ክንጥንቀቕ ከምዘሎና ዝሕብሩ ምልክታት

ሓድሓደ ግዜ ኲላትና ምስ ኣእምሮኣዊ ጥዕናና ንቃለስ ኢና። ንሓፈሻዊ ሓኪምካ (GP) ሓገዝ ምሕታት ጽቡቕ እዩ።

ገለ ኻብቲ ኽንጥንቀቐሉ ዘሎና ልሙድ ምልክታት፡-

- መብዛሕትኡ ግዜ እጕሂ ወይ እጭነቕ
- ብቐሊሉ ምድንጋርን ምሕራቕ
- ምስ ስድራ ቤትን ፈተውትን ዘይምዝርራብ
- ነቲ ቐደም እትገብሮ ዝነበርካ ነገራት ዘይምሕጓስ
- ኣብ ድቃስካ ዚርአ ለውጥታት
- ብንጹር ምሕሳብን ጠመተ ምግባር የጸግመካ
- ካብቲ ልሙድ ንላዕሊ ወይ ትሁት መጠን ምብላዕ
- ኩልግዘ ንምብኻይ ምፍታው
- ንርእስኻ ወይ ንኻልኦት ሰባት ንምጕዳእ ምሕሳብ።

ህጹጽ ኩነታት ከጋጢም ከሎ

ንስኻ ወይ እትፈልጦ ሰብ **ንሕይወትና ኣብ ሓደጋ ዜእቱ ኹነታት እንተ ኣልዩካ ብሰለስተ ዜሮ (000)** ምድዋል ወይኻዓ ናብቲ ኣብ ከባቢኻ ዚርከብ ክፍሊ ህጹጽ ሕክምና ሆስፒታል ኪድ።

ህጹጽ ደገፍ

ሕማቕ እንተ ተሰሚዑካ እሞ ቐልጢፍካ ንዝኾነ ሰብ ብናጻ ኽተዘራርቦ እንተደሊኻ፡

ንሕይወት መስመር/ Lifeline

ናይ ቅልውላው ደገፍን ብርእሰ - ቕትለት ንምክልኻል ዝሕግዙ ኣገልግሎታት።

13 11 44

1300 ንናይ ኣእምሮ ጥዕና ምድዋል/ MH CALL

ሰባት ናብ ህዝባዊ ኣገልግሎት ኣእምሮኣዊ ጥዕና ንኺኣትዉ ክሕግዞም።

1300 642 255

ርእሰ - ቕትለት ንምክልካል ሓገዝ መስመር ናብ ኣገልግሎት መሊስካ ምድዋል

ነቶም ብርእሰ - ቕትለት ጸገም ንዘለዎም ሰባት ብተሌፎንን ብኢንተርነት መስመር ምኽሪ ይውሃቦም።

1300 659 467

ናጻ ምኽሪ በተሌፎን መስመር

ብናይ ብዙሕ ባሕሊ መራኸቢ መስመር/ Multicultural Connect line

እንተ ተጨኒቕካ ወይ ውጥረት እንተሃልዩካ ንዝኾነ ሰብ ኣዘራርቦ።

1300 079 020

ማእከል ኣእምሮኣዊ ጥዕና ብባሕልኻ ኲንስላንድ

ምኽርን ደገፍን ንምርካብ ምስ ሓደ ኽኢላ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ተዘራረብ።

(07) 3317 1234

ዲቪ/DV መራኸቢ

ነቶም ኣብ ስድራ ቤቶም ወይ ኣብ ቤቶም ዓመጽ ዜጋጥሞም ሰባት ብተሌፎን ዚግበር ደገፍ።

- **ዲቪ ናይ ደቂ እኣንስትዮ መስመር/DV Womensline**
  1800 811 811
- **›ዲቪ ናይ እኣወዳት መስመር/DV Mensline**
  1800 600 636

ንሕጻውንቲ ሓገዝ መስመር

ነቶም 5-25 ዓመት ዝዕድሚኦም መንእሰያት ብተሌፎንን ብኢንተርነት መስመርን ዚወሃብ ምኽሪ።

1800 551 800

ናይ ፍሉይ ሰበሞያ አገልግሎታት

ነቶም ካብ ስቓይን በሰላን ዝደሓኑ ንምሕጋዝ ዝግበር መደብ ፕሮግራም ኲንስላንድ (QPASTT)

ስቓይን በሰላን ኣብ ብዘምጽኦ ሳዕቤን ፍሉይ ክእለት ዘለዎ ኣማኻሪ ምርአይ።

(07) 3391 6677

ኣገልግሎት ደገፍ ደቂ ኣንስትዮ ስደተኛታት

ብስድራቤት ሁከት ወይ ጾታዊ ዓመጽ ንዘጋጥሞም ኣንስትን ቈልዑን ዚወሃብ ደገፍ።

(07) 3846 3490

ኣስተርጓማይ ንኽትሓትት ብናጻ እዩ!

