Tigrigna

ኣብ ሓባራዊ ውሳነ ዝተሰረተ ናይ ክንክን ኣገባብ

ኣብ ክፍሊ ሕክምና ስነ-ኣእምሮ ዓበይቲ ዝህልወኩም ጸንሒት



Hôpitaux Universitaires Genève

Fondation privée des HUG

መእተዊ

ጉጅለ ሕክምና ስነ-ኣእምሮ ዓበይቲና፡ ኣብቲ ሕሙም ዘተኮረ ናይ ክንክን ኣገልግሎት የበርክት፤ ንኹሉ ድሌታትኩም ብውፅይነት ብምስማዕ ድማ ኣብ ሙሉእ ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም ይድግፈኩም። ውልቃዊ ምክትታል ምእንቲ ክወሃበኩም፡ ናይ ክንክን መስርሕኩም ብግቡእ ዝተወደበ እዩ።

ሓባራዊ ውሳነታት ምሕላፍ

ናይ ሕክምና ጉጅለና ኣብዚ ኣጸጋሚ እዋን እዚ ክድግፈኩምን ድሉው እዩ። ብዛዕባ ኣተሓሓዛኹምን ክንክንኩምን ሓባራዊ ውሳነታት ንምሕላፍ ምሳኹም ብሓባር ክንሰርሕ ኢና፤ እዚ ድማ ምሕዋይኩም እናደገፍና፡ ውልቃዊ ናጽነትኩም ክትሕልዉ ይሕግዘኩም እዩ።

ናትኩም ርእይቶን ሓሳብን ዓቢ ክብሪ ኣለዎ

ኣብ ውሽጢ ሆስፒታል ኣብ ዝህልወኩም ጻንሒት፡ ብዛዕባ ክንክንኩም ኣብ ዝሓልፉ ኩሎም ውሳነታት ተሳተፍቲ ምኳንኩም ንምርግጋጽ፡ ምሳኹምን ንረብሓኹምን ብሓባር ክንሰርሕ ኢና። ናይ ሕክምና ምርጫታትኩም ምሳኹም ኮነ ክሕወሱ ንእትደልይዎም ናይ ቀረባ ስድራቤትኩም ብንጹርን ብጋህድን ክንመያየጠሉ ኢና።

ናይ ሕክምና ጉጅለና፡-

- ንጹርን ንምርዳኡ ዝቐለለን ቋንቋ ብምጥቃም፡ ብዛዕባ ኩሉ ናይ ጻንሒትኩም ኩነታት ሓበሬታ ክህበኩም እዩ
- ቅድሚ ዝኹነ ውሳነ ምሕላፉ ናትኩም ርእይቶ ከይሓተተ ፈጺሙ ውሳነ ኣይከሕልፉን እዩ፡ ኣብ ናይ ክንክን መስርሕኩም ድማ ንጡፍ ተሳትፎ ክህልወኩም ከተባብዓኩም እዩ
- ናትኩም ክብርታት፡ ምርጫታትኩምን ኣብ መዓልታዊ ህይወትኩም ዝድግፉኹም ነገራትን ኣብ ግምት ከእቱ እዩ
- ፍቓደኛታት እንተ ኮይንኩም፡ ነቶም ደገፍ ዝህቡኹም ናይ ቀረባ ሰባት ኣብቲ ናይ ክንክን መስርሕ ከሳትፎም እዩ

ኣብ ምሕዋይኩም ዘተኮረ

ኣብ ሆስፒታል ምጽናሕ ፈታኒ ክኸውን ይኽእል እዩ፤ ናትና ዕላማ ግን ነዚ ህጹጽ ኣእምሮኣዊ ቅልውላው ሰጊርኩም ናይ ጥዕና ምሕዋይኩም ክትጅምሩ ዝሕግዝ ምቹእ ናይ ደገፍ ከባቢ ምፍጣር እዩ። ከቢድ ናይ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ብድሆታት ኣብ ዝጋጠመሉ እዋን እኳ ከይተረፈ፡ መጻኢ ህይወት ፍሉይን ዝሓሸን ክኸውን እዩ ዝብል ተስፋ ኩሉ ግዜ ኣሎ።

