



# It's Up to Us<sup>®</sup>

打造健康圣地亚哥，作为您的坚实后盾

关于圣地亚哥居民心理健康主题的专题新闻简报



第 37 版

## 新闻简报内容

看到亲朋好友痛苦挣扎总是令人难过。如果朋友、家庭成员、邻居或同事正经历心理健康、药物或酒精相关危机，那么本则新闻简报将帮助您了解支持他们的方法。

这篇新闻简报是 *It's Up to Us* 活动的一部分，该活动由圣地亚哥县卫生与公众服务局制定，旨在支持 *Live Well San Diego*（在圣地亚哥好好生活）愿景，为建立一个健康、安全和充满活力的社区而努力。通过提高认识、鼓励对话并提供获取当地资源的机会，我们旨在鼓舞所有圣地亚哥居民健康生活、减少污名化并防止自杀，特别要关注圣地亚哥受影响最严重和风险最高的人群。



请扫描以阅读更多社区新闻简报。

**Up2SD.org<sup>®</sup>**  
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

圣地亚哥服务获取和危机专线

888-724-7240

全国自杀与危机生命线

988

社区资源

211

## 话题聚焦：理解精神健康、药物或酒精相关危机

如果发生精神健康或药物/酒精使用相关的紧急情况，我们能提供服务，帮助当事人与专业支持人员取得联系。危机干预与响应服务能确保急救工作者与执法人员仅响应需要立即处理的事件。

精神健康与药物/酒精使用相关紧急情况，也称为精神疾病紧急情况或行为健康危机，是指一个人的行动、感受或行为可能致使此人伤害自己或他人，或为自我照顾制造困难。在类似的情况下，人通常感到无望或无助，而这可能导致他/她使用酒精或药物。如果您关心的人正经历此类危机，那么您一定要知道如何帮他们获得所需要的支持。

## 4 项须知关键服务

**圣地亚哥服务获取和危机专线 (ACL) 888-724-7240** 如果您需要信息或查找资源的帮助，这是很不错的服务。下面还列出了您可以联系的其他服务。如果您想获得跟计划有关的信息，为自己获取支持，或者转介至专科医生，您可以致电 ACL。

**危机稳定小组** 这些中心位于社区内，也分布在圣地亚哥县各个医院的附近或院内。这些机构旨在为处于危机中的人提供稳定服务。

**门诊服务** 这些服务由圣地亚哥县的精神健康诊所与其他提供者提供。此类提供者接受精神健康或药物/酒精使用失调症状患者的预约，也接受紧急的非预约就诊。

**危机响应服务** 如果您致电 ACL，那么将有受过培训的调度员接听您的电话，问询您正在面临的情况。根据您的回答，调度员将判断是否应派某些危机干预与响应服务人员，比如流动危机响应团队 (MCRT) 或紧急服务人员。

# 研读：流动危机响应团队 (MCRT) 计划

流动危机响应团队 (MCRT) 是危机响应服务，由圣地亚哥县于 2021 年 1 月启动。MCRT 可能会在社区成员联系 ACL 或紧急服务之后出动，对危机情况进行响应、评估与降低处理。

跟精神疾病紧急响应团队 (PERT) 等其他危机响应团队不同的是，MCRT 不属于执法部门。此计划为正经历精神健康或药物/酒精使用相关危机的圣地亚哥人提供替代响应方案。团队包括行为领域临床医生、案件管理人以及同伴支持者。对于符合特定条件的情况，MCRT 可以提供帮助，比如该情况没有暴力威胁或医疗紧急情况（更多信息请阅读下文）。这些服务响应及时，尊重受助者，以“具体问题具体分析”的方式提供帮助。

MCRT 将到达现场，帮您理解情况并提供降级处理。他们会解释您的选项，并建议后续步骤。如果您需要，他们还可以载您去接受进一步的帮助。**他们的目标是帮助您找到最符合您需求的支持。**

## 危机干预与响应服务包括什么？

MCRT 非执法团队



PERT 执法人员 + 临床医生



EMS 处理医疗紧急情况



根据当时情况，可能调度额外危机响应服务。

## MCRT 可以帮助的情况是...

1. 没有需要医疗救治的伤害。
2. 未涉及武器或未已知持有武器。
3. 当事人未涉及严重犯罪活动，不需要执法人员的响应。
4. 据信，当事人未涉及正在进行的执法调查事件。
5. 无暴力威胁，或者无即刻暴力的可能，或者未对他人或自己使用暴力。

如果当事人未明确请求执法人员介入，并且上述所有其他条件均满足，那么调度员可能建议派 MCRT 响应危机情况。

如果您仍不确定怎样做或需要什么，请致电 ACL 888-724-7240，跟受过训练的专家交谈。想深入了解这些服务，请访问 [sandiegocounty.gov/mcrt/](http://sandiegocounty.gov/mcrt/) 以及 [comresearch.org/pert.php](http://comresearch.org/pert.php)。

## 来源

圣地亚哥县。(无日期)。关于流动危机响应团队 (MCRT)。 [https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS\\_MCRT/About\\_MCRT.html](https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/About_MCRT.html)

圣地亚哥县。(2022 在 11 月 16 日)。MCRT 常见问题。 [https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS\\_MCRT/BHS\\_MCRT\\_FAQs.html](https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/BHS_MCRT_FAQs.html)

全国精神疾病联盟，圣地亚哥与因皮里尔县。(2022)。精神疾病紧急响应团队 (PERT)。 [https://sandiego.networkofcare.org/mh/services/agency.aspx?pid=PsychiatricEmergencyResponseTeamPERT\\_61\\_2\\_0](https://sandiego.networkofcare.org/mh/services/agency.aspx?pid=PsychiatricEmergencyResponseTeamPERT_61_2_0)

圣地亚哥县。(无日期)。P.E.R.T. 精神疾病紧急响应团队、社区信息、PERT 介绍与历史。 [https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/bhs/documents/pert\\_flyer.pdf](https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/bhs/documents/pert_flyer.pdf)

社区研究基金会。(2010)。精神疾病紧急响应团队。 <http://www.comresearch.org/pert.php>

**Up2SD.org**  
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

在圣地亚哥县，请拨打 888-724-7240 寻求帮助。每周 7 天/每天 24 小时以所有语言提供免费且保密的支持。

想深入了解如何改善精神健康，请访问：[up2sd.org/topics/mental-health](http://up2sd.org/topics/mental-health)