

It's Up to Us®

لخلق سان ديفغو صحية وداعمة

نشرة خاصة تغطي مواضيع الصحة النفسية لسكان سان ديفغو



الإصدار 37

تسليط الضوء على: فهم الأزمات المتعلقة بالصحة النفسية أو المخدرات أو الكحول

هناك خدمات متاحة لمساعدة الأشخاص على الوصول لدعم مهني في حالات الطوارئ المتعلقة بالصحة النفسية أو تعاطي المخدرات. تساعد خدمات التدخل في الأزمات والاستجابة لها على التأكد من استدعاء متخصصي حالات الطوارئ وقوات إنفاذ القانون في المواقف التي تتطلب اهتمامًا فوريًا فقط.

إن حالات الطوارئ المتعلقة بالصحة النفسية وتعاطي المخدرات، والمعروفة أيضًا باسم حالات الطوارئ النفسية أو أزمات الصحة السلوكية، هي المواقف التي قد تؤدي فيها أفعال الشخص أو مشاعره أو سلوكياته إلى إيذاء نفسه أو الآخرين، أو تصعب عليه الاعتناء بنفسه. غالبًا ما تنطوي مثل هذه المواقف على مشاعر اليأس أو العجز والتي قد تؤدي إلى تعاطي الكحول أو المخدرات. إذا كان شخص ما تهتم لأمره يمر بمثل هذا النوع من الأزمات، فمن المهم أن تعرف كيفية الحصول على الدعم الذي يحتاج إليه.

4 خدمات رئيسية يجب معرفتها

خط الأزمات وإمكانية الوصول في سان ديفغو (888-724-7240) (ACL) إذا كنت بحاجة إلى معلومات أو مساعدة في العثور على موارد، فهذا مكان جيد تبدأ منه. هناك خدمات أخرى مدرجة أدناه يمكنك الاتصال بها أيضًا. يمكنك الاتصال بخط ACL إذا كنت ترغب في تلقي معلومات عن البرامج أو دعم نفسك أو الحصول على إحالة إلى متخصص.

وحدات استقرار الأزمات وهي المراكز الموجودة في المجتمع وأيضًا بالقرب من أو داخل مستشفيات مختلفة في مقاطعة سان ديفغو. صُممت هذه المرافق لتوفير خدمات تحقيق الاستقرار للأشخاص الذين يمرضون بأزمات.

خدمات المرضى الخارجيين توفر هذه الخدمات عيادات الصحة النفسية في مقاطعة سان ديفغو ومقدمو خدمات آخرون. ويقابلون من يعانون من اضطرابات الصحة النفسية أو تعاطي المخدرات ويمكنهم تحديد مواعيد عاجلة دون حجز مسبق.

خدمات الاستجابة للأزمات عندما تتصل بخط ACL، سيرد على مكالمتك موظف مؤهل ويسألك عن الموقف الذي تواجهه. بناء على ردودك، سيحدد الموظف ما إذا كان يجب إرسال بعض خدمات التدخل في الأزمات والاستجابة لها إليك، مثل الفريق المتنقل للاستجابة للأزمات (MCRT) أو خدمات الطوارئ.

حول النشرة

ليس بالأمر السهل أبدًا أن ترى أحد أحبائك يعاني. إذا كان صديق أو أحد أفراد الأسرة أو جار أو زميل في العمل يمر بأزمة تتعلق بالصحة النفسية أو المخدرات أو الكحول، فستساعدك هذه النشرة على تعلم الخطوات التي يمكنك اتخاذها لدعمه.

هذه النشرة جزء من حملة "الأمر عائد لنا"، التي تم تطويرها من خلال وكالة الخدمات الصحية والإنسانية في مقاطعة سان ديفغو، وتدعم رؤية المقاطعة "نعش بشكل جيد يا سان ديفغو" للترويج لمجتمع يتمتع بالصحة والأمن والازدهار. من خلال زيادة الوعي وتشجيع الحوار وتوفير إمكانية الوصول إلى الموارد المحلية، نحن نهدف إلى إلهام الاهتمام بالصحة والعافية وتقليل وصمة العار ومنع الانتحار في أذهان جميع سكان سان ديفغو، مع التركيز بشكل خاص على السكان الأكثر تضررًا والأكثر عرضة للخطر في سان ديفغو.

امسح لقرءة المزيد من النشرات المجتمعية.



Up2SD.org
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

خط الأزمات وإمكانية الوصول في سان ديفغو

888-724-7240

الخط الوطني لمنع الانتحار والأزمات

988

الموارد المجتمعية

211

اقرأ بتمعن: برنامج الفريق المتنقل للاستجابة للأزمات (MCRT)

الفريق المتنقل للاستجابة للأزمات (MCRT) هو خدمة استجابة للأزمات تم إطلاقها في مقاطعة سان دييغو في يناير 2021. يستجيب فريق MCRT لمواقف الأزمات وقيمتها ويخفف تعصيبها ويمكن إرساله بعد أن يتصل أحد أفراد المجتمع بخط ACL أو خدمات الطوارئ.

