

It's Up to Us[®]

که یک San Diego سالم و حمایت کننده بسازیم

یک بولتن خاص که موضوعات مرتبط با سلامت روان را برای ساکنان San Diego پوشش می‌دهد



ویرایش 37

روشن کردن نور: درک سلامت روان، مواد مخدر، یا بحران مرتبط با الکل

در صورت بروز یک وضعیت اضطراری مربوط به سلامت روان یا مصرف مواد، خدماتی برای کمک به افراد در ارتباط با پشتیبانی حرفه‌ای وجود دارد. خدمات مداخله و واکنش در بحران کمک می‌کند مطمئن شوید که کارکنان اورژانس و مجری قانون فقط در موقعیت‌هایی فراخوانده می‌شوند که نیاز به توجه فوری دارند.

اورژانس‌های مربوط به سلامت روان و مصرف مواد، که به عنوان اورژانس‌های روان‌پزشکی یا بحران‌های سلامت رفتاری نیز شناخته می‌شوند، موقعیت‌هایی هستند که در آن اعمال، احساسات یا رفتارهای فرد ممکن است منجر به آسیب رساندن به خود یا دیگران شود یا مراقبت از خود را برایشان را سخت کند. موقعیت‌هایی مانند این اغلب شامل احساس ناامیدی یا درماندگی است که ممکن است منجر به مصرف الکل یا مواد مخدر شود. اگر فردی که به او اهمیت می‌دهید در چنین بحرانی قرار دارد، مهم است که بدانید چگونه می‌توانید حمایت لازم را از آنها دریافت کنید.

4 خدمات کلیدی که باید بدانید

خط دسترسی و بحران سن دیگو 888-724-7240 (ACL) اگر به اطلاعات یا کمک برای یافتن منابع نیاز دارید، اینجا مکان خوبی برای شروع است. خدمات دیگری نیز در زیر لیست شده است که می‌توانید با آنها ارتباط برقرار کنید. اگر مایل به دریافت اطلاعات در مورد برنامه‌ها، پشتیبانی از خود یا ارجاع به یک متخصص هستید، می‌توانید با ACL تماس بگیرید.

واحدهای تثبیت بحران اینها مراکزی هستند که در جامعه و همچنین نزدیک یا داخل بیمارستان‌های مختلف در شهرستان سن دیگو واقع شده‌اند. این مراکز برای ارائه خدمات تثبیت کننده برای افرادی که دچار بحران هستند طراحی شده است.

خدمات سرپایی این خدمات توسط کلینیک‌های سلامت روان شهرستان سن دیگو و سایر ارائه دهندگان ارائه می‌شود. آن‌ها برای کسانی که سلامت روان یا اختلالات مصرف مواد را تجربه می‌کنند، قرار ملاقات می‌گیرند و می‌توانند برای آنها قرار ملاقات‌های فوری بگیرند.

خدمات پاسخگویی به بحران هنگامی که با ACL تماس می‌گیرید، یک توزیع‌کننده آموزش دیده به تماس شما پاسخ می‌دهد و در مورد وضعیتی که با آن روبرو هستید می‌پرسد. بر اساس پاسخ‌های شما، توزیع‌کننده تعیین می‌کند که آیا خدمات مداخله‌ای در بحران و واکنش‌های خاص باید ارسال شود یا خیر، مانند تیم پاسخ به بحران سیار (MCRT) یا خدمات اضطراری.

در خصوص بولتن

دیدن مبارزه یک عزیز هرگز آسان نیست. اگر یک دوست، یکی از اعضای خانواده، همسایه یا همکاران تا به حال دچار بحران سلامت روان، مواد مخدر یا الکل بوده است، این بولتن به شما کمک می‌کند تا درباره قدم‌هایی که می‌توانید برای حمایت از آنها بردارید، بیاموزید.

این بولتن بخشی از کمپین پر عهده ماست It's Up to Us می‌باشد که از طریق آژانس خدمات بهداشتی و انسانی شهرستان San Diego ایجاد شده است و از چشم انداز San Diego Live Well شهرستان برای ترویج جامعه‌ای سالم، ایمن و شکوفا پشتیبانی می‌کند. با افزایش آگاهی، تشویق کردن به گفتگو و دسترسی به منابع محلی، هدف ما الهام بخشیدن برای تندرستی، کاهش انگ زدن، و جلوگیری از خودکشی برای تمام ساکنان San Diego است، با تاکید ویژه بر جمعیت‌هایی در San Diego که بیشترین آسیب را دیده و در معرض خطر قرار دارند.

برای خواندن بولتن‌های بیشتر انجمن اسکن کنید



Up2SD.org[®]
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

خط دسترسی و بحران سن دیگو:

888-724-7240

خط نجات ملی خودکشی و بحران

988

منابع اجتماعی:

211

بخوانید: برنامه تیم پاسخگویی به بحران سیار (MCRT).

