

It's Up to Us®

د صحي او ملاتري San Diego د رامینځته کولو لپاره

د San Diegans لپاره د رواني روغتیا موضوعات پوښښ یو ځانګړی خبرتیا



37کنه

رڼا پری واچوئ: د رواني روغتیا، مخدره موادو، یا الکول پورې اړوند بحران درک کول

د رواني روغتیا یا د موادو کارولو پورې اړوند اضطرابي حالت کې، داسې خدمتونه شتون لري چې د خلکو سره مرسته وکړي چې مسلکي ملاتړ سره وصل شي. د بحران مداخله او د غیرګون خدمتونه د دې ډاډ تر لاسه کولو کې مرسته کوي چې بیرني کارګران او د قانون پلي کونکي یوازې هغه شرایطو ته وویل شي چې په سرعت پاملرنې ته اړتیا لري.

رواني روغتیا او د موادو کارولو پورې اړوند بیرني حالتونه چې د رواني بیرني حالت یا د چلند روغتیا بحران په نوم هم پیژندل کېږي، هغه حالتونه دي چې د یو شخص کړنې، احساسات، یا چلند کولی شي ځان یا نورو ته زیان ورسوي، یا د دوي لپاره پخپله پاملرنه ستونزمنه کړي. د دې په څیر حالتونه ډېری وختونه د نا امیدۍ یا بې وسې احساسات شاملوي کوم چې ممکن د الکول یا مخدره توکو کارولو لامل شي. که چیرې یو څوک چې تاسو یې پاملرنه کوئ د دې په څیر بحران څخه تیرېږي، دا اړینه ده چې پوه شئ چې څنګه د دوي ملاتړ تر لاسه کړي چې دوی ورته اړتیا لري.

4 کلیدي خدمتونه چې باید پوه شي

San Diego Access & Crisis Line (ACL) 888-724-7240

که تاسو معلوماتو ته یا د سرچینو موندلو کې مرستې اړتیا لرئ، دا د پیل کولو لپاره یو ښه ځای دی. لاندې لست شوي نور خدمتونه شتون لري چې تاسو ورسره هم اړیکه نیولی شئ. که تاسو غواړئ د پروګرامونو په اړه معلومات، د ځان لپاره ملاتړ، یا یو متخصص ته راجع تر لاسه کړئ تاسو کولی شئ ACL ته زنگ ووهئ.

Crisis Stabilization Units

دا هغه مرکزونه دي چې په ټولنه کې او همداراز د سان ډیاګو په San Diego کې مختلف روغتونونو ته نږدې یا دننه موقعیت لري. دا تاسیسات د هغو خلکو لپاره چې د بحران سره مخ دي د ثبات خدماتو چمتو کولو لپاره ډیزاین شوي.

Outpatient Services

دا خدمتونه د San Diego کاونټي د رواني روغتیا کلینیکونو او نورو چمتو کونکو لخوا چمتو شوي. دوي د هغو کسانو لپاره ملاقاتونه کوي چې د رواني روغتیا یا د مادي کارولو د اختلال شرایط تجربه کوي او کولی شي په بیرني سفر کې ملاقاتونه وکړي.

Crisis Response Services

کله چې تاسو ACL ته زنگ ووهئ، یو روزل شوی لپرونکی به ستاسو تلیفون ته ځواب ووايي او د هغه وضعیت په اړه به پوښتنه وکړي چې تاسو ورسره مخ یاست. ستاسو د ځوابونو پر بنسټ، لپرونکی به دا معلومه کړي چې آیا د بحران مداخله او ځواب خدمتونه باید واستول شي، لکه د ګرځنده بحران غیرګون ټیم (MCRT) یا بیرني خدمتونه.

د سرلیک په اړه

د یو مینه وال مبارزه لیدل هېڅکله اسانه ندي. که یو ملګری، د کورنۍ غړی، ګاونډي، یا هم کارکونکی کله هم د رواني روغتیا، مخدره توکو، یا الکول پورې اړوند بحران سره مخ وي، دا سرلیک به تاسو سره مرسته وکړي ترڅو هغه ګامونه زده کړي چې تاسو یې د ملاتړ لپاره ترسره کولای شئ.

دا سرلیک د *It's Up to Us* کمپاین برخه ده

چې د **County of San Diego Health**

and Human Services Agency

لاري رامینځته شوي، او د کاونټي د **Live**

Well San Diego لید ملاتړ کوي ترڅو

ټولني ته وده ورکړو چې صحي، خوندي پاتې

شي، او وده وکړي. د پوهاوي په لوړولو، خبرو

اترو هڅولو، او ځايي سرچینو ته د لاسرسۍ

په برابرولو سره، بدنمي کمه کړو، او په ټولو

San Diegans کې د ځان وژنې مخه ونیسو، د

San Diego ترټولو سخت خپل شوي او خورا

خطر لرونکي نفوس باندې ځانګړي ټینګار سره

ژمور موخه دا ده چې هوساینې ته الهام ورکړو.

د ټولني نورو سرلیکونو د
لوستلو لپاره یې سکین کړئ.