ንመስርሕ ምሕዋይኩም ዝጸርግ መገዲ

ኣብ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ምሕዋይ ማለት ኩሉ ግዜ ሙሉእ ብሙሉእ ካብቲ ሕማም ‘ምፍዋስ’ ማለት ጥራይ ኣይኮነን። መብዛሕትኡ እዋን ኣብቶም ናትኩም ቀዳምነታት ብምትኳር፡ ናብ ዝተመጣጠነ ኣነባብራ ህይወት ቀጻሊ ናይ ምዕባለ ስጉምቲ ምግባር ማለት እዩ። ዘጋጥሙኹም ዝኾነ ብድሆታት ኮነ ዕንቅፋታት ኣብ ግምት ብምእታው፡ ናጽነትኩም መሊስኩም ክትረኽቡን ናብ መዓልታዊ ልማድኩምን ማሕበራዊ ህይወትኩምን ክትምለሱ ክንሕግዘኩም ንዓልም። እዚ ውልቃዊ መስርሕ ኮይኑ፡ ሓደ ሓደ እዋን ነዊሕ ግዜ ዝወስድን ፈታንን ክኸውን ይኽእል እዩ። ናይ ነፍሲ ወከፍ ሕሙም ጉዕዞ ፍሉይ እዩ።

ናትኩም ዓቕምታትን ውሽጣዊ ሓይልታትን ዓቢ ዋጋ ኣለዎም

ኩሉ ግዜ ከምኡ ኮይኑ እንተዘይተሰምዓኩም እኳ፡ ብዙሓት ናይ ውሽጢ ሓይልታትን ክእለታትን ኣለዉኩም። ናይ ጥዕና ክንክን ጉጅለና ነዞም ናይ ውሽጢ ሓይልታትኩም ንምልላይን ንምዕባይን ምሳኹም ብሓባር ክሰርሕ እዩ። ውልቃዊ ዓቕምታትኩም (ከም ናይ መዘናግዒ ንጥፈታት፡ ስፖርት፡ ስራሕ ወይ መንፈሳውነት)፡ ስድራቤትኩምን ኣዕሩኽኩምን ከምኡውን ማሕበረሰብኩም ንምሕዋይኩም ቀንዲ መሻርኽቲ እዮም።

ንናይ ምሕዋይኩም ምድጋፍ

ኣብ ሆስፒታል ኣብ ዝህልወኩም ግዜ፡ ናትና ክንክንን ደገፍን ኣብ ናይ ጥዕና ምሕዋይኩም ዝተሰረተ ክኸውን እዩ። ብዛዕባ ዘለኩም ኩነታት ዘለኩም ፍልጠትን ተመክሮን ምክፋልኩም፡ ንዓኹም ብዝበለጸ ክንፈልጠኩም ይሕግዘና እዩ። ንውልቀ ድሌታትኩም ዝሰማማዕ ክንክን ምእንቲ ክንህብ፡ ናይ መነባብሮ ከባቢኹም፡ ውልቃዊ ክብርታት፡ ክእለታት፡ ዘለዉ ዓቕምታትን መዓልታዊ ዘጋጥሙኹም ብድሆታትን ኣብ ግምት ከነእቱ ኢና።

ናትኩም ውልቃዊ ናይ ክንክን መደብ

ኣብ መጀመርታ ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም፡ ኣብቶም ውልቃዊ ድሌታትኩምን ዕላማታትኩምን ተመስሪትና ውልቃዊ ናይ ክንክን መደብ ንምምዕባል ምሳኹም ብሓባር ክንሰርሕ ኢና። እዚ ናይ ክንክን መደብ እዚ፡ ኣብ ሙሉእ ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም ከምኡውን ካብ ሆስፒታል ድሕሪ ምውጻእኩም (ምስጎግኩም) ክድግፈኩም ተባሂሉ ዝተዳለወ እዩ።

ዕላማ ናይዚ ውልቃዊ ናይ ክንክን መደብኩም እንታይ እዩ?

- ኣብቶም ዘለዉኹም ዓቕምታትን ክእለታትን ተመስሪትና ናይ ሕክምና ምርጫታት ንምንዳፍ ንምሕጋዝ።
- ንውልቃዊ ናይ ምይይጥ እዋናትን ንሰሙናዊ ናይ ምብጻሕ ግዜያትን ንምምራሕ።
- ዕላማታትኩም ብምግምጋም ካብ ሆስፒታል ንምውጻእኩም (ምስጎግኩም) ንምድላው።
- ምክትታልኩም ኣብ ናይ ወጻኢ ሕሙማት ስነ-ኣእምሮን ስነ-ኣእምሮኣዊ ምኽርን ማእከል (CAPPI) ዝቕጽል እንተ ኮይኑ፡ ናይቲ ክንክን ቀጻልነት ንምርግጋጽ።

ናይ ክንክን መደብኩም ብኸመይ ይውሰን?