ንኣእምሮኣዊ ጥዕናኻ ብኸመይ ሓገዝ ከምትረኽብ

ዝኾነ ይኹን ሰብ ምስ ኣእምሮኣዊ ጥዕናኡ ኺቃለስ ይኽእል እዩ

Queensland Government

ታሪኽ ሳና

ሳና ንስድራ ቤታ ምክንኻን ትፈቱ እያ። ኣብዚ ቐረባ እዋን ግና ካብቲ ልሙድ ንላዕሊ ትጕህን ትጭነቕን ኣላ።

ምስ መሓዛኣ ድሕሪ ምዝርራቦም ሳና ብዛዕባ ኣእምሮኣዊ ጥዕናኣ ኽትዛረብ ሓሳብ ኣቕረቡላ።

ምኽሪ፡- ኣብ ኣእምሮኣዊ ጥዕናኻ ኽትሕግዘሉ እትኽእል እተፈላለየ መገድታት ኣለዋ። ብኸመይ ኪሕግዙ ኽም ዚኽእሉ ንምፍላጥ ቀጺላ ኣንብብ።

ሓፈሻዊ ሓኪምካ/GP ኻባኻ እንታይ ክገብር ይኽእል?

ኣብቲ ቈጸራ ሳና ብናጻ ኣስተርጓማይ ትደሊ እንተ ኾይና ሓተቱ። ንሳ ድማ 'እወ' በለት፣ ነቲ ኣስተርጓማይ ድማ ብተሌፎን ደዊሎም። እቲ ምስ ኣስተርጓማይ ዝገበረቶ ዝርርብ ምስጢራዊ እዩ ነይሩ። እዚ ማለት ድማ ነቲ ሓበሬታ ብሕቡእ ክዕቅብዎ ከምዝነበሮም እዩ።

ምኽሪ፡- ናብ ሓኪም ክትከይድ ከለኻ ነቲ ኣስተርጓማይ ንምርካብ ዚምርኰስ እኳ እንተ ኾነ ሓደ ኣስተርጓማይ ክዳለወልካ ኽትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ሳና ብሓገዝ እታ ተርጓሚት ስለምንታይ ከም ዝጒሃየትን ከም እተጨነቐትን ነቲ ሓኪም ነገረቶ። ንስድራ ቤታ ኽትኣሊ ኸላ ነቲ ኣብታ ሓዳስ ሃገራ ዝነበረ ናብራ ኽትለምዶ ትቃለስ ኣላ።

እቲ ሓኪም ስምዒታ ንምርዳእ እተወሰነ ግዜ ኣሕለፈ ንገሊኡ ሕቶታት ከኣ ክትምልስ ነበራ። እዚ ኸኣ ዝበለጸ ደገፍ ንኽትረክብ ሓጊዝዋ እዩ።

ሳና ምስ ጂ. ፒ. ክትዘራረብ ፈሪሃ እኳ እንተ ነበረት ብዙሓት ሰባት ከምዚ ዓይነት ስምዒት ከም ዘለዎም ሓገዝ ኪግበረሎም ምሕታት ከኣ ሓገዝ ንምርካብ ዚሕግዝ ናይ መጀመርታ ስጉምቲ ምኻኑ ገለጹ።

ብዛዕባ **ኣእምሮኣዊ ኽንክን ጥዕና ዝያዳ ሓበሬታ ርኸብ**

ክንክን ኣእምሮ ጥዕና መደብ/እቕድ

ሓኪም ሳና ብዛዕባ መደብ ክንክን ኣእምሮኣዊ ጥዕና ኣዘራረባ።

በቲ እቕድ መደብ ኣቢላ ብዝረኸሰ ዋጋ ንሓንቲ ናይ ስነ-ኣእምሮ ሓኪም ክትረኽባ ኽኣለት። ክኢላታት ኣእምሮኣዊ ጥዕና እዮም።

ሕጂ ግና ስድራ ቤታ ብዝሓሸ መገዲ ኺከናኸኑ ኽም ዚኽእሉ ዚሕብር ዝሓሸ ናብራ ኽትነብር ትኽእል እያ።

ኣእምሮኣዊ ኽንክን ጥዕና ዝምልከት መደብ ንሓደ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ዘለዎ ሰብ እዩ።

ንዓኻን ንስድራ ቤትካን ክትድግፎም ከለኻ ጽቡቕ ንክስምዓካ ክሕግዝ ይኽእል እዩ።

እዚ መደብ እዚ እንተሃልዩካ መዲኬር/ Medicare ንገሊኡ መደባትካ ምስ ክኢላ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ንኽትከፍሎ ኺሕግዘካ እዩ።

Interpreter

ኣስተርጓማይ ንኽትሓትት ብናጻ እዩ!