

الدليل السريع

دليل سريع إلى خدمات الصحة العقلية للبالغين، والبالغين الأكبر سناً والأطفال



لمزيد من المعلومات أو المساعدة بشأن مشاكل الصحة العقلية الرجاء الاتصال بخط الوصول والأزمات

Access and Crisis Line:
1-888-724-7240

بالنسبة لمجتمع الصم الرجاء الاتصال
بالهاتف 711 (TTY) لضعيفي السمع

الاستشاريون متوفرون 24 ساعة في اليوم،
7 أيام في الأسبوع ويمكنهم الإجابة على أسئلتكم
وتقديم الإحالات والموارد للرعاية
الصحية العقلية.



مقاطعة سان دييغو
مجلس المشرفين

المنطقة رقم 1: نورا فارجاس (Nora Vargas)
المنطقة رقم 2: جويل أندرسون (Joel Anderson)
المنطقة رقم 3: تيرا لاوسون-ريمير (Terra Lawson
-Remer)
المنطقة رقم 4: ناثان فليتشر (Nathan Fletcher)
المنطقة رقم 5: جيم ديسموند (Jim Desmond)

المسؤول الإداري الأول

هيلين ن. روبينز-ماير (Helen N. Robbins-
Meyer)

وكالة الصحة والخدمات الإنسانية

المدير، نيك ماشيون (Nick Macchione)، زميل
الكلية الأمريكية لمنفذي الرعاية الصحية

خدمات الصحة السلوكية

البالغين أو البالغين من كبار السن
والأطفال والشباب والأسر

المدير، لوك بيرجمان (Luke Bergmann)، دكتوراه



www.up2sd.org

خطة الصحة العقلية (MHP)

الاستشارة / خدمات الصحة العقلية الاختصاصية

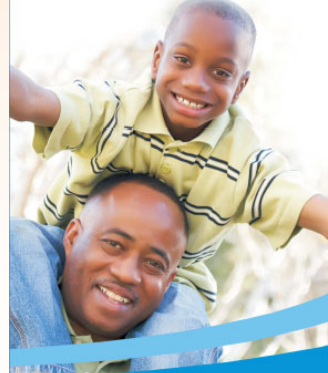
تقدم خدمات الصحة العقلية الاختصاصية من خلال
خطة الصحة العقلية التابعة لمقاطعة سان دييغو، وهي
مستقلة عن رعايتك الصحية البدنية.

وتلتزم خطة الصحة العقلية بتزويد خدمات الصحة العقلية
ذات النوعية الجيدة إلى البالغين والبالغين الكبار والأطفال
الذين يعانون من

مشاكل الصحة العقلية الخطيرة والمستمرة. خدمات الصحة
العقلية محاطة بالسرية وهي تستند على الاعتقاد بأن في
إمكان الناس الشفاء من المرض العقلي وهم يشفون منه.
على الرغم من أن طلب المساعدة لحل مشاكل الصحة
العقلية يمكن أن تشكل تحدياً، فإن المساعدة على بعد مكالمة
هاتفية.



عش سعيداً في سان دييغو



متى يحتاج المرء إلى المساعدة؟

- مشاعر الحزن الشديدة، فقدان الأمل، قلق شديد أو نوبات هلع، نوبات البكاء
- تقلب شديد في المزاج مع سلوك قهري خطير أو غريب
- مشكلات سلوكية خطيرة مع طفل
- مشاكل الصحة العقلية المتأثرة بتعاطي المخدرات
- أفكار انتحارية وإيذاء الذات
- تخلي المرء عن ممتلكاته
- التهديد بالانتحار أو إيذاء الذات أو الغير.

لعلاج حالة صحية عقلية طارئة

← الرجاء الاتصال بالرقم 911 أو الذهاب إلى غرفة الطوارئ

← اتصل بطبيبك أو بمزود الصحة العقلية

← الرجاء الاتصال بخط الوصول والأزمات على الرقم 1-888-724-7240

بعد الدوام الرسمي/أيام نهاية الأسبوع

للأشخاص البالغين: 1-888-724-7240

للأطفال: وحدة الفحص العام للطوارئ (ESU):

619-876-4502 (ESU)

هل أنت بحاجة إلى المزيد من المعلومات؟

إذا كنت راعياً في الحصول على المزيد من المعلومات عن حقوقك، وعن عملية التظلم والاستئناف أو متطلبات الولاية الأخرى الرجاء الطلب إلى موفر الخدمة تزويدك بكتيب المستفيد من خطة الصحة أو يمكنك العثور عليه على الانترنت MHP العقلية أو يمكنك العثور عليه على الانترنت MHP العقلية www.optumsandiego.com بواسطة الرابط تحت قسم المستهلكين والعائلات