ኣብ መጀመርታ ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም፡ ናይ ክንክን ጉጅለና ብዛዕባ ናይ ክንክን መደብኩም ምሳኹም ሓቢሩ ንምምርማርን ንምምይያጥን ሓደ ወይ ካብኡ ንላዕሊ ናይ ምይይጥ እዋናት ከዳልው እዩ። እዚ ድማ ኣብ ውሽጢ ሆስፒታል ኣብ ዝህልወኩም ጻንሒት ብዛዕባ ዘለዉኹም ዕላማታትን፡ ንዓታቶም ንምስካዕ ብዝበለጸ ብኸመይ ክንሕግዘኩም ከም እንኽእልን ንምምይያጥ ጽቡቕ ዕድል ክኸውን እዩ። ናይ ክንክን ዕላማታትኩም፡- ካብ ፍሉያት ምልክታት ሕማም ምቁጽጻር ጀሚሩ ክሳብ ማሕበራዊ ብድሆታት ምፍታሕ (ከም መንበሪ ገዛ፡ ስራሕ ወይ ፋይናንስ) ከምኡውን ኣብ ማሕበራዊ ርክባትኩም ዘጋጥሙ ዝኹኑ ዕንቅፋታት ሓዊሱ፡ ጽሬት ናይ መነባብሮኹም ክጸልዉ ንዝኽእሉ ኩሎም ነገራት የጠቓልል እዩ።

እዞም ዕላማታት እዚኦም ስርዓታውያን ብዝኹነ መልክዕ ዝግምገሙን ብመሰረት ናትኩም ናይ ምሕዋይ ምዕባለ ዝስተኻኽሉን እዮም። ነዚ ናይ ክንክን መደብኩም ንስኹም ኣብ ዘለኹምሉ ከነዳልዎ ኢና፤ ብኣኻኹምን ብናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ኣባላትን ድማ ክፍረም እዩ። ናቱ ቅዳሕ ክወሃበኩም እዩ።

እንታይ የጠቓልል?

እዚ ናይ ምክትታል ሰነድ እዚ፡-

- ንዓኹም ዘጋጥሙኹም ዘለዉ ብድሆታት ብዛዕባ ዘለኩም ኣረኣእያ ዘንጸባርቕ እዩ
- ናይ ውሽጢ ዓቕምታትን ንዓኹም ደገፍ ዝህቡኹም ሰባትን ብንጹር ዝገልጽ እዩ
- ናይ ክንክን ዕላማታትኩም ዝዝርዝር እዩ
- በቲ ናይ ጥዕና ጉጅለ ዝቐረቡ ናይ ሕክምና ምርጫታት የነጽር፡- ውልቃዊ፡ ጉጅለኣዊ ከምኡውን ኣብ መድሃኒት ዝተሰረቱ እዮም።

ብዛዕባ መድሃኒታት ደኣ እንታይ ይግበር?

ብዛዕባ መድሃኒት ምሳኹም ክንመያየጥ ኢና፡ ኣብቲ ውልቃዊ ናይ ክንክን መደብኩም እውን ከነእትዎ ኢና።

ኣብ ውሽጢ ጻንሒትኩም፡ ብመሰረት ናይቲ መድሃኒት ውጽኢታውነት፡ ናትኩም ናይ ጥዕና ኩነታት ለውጥታትን ዘጋጥሙኹም ዝኾኑ ጎናዊ ሰዓቤታትን ብምርኣይ ነቲ መድሃኒት ከነስተኻኽሎ ኢና።

ሕክምናኹም ምስ ድሌታትኩም ሙሉእ ብሙሉእ ዝተሰማምዐ ምእንቲ ክኸውን፡ ብዛዕባ መድሃኒት ዘለኩም ናይ ሕሉፍ ተመክሮታት እውን ኣብ ግምት ክነእቱ ኢና።

ካብ ናይ ጥዕና ክንክን ጉጅለኹም እንታይ ክትጽበዩ ትችእሉ?

ኩሎም ኣብ ክፍሊ ሕክምና ስነ-ኣእምሮ ዓበይቲ ዘለዉ ሰራሕተኛታት ነዞም ዝስዕቡ መምርሒታት ከኽብሩ እዮም፡-

- ናትኩም መሰላት፡ ብውልቂ ናይ ምውሳን መሰልኩምን ናይ ምርጫ ናጽነትኩምን ከኽብሩ እዮም
- ንናይ ምሕዋይ መደብኩም ክድግፉ እዮም
- ኣብ መስርሕ ምውሳን ውሳነታት ንጡፍ ተሳትፎ ክህልወኩም ከተባብዑ እዮም
- ኣብቶም ውልቃዊ ዓቕምታትኩም ክምርኮሱ እዮም
- ነቲ ናይ ክንክን ኣገባብ ምስ ናትኩም ናይ ምሕዋይ ፍጥነት ከሰማምዕዎ እዮም
- ንብድሆታትኩም ሓባራዊ ግንዛበ ምእንቲ ክህልወና፡ ንጹርን ኣኽብሮት ዝመልኦን ቋንቋ ክጥቀሙ እዮም።

ኣብ ውሽጢ ክፍሊኹም እቲ ክንክን ብኸመይ ዝተወደበ እዩ?

ናይቲ ክፍሊ ናይ ሕክምና ጉጅለ ኣብ ሰለስተ ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለታት ዝተወደበ እዩ፤ ነፍሲ ወከፍ ጉጅለ ድማ ሓደ ተለማማዲ ሓኪም ከምኡ'ውን ሓያሎ ነርሳት የጠቓልል። ካልኦት ናይቲ ጉጅለ ኣባላት ድማ ከም ኣድላይነቱ ደገፍ የበርክቱ፤ እዚኦም ድማ ማሕበራዊ ሰራሕተኛታት፡ ኪኢላታት ምንቅስቓስ ኣእምሮ (ስነ-ኣእምሮኣዊ ምንቅስቓስ)፡ ኪኢላታት ናይ ስራሕ ሕክምና፡ ከምኡ'ውን ስነ-ኣእምሮኛታት የጠቓልሉ።

ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ግደ እንታይ እዩ?

ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ኩሉ ግዜ ምሳኹም ብምኻን፡ ናይቲ ክንክን ቀጻልነት ከረጋግጽ ይኽእል እዩ።

- ካብ ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም እንተወሓደ ሓደ ነርስ መዓልታዊ (ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ) ኣብዚ ክህሉ እዩ።
- ጉጅለኹም ነቲ ናይ ክንክን መደብኩም፡ ናይ ምብጻሕ ግዜያትኩም፡ ኣኼባታትኩምን ናይ ዕረፍቲ ወይ ናይ ምውጻእ ግዜኹምን ምሳኹም ሓቢሩ ከሰናድኦ እዩ።
- ንሳቶም ምስቶም ደገፍ ዝህቡኹም መርበብ ኣባላት (ናይ ስድራ ሓኪም፡ ናይ ስነ-ኣእምሮ ሓኪም ኮነ ናይ ቀረባ ስድራቤትኩም ወዘተ) ርክብ ክገብሩ እዮም።
- ፍሉይ ህጹጽ ኩነታት እንተዘይጋጢሙ፡ ናብ ሆስፒታል ክትምለሱ ኣድላዩ ኣብ ዝኾነሉ እዋን፡ እቲ ሓደ ዓይነት ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለ እዩ ቀጻሊ ናይ ክንክን ሕክምናኹም ዝህብ።

ናይ ምሕዋይ ምዕባለኹም ካብ ምክትታል ሓላፍነት ዘለዎ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ብተወሳኺ፡ ኩሎም ካልኦት ሰራሕተኛታት እውን ንመዓልታዊ ደገፍ ወርትግ ድሉዋት እዮም።

ሰሙናዊ ንጥፈታትኩም ብኽመይ ዝተወደበ እዩ?

ምስ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ምርኻብ

ኣብ ሰሙን ሓደ ግዜ ምስ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ነዞም ዝስዕቡ ጉዳያት ንምውሳን ናይ 20 ደቒቕ ኣኼባ ክህልወኩም እዩ፦

- በቲ ውልቃዊ ናይ ክንክን መደብኩም ተጠቒምኩም ናይ ክንክን ዕላማታትኩም ንምግምጋም
- ውልቃዊ ናይ ምይይጥ እዋናትኩም፡ ናይ ሕክምና ጉጅለታትኩምን ናይ ደገ ንጥፈታትኩምን ንምድላው
- ናይ ቆጸራ ሰዓታት ዝገልጽ ሰሙናዊ ናይ ስራሕ መደብ ንምቕባል

ሰሙናዊ ናይ ስራሕ መደብኩም

እዚ ሰነድ እዚ ንመዓልታትኩምን ንናይ ክንክን መስርሕኩምን ንምውዳብ ይሕግዘኩም እዩ። ብናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ኣባላት ዝወሃብ ኮይኑ፡ እዞም ዝስዕቡ ንጥፈታት የነጽር፦

- ዘለዉ ሰሙናዊ ንጥፈታትን ጉጅለታትን ብዝርዝር የነጽር (ናይ ስነ-ጥበባዊ ምህዞታት ፈጠራ ጽርሓታት፡ ኣካላዊ ምንቅስቓሳት ከምኡውን ናይ ሕክምና ጉጅለታት)
- ምስቶም ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ኣባላት ዘለኩም ውልቃዊ ናይ ምይይጥ ሰዓታት፡ ናይ ሕክምና ቆጸራታትኩም፡ ናይ ዕረፍቲ ወይ ናይ ምውጻእ ግዜኹምን ካልኦትን ንምምዝጋብ የኽእለኩም።

