بمفرده؟ ماذَا يمكنهم أن يفعلوا مع بعض من الدعم؟ يساعد ذلك على وضع توقعات واقعية.

يمكن أن يكون التواصل المنتظم بين أفراد الأسرة مفيداً وداعماً للغاية. فهو يجعل الجميع على دراية بالتغييرات التي تطرأ على صحة أحد الوالدين أو الزوج/الزوجة أو الشريك. يمكن الوقاية من بعض المشاكل الصحية أو إبطاؤها.

غالباً ما يستطيع الأزواج إجراء تغييرات بسيطة في خدماتهم المنزلية وخدمات الدعم مع تقدمهم في السن.

### العمل معاً

الرعاية الجيدة تعني امتلاك الوقت والعقلية والموارد اللازمة لتحمل هذه المسؤولية. حاولوا تقاسم مسؤوليات الرعاية، إن أمكن. غالباً ما يمتلك أفراد الأسرة مهارات مختلفة ويمكنهم تقديم الدعم بطرق متعددة. خصص بعض الوقت للتعرف على موارد المجتمع المتوفرة وفكر في إنشاء "دائرة رعاية".

### تعزيز العلاقات

حتى عندما تتغير صحة أو قدرات الشخص المسن، تظل جوانب عديدة من العلاقة مجذبة للغاية. تعزز بعض العلاقات العلاقات من خلال البقاء على اتصال، ومشاركة التقاليد القديمة، وابتكر تقاليد جديدة. ركز على الأنشطة التي كانت مهمة بالنسبة لهم ونهاها، وأشركهم في مهام ضمن قدراتهم.

### اعتن بنفسك

إن الاهتمام بنفسك والتأكد من تخصيص وقت منظم لنفسك أمر مهم لتقديم الرعاية لأفراد الأسرة أو غيرهم. حتى فترات الراحة القصيرة من تقديم الرعاية، مثل المشي لمسافات قصيرة أو ممارسة هواية مفضلة، يمكن أن تساعد في تجديد نشاطك الذهني والجسدي. خصص جزءاً من اليوم للقيام بهذه الأشياء. حاول التخلص عن بعض المسؤوليات التي تتولاها عادةً. استفد من مجموعات دعم مقدمي الرعاية المحلية، إذ يمكنها أن تساعدك في العثور على موارد أو تعلم نصائح مفيدة.

### ماذا أفعل إذا شهدت إساءة معاملة شخص مسن؟

إذا شاهدت جريمة أو موقفاً يعرض مسناً لخطر مباشر، اتصل بالشرطة أو 9-1-1 فوراً. أبلغ عن رغبتك في الإبلاغ عن حالة يُشتبه في أنها إساءة معاملة شخص مسن أو إهماله وأنه يهمل نفسه.

لمزيد من مواضيع HealthLinkBC تفضل بزيارة [www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files) أو وحدة الصحة العامة المحلية في منطقتك. للحصول على المنشورة ومعلومات صحية حول الحالات غير الطارئة في مقاطعة بريتش كولومبيا تفضل بزيارة [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) أو اتصل بالرقم 1-8-8 (مجاناً). للصم وضعاف السمع، يرجى الاتصال بالرقم 7-1-1. تتوفر خدمات الترجمة بأكثر من 130 لغة عند الطلب.