



Available in different languages:

- ✓ Somali
- ✓ Polish
- ✓ Urdu
- ✓ Punjabi
- ✓ Hindi
- ✓ Gujarati
- ✓ Bengali
- ✓ Romanian

# STOMP

Oprirea supramedicației pentru  
persoanele  
cu deficiențe de învățare,  
autism sau ambele

Toți lucrăm împreună pentru a opri  
supramedicația cu medicamente psihotrope  
și pentru a îmbunătăți calitatea vieții oamenilor



# Ce este STOMP?

**STOMP**



**STOMP** este un proiect în Anglia pentru oprirea supra-utilizării medicamentelor psihotrope.

Găsiți mai multe informații despre aceste medicamente în pagina următoare

Aceste medicamente sunt utilizate pentru a trata afecțiuni mentale. Uneori, ele sunt administrate și persoanelor deoarece comportamentul lor este considerat ca fiind problematic.

Persoanele cu deficiențe de învățare, autism sau ambele, sunt mai susceptibile de a primi aceste medicamente decât alte persoane.



Aceste medicamente sunt potrivite pentru unii oameni. Ele pot ajuta, de asemenea, la siguranța acestora. Câteodată, există alte metode de a ajuta oamenii să aibă nevoie de mai puține medicamente, sau chiar deloc.



Obiectivul **STOMP** este acela de a lucra toți împreună pentru a ne asigura că oamenii primesc medicația potrivită, atunci când este necesară.

Un alt obiectiv este să ne asigurăm că oamenii primesc și alte tipuri de ajutor de care au nevoie. Acest lucru îi poate face să nu mai aibă nevoie de acest tip de medicamente.

**STOMP** ajută oamenii să fie sănătoși și să aibă o viață de calitate.

**STOMP**

# Despre medicamentele psihotrope



Medicamentele psihotrope sunt un grup de medicamente care modifică modul în care funcționează creierul.

Acestea sunt utilizate pentru afecțiuni de sănătate mintală precum psihoza, anxietatea și depresia sau sunt folosite pentru a ajuta oamenii să doarmă. În această categorie sunt incluse și medicamente pentru epilepsie. Uneori, aceste medicamente sunt utilizate pentru a schimba modul în care se comportă oamenii chiar și atunci când nu au o afecțiune de sănătate mintală sau epilepsie.



**Public Health England spune că în fiecare zi, între 30.000 și 35.000 de adulți cu dizabilități de învățare iau medicamente psihotrope, în condițiile în care nu au afecțiunile pentru care sunt medicamentele. Acestea sunt prescrise și copiilor și tinerilor.**



Medicamentele psihotrope pot cauza probleme atunci când sunt luate prea mult timp, sau în doze prea mari. Sau luate dintr-un motiv greșit. Acest lucru poate provoca reacții adverse precum

- îngrășarea
- senzația de oboseală sau de a fi „drogat”
- problemele grave de sănătate fizică.

Adesea, există și alte modalități de a ajuta oamenii să aibă nevoie de mai puține medicamente.



- **Nu schimbați doza acestor medicamente și nu încetați să le luați fără să discutați cu medicul dumneavoastră.**
- **Medicul dumneavoastră și persoanele care vă sprijină vă vor ajuta.**

# Cum să mă ajutați



- lucrați cu mine și oamenii care mă susțin, familia, doctorul și alții pentru a-mi găsi tratamentul potrivit



- asigurați-vă că mi se ajustează medicația în mod regulat



- ajutați-mă să am grijă de sănătatea mea fizică

- asigurați-vă că iau medicamente psihotrope pentru motivele potrivite, în dozele potrivite și pentru un timp cât mai scurt

- găsiți alte modalități de a mă ajuta să fiu bine și în siguranță



- oferiți-mi informații pe care să le pot înțelege pentru a ști ce înseamnă diferite lucruri și pentru a pune întrebări

- implicați-mă în deciziile despre îngrijirea și tratamentul meu



- oferiți familiei și îngrijitorilor mei informațiile și susținerea de care au nevoie pentru a mă ajuta

# Modalități de a ajuta oamenii



- construirea de planuri centrate pe persoană împreună cu aceasta, familia, îngrijitorii și alții
- înțelegerea motivelor pentru care cineva are greutăți și ce îl poate ajuta să se simtă mai bine
- ajutarea oamenilor și a celor care îi susțin să înțeleagă și să le gestioneze medicamentele
- simplificarea informațiilor pentru a fi ușor de înțeles
- oferirea de susținere prin comunicare dacă este nevoie, spre exemplu implicarea tuturor în construirea unui plan de comunicare
- ajutarea persoanelor să rămână sănătoase în general, spre exemplu păstrarea în formă și controale regulate
- utilizarea susținerii prin comportament pozitiv pentru a ajuta persoanele să-și modifice comportamentul și felul în care sunt ajutate
- utilizarea terapiei „vorbitului”, logopedie, terapie ocupațională și terapie prin artă
- asigurarea suportului necesar familiei și îngrijitorilor.