الشيء الوحيد الذي يجعل هذا البرنامج متميزاً عن فرق الاستجابة للأزمات الأخرى مثل فريق الاستجابة لحالات الطوارئ النفسية (PERT) هو أن فرق MCRT ليست جزءاً من قوات إنفاذ القانون. فهي توفر خيار استجابة بديل لسكان مقاطعة سان دييغو الذين يمرون بأزمة تتعلق بالصحة النفسية أو تعاطي المخدرات. لدى الفرق طبيب تم تدريبه على التعامل مع أزمات الصحة السلوكية، ومدير حالات، ومتخصص دعم الأقران. يمكن أن تساعد فرق MCRT في المواقف التي تفي بمعايير محددة، والتي لا تتضمن على سبيل المثال تهديدات بالعنف أو حالات طوارئ طبية (اقرأ أدناه لمزيد من المعلومات). صُممت هذه الخدمات لتلبية احتياجات الفرد "في مكان وجوده" بطريقة تتسم بسرعة الاستجابة والاحترام.

سيصل أعضاء فريق MCRT ويساعدونك على فهم الموقف وتهدئته. ويشرحون خياراتك ويقترحون ما يمكنك القيام به بعد ذلك. ويمكنهم أيضاً منحك توصيلة للحصول على مزيد من المساعدة إذا كنت في حاجة إليها. هدفهم هو مساعدتك في العثور على أفضل دعم يناسب احتياجاتك.

يمكن أن تكون فرق MCRT مفيدة عندما ...

1. لا تكون هناك إصابات تتطلب استجابة طبية.
 2. لا ينطوي الموقف على أسلحة أو حيازة سلاح معروفة.
 3. الشخص غير متورط في نشاط إجرامي خطير يتعلق بالحاجة إلى استجابة ويستدعي تدخل سلطات إنفاذ القانون.
 4. لا يُعرف أن الشخص على صلة بتحقيق جارٍ من قبل سلطات إنفاذ القانون.
 5. لا يوجد تهديد بالعنف أو احتمال حدوث عنف فوري أو استخدام العنف تجاه الآخرين أو النفس.
- إذا لم يتم طلب سلطات إنفاذ القانون على وجه التحديد وتم استيفاء جميع المعايير الأخرى المذكورة أعلاه، فقد يوصي متلقي المكالمة بإرسال فريق MCRT للاستجابة لحالة الأزمة.

ماذا تقدم خدمات التدخل في الأزمات والاستجابة لها؟



فريق MCRT
فريق غير تابع لسلطات إنفاذ القانون



فريق PERT
جهات إنفاذ القانون + الأخصائي السريري



الخدمات الطبية الطارئة (EMS)
إذا كانت هناك حالة طوارئ طبية

بناءً على الموقف، قد يتم الاستعانة بخدمات إضافية للاستجابة للأزمة.

إذا كنت لا تزال غير متأكد مما يجب فعله أو ما تحتاج إليه، فاتصل بخط ACL على الرقم 888-724-7240 للتحدث إلى متخصص مؤهل. لمعرفة المزيد حول هذه الخدمات، يُرجى زيارة sandiegocounty.gov/mcrt و comresearch.org/pert.php.

المصادر

- مقاطعة سان دييغو (لا يوجد تاريخ). نبذة عن الفرق المتنقلة للاستجابة للأزمات (MCRT). https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/About_MCRT.html
- مقاطعة سان دييغو (16 نوفمبر 2022). الأسئلة الشائعة حول فريق MCRT. https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/BHS_MCRT_FAQs.html
- التحالف الوطني للأمراض النفسية، مقاطعة سان دييغو وإمبيريال. (2022). فريق الاستجابة لحالات الطوارئ النفسية (PERT). https://sandiego.networkofcare.org/mh/services/agency.aspx?pid=PsychiatricEmergencyResponseTeamPERT_61_2_0
- مقاطعة سان دييغو. (لا يوجد تاريخ). P.E.R.T. فريق الاستجابة لحالات الطوارئ النفسية، بيانات المجتمع الخاصة بفريق PERT ومقدمة عنه وتاريخه. https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/bhs/documents/pert_flyer.pdf
- مؤسسة البحوث المجتمعية (2010). فريق الاستجابة لحالات الطوارئ النفسية. <http://www.comresearch.org/pert.php>

للحصول على مزيد من المعلومات حول طرق تحسين صحتك العقلية، قم بزيارة: up2sd.org/topics/mental-health

اتصل على الرقم 888-724-7240 للحصول على المساعدة في مقاطعة سان دييغو. دعم مجاني وسري بجميع اللغات 7 أيام في الأسبوع على مدار 24 ساعة في اليوم.

Up2SD.org
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES