



РУКОВОДСТВО ПО ПОДГОТОВКЕ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ

Руководство для лиц с нарушениями психического здоровья, членов их семей и лиц, осуществляющих за ними уход

ПОЧЕМУ ВАЖНО БЫТЬ ГОТОВЫМ К ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ

Несмотря на то, что любой человек, столкнувшийся со стихийным бедствием или техногенной катастрофой, будет находиться в состоянии стресса и паники, для 5,7 миллионов жителей Мэриленда с расстройствами психического здоровья (согласно данным организации Mental Health America) такое событие может привести к серьезному эмоциональному срыву, подвергая их опасности в случае чрезвычайной ситуации.

Национальный альянс по психическим заболеваниям (The National Alliance on Mental Health, NAMI) характеризует «откладывание жизни на потом в борьбе с чрезвычайной ситуацией» как «катастрофический стрессор». Такие стрессоры по своей природе

- неожиданны
- опасны для вас самих или окружающих
- не похожи на события, которые могли произойти в вашей жизни ранее

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ

Убедитесь, что у вас подготовлен специальный юридический документ, Psychiatric Advance Directive (PAD), передающий другому лицу право по принятию важных медицинских решений в случае утраты вами дееспособности.

Подготовьте следующее:

- Задokumentированный факт злоупотребления наркотиками и лекарственными препаратами
- Задokumentированное наличие факторов, которые могут послужить причиной суицида, эпизодов психотического характера, и т. д.
- Список медикаментов, принимаемых на данный момент, со всеми необходимыми инструкциями (например, в какое время их необходимо принимать, и их взаимодействие с другими лекарственными препаратами)

Согласно NAMI, события такого рода особенно сложны для людей с расстройствами поведения, влияющими на здоровье, и людей с инвалидностью, у которых наблюдается ухудшение симптомов как ответная реакция. Национальный институт психического здоровья (англ. National Institute of Mental Health, NIMH) провел исследование, в результате которого было обнаружено, что люди, имеющие расстройства поведения в прошлом, с большей вероятностью развивают более выраженные симптомы во время кризисной ситуации. Иногда это может дойти до такой степени, что человеку представляется сложным продумать, как следует повести себя в экстренной ситуации. Вот почему подготовка чрезвычайно важна.

- Список с указанием аллергий на конкретные препараты
- Рецепты на принимаемые лекарства
- Лекарства с этикеткой, на которой разборчиво указано имя врача, выписавшего лекарство, и инструкции по приему
- Имена и контактная информация поставщиков медицинских услуг, и сопутствующие диагнозы
- Данные о страховке и карта медицинского страхования
- Распечатка данного списка

В экстренных случаях отказ от права на конфиденциальность для получения медицинских записей не является необходимостью, но в любом случае может быть приложен к пакету документов.