تیم پاسخگویی به بحران سیار (MCRT) یک سرویس واکنش به بحران است که در ژانویه 2021 در شهرستان سن دیگو راه اندازی شد. MCRT ها پاسخگو هستند، ارزیابی می‌کنند و شتاب شرایط بحران را کاهش می‌دهند و ممکن است پس از تماس یکی از اعضای جامعه با ACL یا خدمات اضطراری اعزام شوند.

یکی از مواردی که این برنامه را از سایر تیم‌های واکنش به بحران مانند تیم واکنش اورژانس روانی (PERT) متمایز می‌کند این است که MCRT ها بخشی از اجرای قانون نیستند. آنها یک گزینه پاسخ جایگزین برای آن دسته از اهالی سن دیگو که در بحران سلامت روان یا بحران مربوط به مصرف مواد هستند، ارائه می‌دهند. تیم ها دارای یک پزشک بالینی هستند که در زمینه رفتار، مدیریت موردی و پشتیبانی هم‌تا آموزش دیده است. MCRT می‌تواند در موقعیت‌هایی که معیارهای خاصی وجود داشته باشد، مانند زمانی که هیچ تهدیدی برای خشونت یا فوریت‌های پزشکی وجود ندارد، کمک کند (برای اطلاعات بیشتر، مطالب زیر را بخوانید). این سرویس‌ها به گونه‌ای طراحی شده‌اند که با افراد «جایی که هستند» ملاقات کنند، به گونه‌ای که پاسخگو و محترمانه باشد.

MCRT ها می‌آیند و به شما کمک می‌کنند تا وضعیت را درک کرده و تنش‌زدایی کنید. آنها گزینه‌های پیش روی شما را توضیح می‌دهند و پیشنهاد می‌کنند که در مرحله بعد چه کاری می‌توانید انجام دهید. اگر نیاز داشته باشید، آنها همچنین می‌توانند برای دریافت کمک بیشتر خدمات ایاب و ذهاب به شما ارائه کنند. هدف آنها کمک به شما برای یافتن بهترین نوع پشتیبانی است که متناسب با نیازهای شما باشد.

MCRT ها می‌توانند مفید باشند زمانی که ...

1. هیچ آسیبی وجود نداشته باشد که نیاز به پاسخ پزشکی داشته باشد.
2. هیچ اسلحه‌ای دخیل نباشد و یا سلاحی در دست نباشد.
3. فرد در فعالیت‌های جنایی جدی مرتبط با نیاز به پاسخی که دخالت مجری قانون را تضمین کند، درگیر نباشد.
4. این شخص مشخصاً مرتبط به تحقیقات اعمال قانون در حال انجام نباشد.
5. هیچ نوع تهدید به خشونت یا پتانسیل خشونت فوری یا استفاده از خشونت علیه دیگران یا خود وجود نداشته باشد.

اگر اجرای قانون به طور خاص درخواست نشده باشد و سایر معیارهای ذکر شده در بالا برآورده شوند، یک توزیع کننده ممکن است توصیه کند MCRT برای پاسخ به وضعیت بحران ارسال شود.

خدمات مداخله و واکنش در بحران چیست؟



MCRT تیم غیر مجری قانون



PERT مجری قانون + پزشک



EMS اگر یک فوریت پزشکی وجود دارد

بسته به موقعیت، ممکن است خدمات واکنش بحران بیشتری مورد استفاده قرار گیرد.

اگر هنوز مطمئن نیستید که چه کاری انجام دهید یا به چه چیزی نیاز دارید، با **ACL 888-724-7240** تماس بگیرید تا با یک متخصص آموزش دیده صحبت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد این خدمات، به sandiegocounty.gov/mcrt و comresearch.org/pert.php مراجعه کنید.

منابع

شهرستان سن دیگو. (n.d.). درباره تیم های واکنش سیار در بحران (MCRT). https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/About_MCRT.html

شهرستان سن دیگو. (2022, 16 نوامبر). سوالات متداول (MCRT). https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/BHS_MCRT_FAQs.html

اتحاد ملی برای بیماری‌های روانی، سن دیگو و شهرستان‌های امپراتوری. 2022 تیم واکنش اورژانس روانی (PERT). https://sandiego.networkofcare.org/mh/services/agency.aspx?pid=PsychiatricEmergencyResponseTeamPERT_61_2_0

شهرستان سن دیگو. P.E.R.T. (n.d.). تیم واکنش اورژانس روانی، اطلاعات جامعه، معرفی و تاریخچه. https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/bhs/documents/pert_flyer.pdf
بنیاد تحقیقات جامعه. (2010). تیم واکنش اورژانس روانی. <http://www.comresearch.org/pert.php>

جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص راه‌های بهبود سلامت روانی، به آدرس زیر مراجعه کنید:
up2sd.org/topics/mental-health

برای کمک در شهرستان سن دیگو با شماره
888-724-7240 تماس بگیرید. پشتیبانی رایگان و محرمانه
به تمام زبان‌ها در 7 روز هفته / 24 ساعت شبانه روز.

Up2SD.org
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES