



ናይ ስነጥምር ግዴታዊ ሕክምና

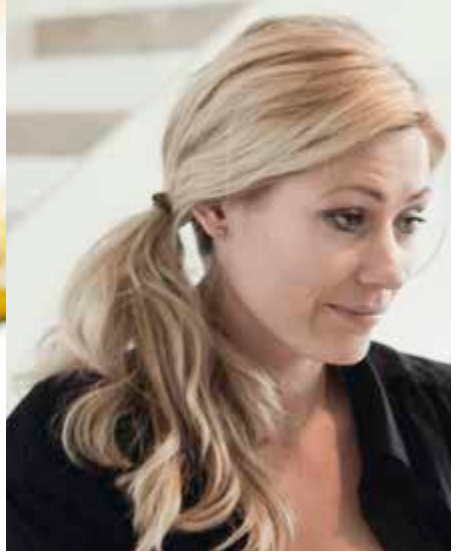
ነቲ ብመሰረት ሕገ ስነጥምርኣዊ ግዴታዊ ሕክምና ዚእለ ሰብ
ዚወሃብ ሓበሬታ



Nationell Samverkan för Psykiisk Hjälsa



Sveriges
Kommuner
och Landsting



እንታይ 'ዩ ሕጂኸን?

አስገዳድ ሕክምና ዜካየድ መታን ካብ ሕማምካ ክትሓዌ እሞ ብዘይ አስገዳድ ክትሕከም ክትክእል ንማለት እዩ። ኣብዚ መጽሔት 'ዚ፡ ትርጉም ሕጊ ስነአእምሮኣዊ አስገዳድነት (LPT) ከምኡውን ከም ተሓካማይ እንታይ መሰል ከም ዘሎካ ኪገለጽ እዩ።

ስለምንታይ እየ ኣብዚ ዘለኹ?

አስገዳድ ሕክምና ማለት ኣብ ሓደ ናይ ስነአእምሮኣዊ ክሊኒክ ብዘይ ድሌትካ ምሕካም ማለት እዩ። ብአስገዳድ ንክትሕከም ሰለስተ ነገራት ኪማለእ ኣለዎ። ብሓደገኛ ናይ ኣእምሮ ሕማም ትሳቕ ምስ እትህሉ፡ ለይትን መዓልትን ኣለይነት ምስ ዘድልዩካን ብወለንታኻ ክትሕከም ምስ ዘይትደልን። ናይ አስገዳድ ሕክምና ውሳኔ ቦቲ ላዕሊዎይ ሓኪም እዩ ዚወሃብ። ነቲ ናይ ላዕሊዎይ ሓኪም ውሳኔ ምስ ዘይትቕበሉ ናብቲ ምምሕዳራዊ ቤትፍርዲ ይግባይ ክትብል ትክእል። ኣብቲ መጽሔት ቀጺሉ ከመይ ጌርካ ይግባይ ከም እትብል ተጻሒፉ ኣሎ።

ምምሕያሽ ጥዕናን ሕክምናዊ ኣተሓሕዛን

ዕላማ ምሕካም ነቲ ናይ ባዕልኻ ንነብስኻ ናይ ምክንኻን ዘሎካ ተኸእሎ ንምዕባይ እዩ። ሓድሓደ ጊዜ ዕረፍትን መግብን ዘዕልለካ ሰብን የድለ። ግን ሕክምና'ውን ኣድላዩ እዩ። ነቲ ሓኪም ዚህበካ መድሃኒት ምስ እትነጽጎ፡ ብዘይ ድሌትካ ኪወሃበካ ይኸእል እዩ። እዚ ግን ብእተኸእለ መገዲ እንተ ዘይከውን ምሓሽ። እቲ ሓኪም እንታይ ዓይነት መድሃኒት ይህበካ ከም ዘሎን ጽልዎኡን ሳዕባናቱን ክትፈልጥ መሰልካ እዩ።

ግዴታዊ ስጉምትታት

ነቲ ናይ ካልኦት ሕክምና ጸገም እትፈጥር ምስ እትኸውን ኣብ ብሔት ቦታ ክትዕዩ ኢኻ። ከምዚ ማለት፡ ነታ ክፍሊቤትካ ገዲፍካዮ ኣይትወጽእን ወይ ከኣ ማዕጾኻ ይሸገዎ ማለት እዩ። እቲ ውሳኔ በቲ ላዕሊዎይ ሓኪም እዩ ዚወሃብ፡ ንሸሞንተ ሰዓታት ድማ ይጸንሕ። እቲ በይንኻ ምዕጻው ኪናዎሕ ይኽእል። ግን ከኣ ነቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ድሕሪ ምርኩብካን ምስኡ ምዝራብካን እዩ ዚኸውን።