ምስ ናይ ቀረባ ስድራቤትኩምን ናይ ደገፍ መርበብኩምን ምትሕብባር

ናትኩም ናይ ክንክን መርበብ (ናይ ህይወት መሻርኽቲ፡ ስድራቤት፡ ናይ ጥዕና ሞያውያን፡ ማሕበራት፡ ናይ መነባብሮ ከባቢ ወይ ናይ ስራሕ ቦታታት) ንመስርሕ ምሕዋይኩም መሰረታዊ ግደ ኣለዎ። እዚ ድማ ካብ ሆስፒታል ድሕሪ ምስጓግኩም (ምውጻእኩም) ናይቲ ክንክን ቀጻልነት ንምርግጋጽን ምስ ሆስፒታል ዘሎ ምትእስሳር ንምቅላልን ይሕግዝ እዩ።

ምስቲ ናይ ክንክን መርበብኩም መን እዩ ርክብ ዝገብር?

ኣብ ሆስፒታል ምስ ተዓቀብኩም (ምስ ደቐስኩም)፡ ብናይ ባዕልኩም ሙሉእ ፍቓድ መሰረት እቲ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለ ምስዞም ዝስዕቡ ኣካላት ክራኸብ እዩ፡-

- ምስ ናትኩም ሓኪም ወይ ናይ ወጻኢ ሕሙማት ናይ ስነ-ኣእምሮ ምኽሪ ኪኢላ
- ምስ ናይ ቀረባ ስድራቤትኩም
- ምስ ማሕበራዊ ኣገልግሎታት ወይ ንዓኹም ደገፍ ምስ ዝህባ ትካላት

ናይ ቀረባ ስድራቤትኩም ኣብዚ ናይ ክንክን መስርሕኩም እንታይ ግደ ኣለዎም?

ናይ ቀረባ ስድራቤትኩም ተዓዘብቲ ጥራይ ኣይኮኑን፤ ብናይ ባዕልኩም ሙሉእ ፍቓድን ንናትኩም ድሌት ብምኽባርን፡ ኣብዚ ናይ ክንክን መስርሕኩም ንጡፋት መሻርኽቲ ኪኾኑ ይኽእሉ እዮም። ንሳቶም ናታቶም ተመክሮታት ብምክፋል፡ ንዓኹም ዘጋጥሙኹም ዘለዉ ጸገማት ብዝበለጸ ክርድእዎም ይኽእሉ። እዞም ቀንዲ ኣገደስቲ ሰባት እዚኦም ኣብዞም ዝስዕቡ ጉዳያት ይሳተፉ፡-

- ናይ ክንክን ዕላማታትኩም ኣብ ምውሳን
- ናይ ዕረፍቲ ወይ ናይ ምውጻእ ግዜኹም ኣብ ምውዳብ
- ካብ ሆስፒታል ንምውጻእኩም ኣብ ምድላው

ንቀረባ ስድራቤትኩም ኣብዚ ናይ ክንክን መስርሕኩም ብዝበለጸ ብኽመይ ከነሳትፎም ንኽእል?

ናይ ሓሳብ ምልውዋጥን ንጹር ርክብን ንምድጋፍ፡ እቲ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለ ንስድራቤትኩም ብደሓን መጻእኩም ብምባል፡ ሓሳባቶም ክሰምዕ ከምኡ'ውን ከም ኣድላይነቱ መምርሒ ክህቦም እዩ። ብናትኩም ሙሉእ ፍቓድ መሰረት፡ ስድራቤትኩም ኣብቶም ቆጸራታትን ኣኼባታትን ምሳኹም ክሓብሩ ይከኣል እዩ።

ናይ ውሕስነት ስጉምትታትን ገደብ ዝገብሩ ኣሰራርሓታትን

ንዓኹም ወይ ንኻልኦት ሰባት ሓደጋ ከጋጥሙ ዝኽእለሉ ገሊኡ ፍሉይ ኩነታት ኣብ ዝፍጠረሉ እዋን፡ እቲ ጉጅለ ናጽነትኩም ንምግዳብ (ከም ኣብ ፍሉይ ክፍሊ ዓጽዩ ምዕቃብ ወይ ብዘይ ፍቓድኩም ሕክምና ምሃብ ዝኣመሰሉ) ናይ ውሕስነት ስጉምትታትን ገደብ ዝገብሩ ኣሰራርሓታትን ክጥቀም ከድልዮ ይኽእል እዩ። እዞም ገደባት እዚኦም ፍሉያት ጥራይ እዮም፤ ኣፈጻጽማኦም እውን ብጥንቃቐ ዝተደንገገ (ሕጋዊ መምርሒ ዘለዎ) እዩ።

ነዞም ገደባት እዚኦም ወይ ብዘይ ፍቓድኩም ንሕክምናን ክንክንን ኣብ ሆስፒታል ምእታውኩም (PAFA) ብዝምልከት፡ ናብ ናይ ዓበይትን ህጻናትን ዕቀባ ቤት ፍርዲ (TPAE) ጥርዓን (ይግባይ) ናይ ምቕራብ መሰል ኣለኩም። ኣብዚ ኩነታት እዚ፡ እቲ ጉጅለ ኩሉ ዘድሊ ሓበሬታታትን ሰነዳትን ከቕርበልኩም እዩ። ኣብዚ ከምዚ ዝኣመሰለ ፈታኒ እዋን እኳ ከይተረፈ፡ ናትኩም ርእይቶ ዓቢ ዋጋ ኣለዎ፤ ኣብ ዝግበር ናይ ቃል-ምልልስ እዋን ድማ ናትኩም ተመክሮ ክትገልጹ ምሉእ ዕድል ክወሃበኩም እዩ።

እቲ ጉጅለ እንታይ ዓይነት መትከላትን ስርዓታትን እዩ ዝስዕብ?

- ገደብ ዝገብሩ ኣሰራርሓታት ከም መወዳእታ መማረጺ ጥራይ እዮም ዝውሰዱ።
- እቲ ናይ ሕክምና ጉጅለ ብዛዕባቲ ውሳነ ምሳኹም ክመያየጥ እዩ፡ እቲ ገደብ ብኽመይ ከም ዝትግበር እውን ከረድኣኩም እዩ። እቲ ጉጅለ ዝኾነ ይኹን ኣሉታዊ ጽልዋ ንምንካይ ምሳኹም ብሓባር ብምኻን ዝበለጸ መሰናዶታት ክገብር እዩ።
- ዝኾነ ይኹን ገደብ ዝገብር ኣሰራርሓ ቀጻሊ ዝኾነ ናይ ሕክምና ደገፍ የድልዮ እዩ።
- እቲ ገደብ መዓስ ከም ዝውዳእ (ከም ዝለዓል) ብንጹር መግለጺ ክወሃበኩም እዩ።

ድሕሪ ገደብ ዝገብር ኣሰራርሓ እንታይ ዓይነት ደገፍ ይወሃብ?

ብገደብ ዝገብር ኣሰራርሓ ውሽጢ ምሕላፍ ፈታንን ከቢድ ኣእምሮኣዊ ኮነ ስምዒታዊ መጉዳእቲ ክስዕብ ዝኽእል ተመክሮ እዩ። ስለዚ ድማ እዩ፡ ዝኹነ ገደብ ዝገብር ኣሰራርሓ ድሕሪ ምፍጻሙ፡ ስርዓታዊ ብዝኹነ መልክዕ ናይ ምክትታል ምኽሪ ነቕርብ፤ እዚ ድማ ነዞም ዝስዕቡ ጉዳያት እዩ፡-

- ናትኩም ስምዒታት ክትገልጹ
- እንታይ ከም ዝተፈጸመ ንምርዳእ
- እዚ ገደብ እዚ ኣብ ልዕሌኹም ዘስዓቦ ኣሉታዊ ጽልዋ ንምንካይ
- ናይ ሕክምና ስራሕ ቀጻልነት ምእንቲ ክህልዎ
- ንመጻኢ እዞም ገደባት እዚኦም ብኽመይ ከም ዝከላኸሉ ንምፍላጥ
- ንመጻኢ ነቲ ኣሰራርሓታት ንምምሕያሽ

ኣብዚ ናይ ምኽሪ እዋን ተሳታፊ ምኻን ሙሉእ ብሙሉእ ብናይ ባዕልኩም ድሌትን ወለንታን ጥራይ እዩ።

ኣብ ውሽጢ ሆስፒታል ኣብ ዝህልወኒ ጻንሒት ካልእ እንታይ ገደባት ክገጥመኒ ይኽእል?

ምስ ናትኩም ናይ ጥዕና ኩነታት ብዝተተሓሓዘ፡ እቲ ናይ ሕክምና ጉጅለ ግዝያዊ ገደባት ከተግብር ከድልዮ ይኽእል እዩ፤ ንኣብነት ናይ ፍቓድ (ምውጻእ) ግዜኹም ምጉዳል ወይ ገሊኦም ውልቃዊ ኣቑሑትኩም ከይትጥቀሙ ምኽልካል። እዞም ከምዚኣቶም ዝኣመሰሉ ገደባትን ኣብ ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም ዘስዕብዎ ኣሉታዊ ጽልዋን ንምውሓድ፡ እቲ ጉጅለ ነዞም ዝስዕቡ ክገብር እዩ፡-

- ኣብ መንጎ ናትኩም ድሌታትን ምስ ጥዕና'ኹም ተተሓሒዞም ክመጹ ዝኽእሉ ሓደጋታትን ዝበለጸ ሚዛናዊ ስምምዕ ክደሊ እዩ
- ብዛዕባቶም ተወሲዶም ዘለዉ ገደባት ምሳኹም ክመያየጥ እዩ
- ምኽንያቶም ከረድእ እዩ፡ ዘይሰማማዕኩምሉ ነጥቢ እንተሃልዩ ድማ ኣብ ናይ ሕክምና መዝገብኩም ከስፍሮ እዩ
- ብዝተኻእለ መጠን ቀልጢፉ ነቶም ገደባት ከልዕሎም እዩ

ካብ ሆስፒታል ንምውጻእኩም ኣብ ምድላው

ካብ ሆስፒታል ንናይ ምስጓግኩም ምድላው፡ ሓደ ካብቲ መሰረታዊ ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም ክፍሊ እዩ።

ንስኹምን ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹምን፡ ዝበለጸ ናይ ምውጻእ (ምስጓግ) መስርሕ ምእንቲ ክህልወኩም ዘድልዩ ስጉምትታት ሓቢርኩም ክትውስኑ ኢኹም። እቲ ጉጅለ፡ ሕማም መሊሱ ከይለዓዓል (ዳግመ-ሕማም) ከምኡውን ህጹጽ ቅልውላዋት ከይፍጠሩ ንምክልኻል ዝሕግዙ መገድታት ምሳኹምን ምስ ናይ ቀረባ ስድራቤትኩምን ክመያየጠሉ እዩ።

ካብ ሆስፒታል ንናይ ምስጓግኩም (ምውጻእኩም) ምድላው እንታይ የጠቓልል?

- ኣብ ናይ ክንክን መደብኩም ተዘርዚሮም ዘለዉ ዕላማታት ምግምጋም።
- ንናይ ወጻኢ ሕሙማን ቀጻሊ ምክትታል ምውዳብ።
- ብዛዕባ ናይ መነባብሮ ገዛ ኩነታት ምምይያጥ።
- ካብ ሆስፒታል ወጻኢ ብዛዕባ ዝህልዉኹም ንጥፈታት ናይ ሓሳብ ምልውዋጥ ምግባር።
- ምስ ናይ ቀረባ ስድራቤትኩምን ምስ ናይ ክንክን መርበብኩምን ምትሕብባር።

ኣቀምጥዎ

ክመጹ ንዝኽእሉ ብድሆታት ብኽመይ ኣቐዲምካ ክግመቱ (ክፍለጡ) ይከኣል?

ሓደ ካብቶም ኣብ ሆስፒታል ዝህልወኩም ጻንሒት ዕላማታት፡ ንመጻኢ ዝፍጠሩ ህጹጽ ኣእምሮኣዊ ቅልውላዋት ንምክልኻልን ንምቁጽጻርን ንዓኹም ምድጋፍን ምሕጋዝን እዩ። ናይ ቀረባ ስድራቤትኩም፡ ከምኡውን ኩሉ ናይ ክንክን መርበብኩም፡ ሰራሕተኛታትን ናይ ጥዕና ሞያውያን ኩላቶም ብሓባር ኮይኖም ኣብዞም ናይ ምክልኻል ስጉምትታት ክድግፉኹም እዮም። እዞም ስጉምትታት እዚኣም፡ ኣቐዲሞም ክመጹ ዝኽእሉ ናይ መጠንቀቕታ ምልክታት ብምልላይን፡ ህጹጽ ቅልውላው ንምንካይ ወይ ንምክልኻል ብቕጽበት ክውሰዱ ብዛዕባ ዝኽእሉ ናይ ሕክምና ስጉምትታት ብምምይያጥን ዝተሰረቱ እዮም።

ናይ ጻንሒትኩም መወዳእታ ኣብ ዝቐርበሉ እዋን፡ ናይ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ኣባላት ንናትኩም ምርጫታትን ፍትወታትን ዘኽብር ሓባራዊ ናይ ሓደጋ መደብ ንምምዕባል ምሳኹምን ምስ ናይ ደገፍ መርበብኩምን ብሓባር ክሰርሑ እዮም።

ሓባራዊ ናይ ቅልውላው መደብ ማለት እንታይ እዩ?