## O poveste despre Aaliyah



Această poveste este despre o persoană reală, însă numele ei a fost schimbat. Persoana din fotografie a jucat rolul lui Aaliyah într-o piesă de teatru de MiXit.



Când Aaliyah s-a mutat într-o casă nouă, a fost foarte stresată. Oamenilor le-a fost greu să o ajute. În cele din urmă a ajuns în spital din această cauză. Aaliyah lua cinci medicamente psihotrope diferite, deși nu avea o afecțiune de sănătate mintală. Acest lucru a făcut-o să se îngrașe mult și a început să aibă probleme de sănătate.



Când Aaliyah a ieșit din spital, ea și familia ei au colaborat cu medicul lor de familie, un psihiatru și psiholog local.



Medicul de familie a pus la punct un plan de îngrijire a sănătății. Au lucrat împreună la reducerea medicamentelor lui Aaliyah. Echipa ei de îngrijire și familia au aflat despre sprijinul comportamentului pozitiv și au învățat alte modalități de a o sprijini. În timp și cu sprijinul tuturor, Aaliyah a început să se simtă mai bine.

Aaliyah nu mai are nevoie de medicamente acum. Are o viață sănătoasă, fericită și sigură

# Schimbarea modului de abordare



**STOMP** are ca obiectiv schimbarea modului de abordare pentru anii următori. Multe organizații lucrează pentru acest scop. Acestea colaborează cu oamenii pentru a furniza o gamă largă de servicii de îngrijire socială și medicală.

## Partenerii STOMP



- NHS Anglia
- Colegiul Regal al Asistentelor
- Colegiul Regal al Psihiatrilor
- Colegiul Regal al Medicilor de Familie
- Societatea Regală de Farmaceutică
- Societatea Engleză de Psihologie
- Grupul de Organizații Voluntare pentru Dizabilități (VODG) a căror angajament de îngrijire socială a fost semnat de peste 100 de organizații furnizoare și peste 40.000 de oameni
- Asociația Engleză a Lucrătorilor Sociali
- Colegiul Regal al Terapeuților de Vorbire și Logopedie RCSLT
- Senatul Profesioniștilor în Dizabilități de Vorbire Include NHS Anglia, Comisia de Calitate a Îngrijirilor, Grupurile de Comisionare Clinică, Fundația pentru Deficiențe de Comportament, Departamentul de Sănătate, Educația Engleză a Sănătății
- Asociația Britanică a Terapeuților prin Muzică
- Colegiul Regal al Terapeuților Ocupaționali
- Asociația Britanică a Dieteticienilor
- Asociația Britanică a Terapiilor prin Artă
- Asociația Britanică a Terapiilor prin Dans
- Asociația Britanică a Terapiilor prin Teatru
- Asociația Britanică a Terapiilor prin Artă
- Tot mai mulți parteneri ni se alătură



## Pentru mai multe informații

vizitați [www.england.nhs.uk/stomp](http://www.england.nhs.uk/stomp)  
sau website-urile partenerere

## Pentru ajutor suplimentar

Solicitați medicului ajustarea medicației sau un consult medical anual. De asemenea, doctorul sau asistenta dvs. vă pot ajuta să beneficiați de ajutor suplimentar.

## Furnizori de asistență socială

[www.vodg.org.uk/campaigns/stompcampaign](http://www.vodg.org.uk/campaigns/stompcampaign)

## Alte sfaturi și informații

### Fundația pentru Deficiențe de Comportament (CBF)

Linia de suport pentru familii: **0300 666 0126**

Luni-Joi 9AM-5PM, Vineri 9AM-3PM

Sfaturi de medicație pentru familii pe website-ul CBF

[www.challengingbehaviour.org.uk](http://www.challengingbehaviour.org.uk)

### Mencap

Linia de ajutor **0808 808 1111**, zilele lucrătoare 9am-4pm

Site web [www.mencap.org.uk](http://www.mencap.org.uk)

### Societatea Națională pentru Autism

Linia de ajutor **0808 800 4104**, zilele lucrătoare 10AM-4PM

Site web [www.autism.org.uk/helpline](http://www.autism.org.uk/helpline)



Mii de mulțumiri **MIXit** pentru susținerea oferită **STOMP** și pentru această broșură. Și tuturor persoanelor care au ajutat la crearea acestei broșuri.

Proiectat de **See Communications CIC**

[www.see-communications.co.uk](http://www.see-communications.co.uk)

Imagini de la **Photosymbols** și **MiXit**

**STOMP**

**NHS**

**see**  
communications