ንነብሰኻን ንኻልኦትን ክትጎድእ ከም እትኽእል ምስ ዚፍለግ፡ ዝደዳ ኣሰገዳድ ስጉምትታት ይውሰደልካ። ሙታን ንነብሰኻን ንኻልኦትን ክይትጎድእ ንሓጺር እዋን ብምራን ኣብ ዓራት ክትእሰር ትኽእል። ከምዚ ንምግባር ግን ናይ ላዕሊዎይ ሓኪም ውሳኔ የድሊ። ንኣርባዕተ ሰዓታት ዚኣክል ብምራን ክትእሰር ትኽእል። ኣብ ዋቃኻ ግን ኩሉ ግዜ ሰራሕተኛታት ኣለዉ። እቲ ኩነታት ካብ ጭጽጽር ወጻኢ ምስ ዚኸውን ግን እቲ ናይ ምራን ምእሳር ኪናዎሕ ይኽእል። ግን ከኣ እዚ ነቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ድሕሪ ምርኩብካን ምስኡ ምዝራብካን እዩ ዚኸውን።

ካልእ ስጉምቲ፡ ናይ ኣካላት ፍተሻ እዩ። ናይዚ ምኽንያት ከኣ ገለ ንኣኻን ንኻልኦትን ዚጎድእ ነገራት ሒዘካ ኣብቲ ክፍልታት ክለኒክ ንኸይትኣቲ እዩ።

ናይ ኣሰገዳድ ስጉምትታት ይግባይ ኣይበሃሉን። ኣሰገዳድ ስጉምትታት ኣድላዩ ምስ ዚኸውን ብድሕሪ'ቲ ስጉምትታት እንታይ ከም እተፈጸመልካ ንምዝራብ ፍቓድ ንምርካብ መሰልካ ክትሓትት ትኽእል። ከምዚ መኸኒኡ ድማ ብሓደ ኄንካ ተመሳሳሊ ነገራት ንኸይድገም ወይ ንኸይለዓል ብማለት ገለ መገዲ ሃሰው ንምባል እዩ።

ደጋፊ

ደጋፊ ሰብ ንኺህልወካ መሰል ኣሎካ። እዚ ሰብ'ዚ በቲ ናይ ሕሙማን ኮሚቴ ዚምረጽን ኣብቲ ክፍሊ ዘይሰርሕን እዩ። እቲ ደጋፊ ሰብ፡ ኣብቲ ክፍልኻ መጺኡ ኪበጽሓካ መሰል ኣለዎ። ምስቢር ዚሕሉን ኣብ ውልቃዊ ሕቶታት ድማ ዚድግፈካን እዩ። ንሰኻን እቲ ደጋፊኻን ምስ እትደልዩ፡ ናይ ግዴታ ስጉምትታት ምስ ኣብቀዕ እቲ ንዋፊት ገና ንኣርባዕተ ሳምንቲ ኪናዎሕ ይኽእል እዩ። ምስ ደጋፊኻ ክትራኹብ ምስ እትደል ነቲ ብቐረባ እትረኽቦ ሰብ ንገር፡ እቶም ናይ ሕሙማት ኮሚቴ ድማ ይፈልቡ።

ፍቓድ

ኣብ ገለ ኩነታት ክብቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ፍቓድ ብምውሳድ ንግዜኡ ነቲ ክፍሊ ክለኒክ ገዲፍካዮ ክትወጽእ ትኽእል። እቲ ፍቓድ ኣብ ገለ ቅድመ-ኩነት እተመሰረተ እዩ። ንኣብነት ኣብ ሕክምናዊ ክንክን። ኩነታት ምስ ዚበልዑ፡ እቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ነቲ ፍቓድ ኪሰርዞ ይኽእል እዩ። ንሰኻ ግን ኣብ ዝኾነ ግዜ ኣብቲ ግዜ ክንክንካ ፍቓድ ክትሓትት ትኽእል። እቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ፍቓድ ምስ ዚኸልኣካ ናብቲ ምምሕዳራዊ ቤትፍርዲ ይግባይ ክትብል ትኽእል።

ሞቢል፡ ኢንተርኔትን ኢ.መ.ይልን

ሙብዛሕትኡ እዋን ሞቢልን ኢንተርኔትን ኢ.መ.ይልን ክተዘውትር መሰል ኣሎካ። ይኹንምበር፡ ምዝውታር ናይዚ ኣቶም ነቲ ሕክምና ዘጸግም ምስ ዚኸውን፡ እቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ደረት ኪገብረሉ ይኽእል እዩ። እቲ ውሳኔ ናብቲ ምምሕዳራዊ ቤትፍርዲ ይግባይ ኪበሃሉ ይኽእል።