Up2SD.org
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

San Diego Access & Crisis Line

888-724-7240

National Suicide & Crisis Lifeline

988

د ټولني سرچیني

211

COUNTY OF SAN DIEGO
HHSA
HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY
Funded by the Mental Health Services Act

**LIVE WELL
SAN DIEGO**

ولولئ: Mobile Crisis Response Team (MCRT)

پروگرام

د Mobile Crisis Response Team (MCRT) د بحران غبرگون خدمت دی چې د 2021 په جنوري کې په San Diego کاونټي کې پیل شو. MCRTs د کرکېج حالتونو ته ځواب وویل، ارزونه یې وکړه، او له منځه یوړل او کیدای شي د ټولني غزې د ACL یا بېرنيو خدماتو سره له اړیکې وروسته واستول شي.

یو شی چې دا پروگرام د نورو بحرانې غبرگون ټیمونو څخه ځانګړی کوي لکه د Psychiatric Emergency Response Team (PERT) دا دی چې MCRTs د قانون پلي کولو برخه نه ده. دوی د San Diegans لپاره د بدیل ځواب اختیار وړاندیز کوي چې د رواني روغتیا یا د موادو کارولو پورې اړوند بحران تجربه کوي. ټیمونه یو ډاکټر لري چې د چلند په برخه کې روزل شوي، د قضیې مدیر، او د ملګري ملاتړ MCRTs. کولی شي په داسې شرایطو کې مرسته وکړي چې ځانګړي معیارونه پوره کوي، لکه کله چې د تاوتریخوالي یا طبي بېرني خطر شتون نلري (د نورو معلوماتو لپاره لاندې ولولئ). دا خدمتونه د دې لپاره ډیزاین شوي چې د فرد سره "چیرې چې وي" په داسې طریقه چې او درناوی سره ځواب وپوښي واوسي.

MCRTs به راشي او تاسو سره به د وضعیت په پوهیدو او کمولو کې مرسته وکړي. دوي به ستاسو اختیارونه تشریح کړي او وړاندیز وکړي چې تاسو نور څه کولی شئ. که تاسو ورته اړتیا لرئ، دوی کولی شي تاسو ته د نور مرستې ترلاسه کولو لپاره د سپړلې خدمتونه هم درکړي. د دوی هدف دا دی چې تاسو سره د غوره ډول ملاتړ په موندلو کې مرسته وکړي چې ستاسو اړتیاو سره سم وي.

MCRTs ګټور کیدی شي کله چې ...

1. هیڅ ډول ټپونه شتون نلري کوم چې طبي غبرګون ته اړتیا لري.
2. په دې کې هیڅ ډول وسلې شتون نلري یا د وسلو پیژندل شوي ملکیت شتون نلري.
3. هغه شخص په جدي جرمي فعالیتونو کې دخپل نه دی چې د ځواب اړتیا سره تړاو لري کوم چې د قانون پلي کونکي بنسټیزې تضمینوي.
4. دا کس د قانون پلي کولو د روانو تحقیقاتو په تړاو ندی پیژندل شوی.
5. د تاوتریخوالي یا د سمدستي تاوتریخوالي یا د نورو یا خان په وړاندې د تاوتریخوالي کارولو احتمال شتون نلري.

که چیرې د قانون پلي کونکي په ځانګړې توګه غوښتنه نه وي شوي او پورته لیست شوي نور ټول معیارونه پوره شوي وي، یو لیرونکی ممکن د بحران وضعیت ته د ځواب ویلو لپاره د MCRT لیرلو وړاندیز وکړي.

د بحران مداخله او ځواب خدمتونه څه شی چمتو کوي؟



Non-Law enforcement team MCRT



PERT د قانون پلي کونکي + کلینیک



EMS که چیرې طبي بېرني حالت شتون ولري

د وضعیت په پام کې نیولو سره، د اضافي بحران غبرګون خدمتونه کیدای شي ځای پرځای شي.

که تاسو لاهم ډاډه نه باست چې څه وکړئ یا څه ته اړتیا لرئ، **ACL 888-724-7240** ته زنگ ووهئ ترڅو له روزل شوي ماهر سره خبرې وکړئ. د دې خدماتو په اړه د نورو معلوماتو لپاره، sandiegocounty.gov/mcrt/ او comresearch.org/pert.php ته مراجعه وکړئ.

سرچینې

San Diego County. (n.d.). *MCRT* (MCRT) د ګرځنده بحران غبرګون ټیمونو. https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/About_MCRT.html

San Diego County. (2022, نومبر 16). *MCRT* بېرني پوښتنل شوي پوښتنې. https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/BHS_MCRT_FAQs.html

National Alliance on Mental Illness, San Diego and Imperial Counties. (2022). *Psychiatric emergency response team (PERT)*. https://sandiego.networkofcare.org/mh/services/agency.aspx?pid=PsychiatricEmergencyResponseTeamPERT_61_2_0

San Diego County. (n.d.). *P.E.R.T.* د ټولني معلومات، د https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/bhs/documents/pert_flyer.pdf

Psychiatric emergency response team. (2010). <http://www.comresearch.org/pert.php>. د ټولني څیړنیز بنسټ

د خپل ذهني هوساینې د بڼه کولو د لارو چارو په اړه د نورو معلوماتو ترلاسه کولو لپاره، له: up2sd.org/topics/mental-health څخه لیدنه وکړئ.

په San Diego کاونټي کې د مرستې لپاره
724-724-888 ته زنگ ووهئ، په ټولو ژبو کې په اونی کې
7 ورځې / د ورځې 24 ساعته وړیا محرم ملاتړ.

Up2SD.org
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES