

متى يحتاج الشخص إلى المساعدة؟

- مشاعر شديدة من الحزن، واليأس، ونوبات القلق الشديد أو الهلع، ونوبات البكاء
- تقلبات مزاجية شديدة يصاحبها سلوك مندفع خطير أو غريب
- المشكلات السلوكية الخطيرة لدى الطفل
- مشكلات الصحة النفسية الناجمة عن تعاطي المخدرات
- الأفكار الانتحارية وإيذاء النفس
- التخلي عن المتعلقات الشخصية
- التهديد بقتل أو إيذاء النفس أو الآخرين
- سماع أو رؤية أشياء يرى الآخرون أنها غير موجودة

لحالات الطوارئ المتعلقة بالصحة النفسية

- ☞ اتصل بالرقم 911 أو اذهب إلى غرفة الطوارئ
- ☞ اتصل بطبيبك أو مقدم خدمات الصحة النفسية
- ☞ اتصل بخط الوصول والأزمات (Access & Crisis Line) على 1-888-724-7240

بعد ساعات العمل/عطلات نهاية الأسبوع

- البالغين: 1-888-724-7240
- الأطفال: وحدة الفحص للحالات الطارئة (ESU): 619-876-4502

هل تحتاج إلى مزيد من المعلومات؟

إذا كنت ترغب في الحصول على مزيد من المعلومات عن حقوقك، أو عملية التظلم والاستئناف أو متطلبات الولاية الأخرى، فيرجى طلب دليل المستفيدين من خطة الصحة النفسية من مقدم الرعاية المتابع لك أو يمكنك الاطلاع عليه عبر الإنترنت على www.optumsandiego.com ضمن قسم المستفيدين.

خطة الصحة النفسية (MHP) خدمات الصحة النفسية المتخصصة

يتم تقديم خدمات الصحة النفسية المتخصصة من خلال خطة الصحة النفسية لمقاطعة سان دييغو، وهي منفصلة عن الرعاية الصحية البيئية. تلتزم خطة الصحة النفسية بتوفير خدمات صحة نفسية عالية الجودة للبالغين وكبار السن والأطفال المؤهلين الذين يعانون من مشكلات صحية نفسية خطيرة ومستمرة. تقدم خدمات الصحة النفسية بسرية وتستند إلى الاعتقاد بأن الأشخاص يمكنهم التعافي، ويتعافون بالفعل، من المرض النفسي. على الرغم من أن طلب المساعدة في مشكلات الصحة النفسية قد يمثل تحديًا، إلا أنك لا تحتاج لأكثر من مكالمة هاتفية لتحصل على المساعدة.

لمزيد من المعلومات أو المساعدة بشأن مشكلات الصحة النفسية، اتصل على خط الوصول والأزمات المجاني: (Access and Crisis Line)

1-888-724-7240

ضعاف السمع يمكنهم الاتصال على 711 (TTY)

يعمل المستشارون على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع ويمكنهم الإجابة على أسئلتك وتقديم الإحالات والموارد لرعاية الصحة النفسية.



COUNTY OF SAN DIEGO
HEALTH AND HUMAN
SERVICES AGENCY

مجلس المشرفين في مقاطعة سان دييغو
يمكن الوصول إليه هنا:

<https://www.sandiegocounty.gov/general/bos.html>

كبير المسؤولين الإداريين
يمكن الوصول إليه هنا:

<https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/cao.html>

وكالة الخدمات الإنسانية والصحية

https://www.sandiegocounty.gov/hhsa/hhsa_directors_office/index.html

خدمات الصحة السلوكية

البالغون/كبار السفن والأطفال، الشباب والأسر
المدير، الدكتور لوك بيرجمان



www.up2sd.org

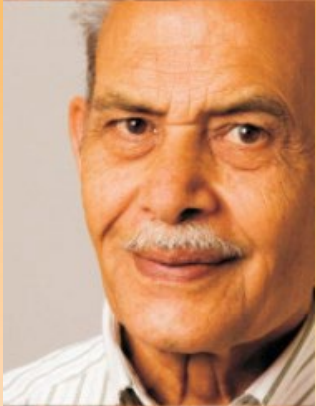


LIVE WELL SAN DIEGO



دليل سريع

دليل سريع لخدمات الصحة النفسية للبالغين وكبار السن والأطفال



LIVE WELL
SAN DIEGO



أرقام مفيدة

خط الوصول والأزمات: 1-888-724-7240

ضعاف السمع: الاتصال على 711 (TTY)

الاتحاد الوطني للأمراض النفسية (NAMI) في سان

دييغو: 543-1434 (619)