ብዛዕባ ኩነታት ጥዕናኻን ብዛዕባቲ ተመዲቡልካ ዘሎ ኣተኣላልዩን ሓበሬታ ንኺህልወካ መሰል ኣሎካ።

ይግባይ ምባል

ናይ ኣስገዳድ ሕክምና ውሳኔ ኣብ ዝኾነ እዋን ይግባይ ክትብሉ ትኽእል። ገንዘብ ከይተኸፍሉ ኪደግፈካ ዚኽእል ናይ ሕገ ወኪል ኪህልወካ መሰልካ እዩ። ቅድሚ መጋባእያ፡ ነቲ ናይ ጥዕና ምስክር ወረቐት ከምኡ ውን ነቲ ኣብ ክሊኒክ ምስ ኣቶኻ ዚህልወካ ናይ ሕክምና ሰነድ ከተንብቦ መሰል ኣሎካ። ኣብቲ መጋባእያ ንሰኻ ወይ እቲ ናይ ሕገ ወኪልካ ሰለምንታይ ብኣስገዳድ ክትሕክም ከም ዘይትደሊ ሓሳብካ ክትህብ ትኽእል። ሓጺ ኣብ ካልእ ሆስፒታል ዚሰርሕ ክኢላ ሓኪም ኣብቲ መጋባእያ ኪህሉ እዩ። እቲ ሓኪም ነቲ ሰነድካ ምስ ኣንበቦን ንኣኻን ነቲ ላዕሊዎይ ሓኪም ምስ ሰምዐን፡ ናይ ውልቁ ርእይቶ ኪህብ እዩ።

ሽቡ እቲ ምምሕዳራዊ ቤትፍርዲ ነቲ ሕክምና ኪቐጽል ወይ ደው ኪብል ምኻኑ ኪውሰን እዩ። ብድሕር' ዚ ንሳቶም ንኣኻን ነቶም ናይቲ ሕክምና ተጻዋዕትን ብቐጻሊ እንታይ ከም ዘድሊ ኪሕብሩኹም እዮም።

መሰል ሓበሬታ

ሰለምንታይ ብኣስገዳድ ከም እትሕክም ዘሎኻ ንኸትፈልጥ መሰል ኣሎካ። ብዛዕባ ኩነታት ጥዕናኻን ብዛዕባ ዚትለመልካ ዘሎ ክንክንን ሓበሬታ ናይ ምርኩብ መሰል' ውን ኣሎካ። ኣስተርጓሚ ንምህላው መሰል ኣሎካ። ተርጓሚይ ነቲ ናይ ሓድሕድ ምርድዳእ የቃልሉ እዩ።



ዝርዝር ቃላት

ምስክር ሕክምና

ምስክር ሕክምና ማለት፡ ፍሉይ ናይ ሓኪም ምስክር ወረቆት ኮይኑ ነቲ ኣብ ሆስፒታል ኣንጻር ወለንትኡ ሕክምና ዚካየድሉ ሰብ ዘድልዮ እዩ። እቲ ምስክር ሕክምና ኣብቲ ግዜ ምእታው ሆስፒታል ካብ ኣርባዕተ መዓልቲ ንላዕሊ ዘይገበረ ኪኸውን ይግባእ። ኣብቲ ክፍሊ ክለኒክ ምስ መጻእካ ብተወሳኺ ብሓደ ሓኪም ክትምርመር ኢኻ።

ውሳኔ ብዛዕባ ምእታው ሆስፒታል

ብቲ ናይ ሕክምና ምስክር ወረቆት ኣብቲ ሆስፒታል ክትዕቆብ ትግደድ ኣብኡ ድማ ፍሉይ ክእለት ዘለዎ ናይ ኣእምሮ ሓኪም ምሳኻ ይዛረብ ክንክን ከም ዘድልዩካ ድማ ይሕብረካ። ብመሰረት ሕጊ ሰነኣእምሮአዊ ኣስገዳድንት (LPT) ንሱ እዩ ብዛዕባ ኣብ ሆስፒታል ምዕቓብካ ዚውሰን። ከምዚ ዝበለ ምርመራ ኣብቲ ሆስፒታል ምስ መጻእካ ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓታት ኪካየድ ይግባእ።