ሓባራዊ ናይ ቅልውላው መደብ (JCP) ማለት ኣብ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ዝጥቀሙሉ ናይ ቀረባ ግዜ ቅድመ-ውሳነ መግለጺ ዓይነት እዩ። እዚ ድማ እቲ ዝምልከቶ ሰብ ብዛዕባ ክንክንን ሕክምናን ዘለዎ ምርጫታት ኣብ ግምት ብምእታው፡ ንመጻኢ ከጋጥሙ ዝኽእሉ ህጹጽ ቅልውላዋት ንምክልኻልን ብዝበለጸ መልክዕ ንምምሕዳርን የገልግል እዩ።

እዚ ሰነድ እዚ ናትኩም ድሌታት፡ ክህልዉኹም ዝኽእሉ ስምዒታዊ ምላሻትን ንዓኹም ዝሕግዙ ናይ ሕክምና ስጉምትታትን የነጽር። ምስ ክሊኒካዊ ክንክን ጉጅለኹም ብሓባር ብምኻን፡ ናይ ሓደ ህጹጽ ቅልውላው ኣቐዲሞም ክመጹ ዝኽእሉ ናይ መጠንቀቕታ ምልክታትን ነቲ ቅልውላው መበገሲ ወይ መለዓዒ ረቐሒታት ክኹኑ ዝኽእሉ ነገራትን ክትለልዩ ኢኹም። ድሕሪኡ ህጹጽ ቅልውላው ኣብ ዝፍጠረሉ እዋን ክትረኽብዎም እትደልይዎም ሕክምናታትን ናይ ክንክን ስጉምትታትን፡ ከምኡ'ውን ክትነጽግዎም (ክትኣብይዎም) ብዛዕባ እትደልዩ ዝኹኑ ስጉምትታት ክትሰማምዑ ኢኹም።

plandecriseconjoint.ch

ግደ ክፍሊ ዕርቅን ሽምግልናን እንታይ እዩ?

ኣብ ውሽጢ ሆስፒታል ኣብ ዝነበረኩም ጻንሒት ዝኹነ ጸገም እንተጋጢሙኩም፡ ናብ ናይ HUG ክፍሊ ዕርቅን ሽምግልናን ክትውከሱ ትችእሉ ኢኹም። እዚ ኣገልግሎት እዚ ኣብ እዋን ናይ ሆስፒታል ጻንሒትኩም ዘጋጠሙኹም ዝኹኑ ጸገማት ሓሳብኩም ንምግላጽን ንድምጽኹም ንምስማዕን ሙሉእ ዕድል የበርክተልኩም።

www.hug.ch/mediation

ነቲ ውልቃዊ ናይ ክንክን መደብኩምን ካልኦት ሰነዳትኩምን ኣብዚ ኣቀምጥዎ

ናተይ ክሊኒካዊ ጉጅለ

ጠቕምቲ ሓበሬታታት

ናይ ሕሙማት ጠበቓታት

ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ሕክምና ስነ-ኣእምሮ ተዓቂቦም (ደቒሶም) ንዘለዉ ኩሎም ሕሙማት ናይ ጠበቓ ኣገልግሎት ዘሎ ኮይኑ፡ ኣብ ዝኮነ እዋን ክሕተቱ ይከኣል እዩ። ብመንግስቲ ጀነቫ ዝተሰየሙን ካብ HUG ነጻ ዝኾኑን ናይ ሕሙማት ጠበቓታት፡ መሰላትኩም ክተኽብሩ ንምሕጋዝ ሕጋዊ ስልጣን ዘለዎም እዮም፤ ምስ ናይ ጥዕና ክንክን ጉጅለታትኩም ኣብ እትራኸቡሉ ዝኾነ እዋን እውን ከሰንዩኹም ይኽእሉ እዮም። እዚ ደገፍ እዚ ሙሉእ ብሙሉእ ብነጻን ብምስጢር ዝዕቀብን መንነትኩም ብዘይገልጽን ኣገባብ ዝወሃብ እዩ።

☎ 022 733 40 00
conseillers-accompagnants.ch

ፕሮ መንተ ሳና (Pro Mente Sana)

ናይ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ጸገማት ዘለዎም ሰባት መሰላትን ጥቕምታትን ንምሕላው ዝሰርሕ ማሕበር እዩ። ብነጻ ዝወሃብ ሕጋዊ ከምኡውን ስነ-ኣእምሮኣዊ-ማሕበራዊ ናይ ምኽሪ።

promentesana.org

ሪካቨሪ ኮሌጅ (Recovery College)

ብዛዕባ ድሕንነት፡ ተጻዋርነት ኮነ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ምሕዋይ ንህዝቢ ክፉት ዝኾኑ ነጻ ትምህርትታት ዘቕርብ ማሕበር እዩ። እቶም ትምህርትታት ብሓደ መምህርን ብሓደ ናይ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ክኢላን ብሓባር ዝወሃቡ እዮም።

www.recoverycollege.ch

ብናይ ደገፍ **If! Foundation**

እዛ ናይ ሓበሬታ ጽሕፍቲ (በራሪ ጽሑፍ) ብክፍሊ ሕክምና ስነ-ኣእምሮ ዓበይቲ ምስ መምርሒ ርክባትን ኮሙኒኬሽንን ብምትሕብባር ዝተዳለወት እያ።