اتصل على 1-1-2 للموارد والإحالات

منظمة مينتل هيلث أمريكا: 543-0412 (619)

إدارة خطة الصحة النفسية: 563-2700 (619) خط

مساعدة المحاربين القدامى في الأزمات:

1-800-273-8255

خط لايف لاين لمكافحة الانتحار والأزمات: 988

موارد على الإنترنت

www.sdcounty.ca.gov

www.optumsandiego.com

www.211sandiego.org

www.ssa.gov

www.ssa.gov/disability

www.MentalHealth.gov

Ok2Talk.org

المساعدة في حل المشكلات

يمكن لأحد مقدمي الدعم للمرضى مساعدتك إذا لم تكن راضيًا عن الرعاية النفسية التي تتلقاها.

بالنسبة للمشكلات المتعلقة بخدمات المرضى الداخليين أو خدمات الإقامة على مدار الساعة، اتصل على:

برنامج دعم المرضى التابع لخدمات الأسرة اليهودية (Jewish Family Services)
(Patient Advocacy Program)
282-1134 (619) أو 1-800-479-2233

بالنسبة للمشكلات المتعلقة بالعيادات الخارجية وأي نوع آخر من خدمات الصحة النفسية، اتصل على:

مركز المتعاملين للتثقيف والدعم الصحي (CCHEA)
الرقم المجاني 1-877-734-3258

إشعار بشأن قرارات الإعانات السلبية

إذا كان لديك تظلم بشأن رعاية الصحة النفسية، أو كنت ترغب في استئناف قرار لا توافق عليه، أو تريد معرفة حالة الاستئناف أو التظلم، فيمكنك الاتصال بإحدى الوكالات المذكورة أعلاه. يتمتع المستفيدون من Medi-Cal بإمكانية الوصول إلى الخدمات والحقوق كما هو محدد في لوائح الولاية واللوائح الفيدرالية.

يمكنك طلب قرار سريع بشأن الاستئناف إذا كنت تعتقد أن العملية القياسية قد تعرض حياتك أو صحتك للخطر أو تؤثر على قدرتك على استعادة كامل عافيتك والحفاظ عليها.

أنواع الخدمات المتاحة

- ◆ تقييمات الصحة النفسية
- ◆ إعادة التأهيل الجماعي والفردى
- ◆ العلاج الجماعي والفردى
- ◆ التدخل في أوقات الأزمات
- ◆ المساعدة على الاستقرار في أوقات الأزمات
- ◆ رعاية الطوارئ النفسية على مدار الساعة
- ◆ خدمات الدعم الدوائي
- ◆ الخدمات المتكاملة للصحة النفسية والإدمان
- ◆ خدمات الدعم من الأقران للمتعاملين والأسر
- ◆ الرعاية النفسية للمرضى الداخليين
- ◆ الرعاية السكنية للبالغين
- ◆ إدارة الحالات والوصاية
- ◆ خدمات الأشخاص المشردين
- ◆ نوادي النقاهة
- ◆ خدمات التدريب المهني والتوظيف
- ◆ الخدمات المدرسية لأطفال مرضى العيادات الخارجية
- ◆ العلاج اليومي والدوري وخدمات العلاج السلوكي للأطفال
- ◆ خدمات الحضانه العلاجية

خطة الصحة النفسية

خدمات الصحة النفسية المتخصصة

- ◆ للأشخاص المسجلين في برنامج Medi-Cal، أو الذين لديهم تأمين محدود، أو ليس لديهم تأمين
- ◆ للأطفال والشباب والأسر والبالغين وكبار السن
- ◆ متاحة في كامل المقاطعة
- ◆ رعاية متنوعة ثقافيًا للمجتمعات المحلية
- ◆ توفر ترجمة فورية ومساعدة لغوية
- ◆ استمرارية الرعاية من مقدم الخطة الصحية السابق إلى مقدم الخطة الصحية الجديد

حقوقك بموجب خطة الصحة النفسية

- ◆ المعاملة بكرامة واحترام بلغة تفهمها
- ◆ تلقي معلومات حول خيارات العلاج والبدائل
- ◆ اتخاذ القرارات بشأن رعايتك
- ◆ الحصول على مواد إعلامية حول الخدمات التي تغطيها خطة الرعاية النفسية
- ◆ طلب واستلام نسخة من سجلاتك الطبية وطلب تغييرها أو تصحيحها
- ◆ الحصول على خدمات الصحة النفسية المتخصصة
- ◆ عدم التعرض لتقييد الحركة أو العزل كما هو محدد في القواعد الفيدرالية
- ◆ الحق في رفض العلاج



COUNTY OF SAN DIEGO

HEALTH AND HUMAN
SERVICES AGENCY