ብቐረባ እትራኽቦ ሰብ

እቲ ብቐረባ እትራኽቦ ሰብ እቲ ኣብቲ እትሕክመሉ ቦታ ዚርከብን ኣባኻ ድማ ተወሳኺ ሓላፍነት ዘለዎን እትውከሶን ሰብ እዩ። ንኸምዚ ዝበለ ሰራሕ ዚግምም፡ ጉጅለ ወይ ናይ ሕክምና ሕጊ ኪኸውን' ውን ይኸእል እዩ።

ደጋፊ

ደጋፊ ማለት እቲ ብናይ ሕሙማን ኮሚተ ተመራጹ ክብቅዕ ኣብቲ ቦታ ዘይሰርሕ ሰብ እዩ። ንሱ ኪበጽሓካ ይኸእል፡ ኣብ ውልቃዊ ጉዳያት ኪደግፈካ ድማ መሰል ኣለዎ።

ናይ ክንክን ውጥን

ናይ ሕክምና ውጥን ማለት ኣብ ክለኒክ ምስ ኣቶኻ ዚዳሎ ሰነድ እዩ። እቲ ሰነድ ብእተኸለለ መገዲ ምሳኻ ከም ሕሙም መጠን ብምምይያጥ እዩ ዚዳሎ። ጸገም እንተ ዘይብሉ ኣዝማድካ' ውን ኪሳተፋ ይኸእሉ። ኣብቲ ውጥን ሕክምና፡ ኣስገዳድ ሕክምና ኣብ ዘየድልየሉ ደረጃ ንምብጻሕ ዚውሰድ ሰጉምትታትን ካልእ ተበግሶታትን ይግለጽ።

ላዕለዋይ ሓኪም

ላዕለዋይ ሓኪም፡ ኣብቲ ክፍሊ ክለኒክ ዘሰርሕን ኣብ ሰነኣእምሮአዊ ሕክምና ፍሉይ ተኸእሎ ዘለዎ ሓኪም እዩ። ንኹሉ ንኣስገዳድ ሕክምና ዚመልከት ውሳኔን ሰጉምትታትን ሓላፍነት ዚወስድ እቲ ላዕለዋይ ሓኪም እዩ።

ፍቓድ

ዝሓጸረ ዕረፍቲ ካብቲ ዕጹው ናይ ኣእምሮ ክለኒክ

ፍተሻ ኣካላት

ፍተሻ ኣብቲ ተኸእራንካዮ ዘሎኻ ክዳንን ቦርሳታትን ባኮን ወይ ካልእ ምሳኻ ዘሎ ኣኻቶሎን ይካየድ።

ደጋዊ ፍተሻ ኣካላት

ፍተሻ እተፈላለዩ ክፍሊ ኣካላት ከምኡ' ውን ትሸትሽን ጸጉራ ርእሰን ክብዱ እግርን የጠቓልል።

ገለ ካብቶም ናይ ኤን . ኤስ . ፒ . ኤች ኣባላት ውድብ ክትራኸቦም ዕዳም ኢኻ

Frisk och Fri – Riksföreningen mot ätstörningar, www.friskfri.se

Riksförbundet Attention, www.attention-riks.se

Riksförbundet Balans, www.balansriks.se

RFHL – Riksförbundet för Rättigheter, Frigörelse, Hälsa, Likabehandling, www.rfhl.se

RSMH – Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, www.rsmh.se

RUS – Riksförbundet Ungdom för Social hälsa, www.rus-riks.se

Schizofreniförbundet – Intresseförbundet för personer med schizofreni och liknande psykos, www.schizofreniforbundet.se

SPES – Riksförbundet för SuicidPrevention och Efterlevandes stöd, www.spes.se

Svenska OCD-förbundet Ananke, www.ocdforbundet.se

Sveriges Fontänhus, www.sverigesfontanhus.se

ÅSS – Svenska ångestsyndromsällskapet, www.angest.se

FMN – Riksförbundet Föräldraföreningen mot narkotika, www.fmn.se

SHEDO – Self Harm and Eating Disorders Organisation, www.shedo.se

ሕቶ ኣሎካዶ?

ሰራሕተኛታት ከም ሕመም መበን ምሳኻ ኣለዉ። ንኣታቶም ሕቶ ከተቐርቡሎምን ሓገዢ ከትሓቶምን ትኽእል። ተወሳኺ ከተንብብ ትደሊዶ? እቲ ናይ ሰነኣእምሮኣዊ ኣሰገዳድነት ሕገ ኣብቲ ክፍሊ

ክሊኒክ ብኹሉ ሕመም ከም ዚረእኑ ኾይኑ ክልበፍ እዩ። ከምኡ'ውን ኣብ

www.1177.se/Regler-och-rattigheter/Psykiatrisk-tvangsvard/ ከተንብቡ ትኽእሉ።