أرقام مفيدة

خط الوصول والأزمات 1-888-724-7240
الاتصال بمجتمع الصم 711 (TTY) لضعاف السمع
NAMI سان دييجو 543-1434 (619)
اتصل بالرقم 1-1-2 للموارد والاحالات
الصحة العقلية في أمريكا 543-0412 (619)
إدارة خطة الصحة العقلية 563-2700 (619)
خط الأزمات للمحاربين القدماء 273-8255-

موارد الإنترنت

www.sdcounty.ca.gov
www.optumsandiego.com
www.211sandiego.org
www.ssa.gov
www.ssa.gov/disability
MentalHealth.gov
Ok2Talk.org

مساعدة لحل المشاكل

يمكن لمناصر المرضى تقديم المساعدة إذا كنت غير راض عن رعاية الصحة العقلية
بالنسبة للمشاكل الخاصة بالمرضى أو خدمات إسكانية
طوال 24 ساعة، الرجاء الاتصال:

ببرنامج مناصرة المرضى JFS على الهاتف رقم
1-800-479-2233 أو (619) 282-1134

بشأن المشاكل المتعلقة بمرضى العيادة الخارجية أو أي
نوع من خدمات الصحة العقلية، الرجاء الاتصال:

بمركز المستهلكين للتثقيف والدعم الصحي (CCEA)
هاتف مجاني رقم 1-877-734-3258

الإخطار الخاص بتحديد معاكس للإعانة

إذا كان لديك تظلم بشأن رعايتك الصحية العقلية،
وترغب في استئناف قرار رعايتك، أو كنت راغبًا
في العثور على وضع الاستئناف أو التظلم، يمكنك
الاتصال بإحدى الوكالات المذكورة أعلاه. يمكن

للمستفيدين من برنامج Medi-Cal

الحصول على الخدمات والحقوق المحددة في لوائح
الولاية واللوائح الفيدرالية.

ويمكنك أيضًا رفع استئناف معجل عندما يمكن أن تعرض
العملية القياسية حياتك أو صحتك لخطر شديد أو تؤثر على
قدرتك على الأداء الأقصى لوظيفتك أو الوصول إليها أو
المحافظة عليها أو عليها أو استردادها.

أنواع الخدمات المتاحة

- ◆ تقييمات الصحة العقلية
- ◆ التأهيل الجماعي والشخصي
- ◆ العلاج الجماعي والشخصي
- ◆ التدخل في حالة الأزمة
- ◆ استقرار الأزمة
- ◆ رعاية طب نفسي طارئ طوال 24 ساعة
- ◆ خدمات الدعم الدوائي
- ◆ خدمات متكاملة للصحة العقلية وتعاطي المخدرات
- ◆ خدمات دعم الزبون وأقران الأسرة
- ◆ رعاية طبية نفسية للمرضى الداخليين
- ◆ رعاية إسكانية للبالغين
- ◆ إدارة القضايا والوصاية
- ◆ خدمات للأشخاص المشردين
- ◆ مباني نواد علاجية
- ◆ خدمات مهنية وتوظيفية
- ◆ خدمات عيادة خارجية مدرسية للأطفال
- ◆ خدمات علاجية إسكانية قصيرة المدى
- ◆ العلاج النهاري، التفاف وخدمات السلوك العلاجي للأطفال
- ◆ خدمات الرعاية العلاجية لأطفال التبني

خطة الصحة العقلية خدمات الصحة العقلية الاختصاصية

- ◆ بالنسبة لأعضاء Medi-Cal، محدودتي التأمين أو بدون تأمين
- ◆ للأطفال، والشباب والأسر والبالغين الصغار والبالغين الكبار والبالغين الأكبر سنًا
- ◆ متوفرة على نطاق المقاطعة
- ◆ رعاية متنوعة ثقافيًا للمجتمعات
- ◆ توفير مترجم فوري ومساعدة لغوية
- ◆ استمرارية الرعاية من مزود الخطة الصحية السابق إلى الخدمة الصحية الجديدة

حقوقك بموجب

خطة الصحة العقلية

- ◆ أن تعالج بكرامة واحترام بلغة تفهمها
- ◆ احصل على معلومات عن خيارات العلاج وبدائلها
- ◆ اتخذ القرارات الخاصة برعايتك
- ◆ احصل على مواد المعلومات عن الخدمات المشمولة بخطة الصحة العقلية
- ◆ اطلب نسخة من سجلاتك الطبية واستلمها واطلب تغييرها أو تصحيحها
- ◆ احصل على خدمات الصحة العقلية الاختصاصية
- ◆ تخلص من القيود أو العزلة حسب تحديدها في القواعد الفيدرالية
- ◆ الحق في رفض العلاج