

سلامت روح و روان

در سوئیس بین بیماری روحی و جسمی تفاوتی گذاشته نمی شود. بیمه درمانی پایه، هزینه یا خرج درمان بیماریهای روانی توسط متخصصان و یا اقامت در کلینیک را می پردازد.

پشتیبانی و مشاوره

متخصصان زیادی در سوئیس وجود دارند که می توانند در شرایط سخت شخصی یا خانوادگی به شما کمک کنند. بیمه پایه (Grundversicherung) هزینه درمان بیماری های روانی را توسط متخصصان قانونی شناخته شده مانند روانپزشکان پرداخت می کند. هزینه اقامت در بیمارستان نیز پرداخت می شود. در صورت بروز مشکل می توانید به صورت رایگان به مراکز مشاوره ناشناس مراجعه کنید. به عنوان مثال، دست پیشنهاد شده از طریق تلفن، ایمیل یا چت (تلفن 143، www.143.ch) مشاوره می دهد. اما پزشک خانواده (Hausärztin oder Hausarzt) شما نیز می تواند کمک کند. اگر فردی در خطر حاد آسیب رساندن به خود یا دیگران باشد، باید سریعاً اقدام شود. در چنین شرایط اضطراری پلیس کمک خواهد کرد (تلفن 117).

خرد سالان و نوجوانان

برای جوانانی که مشکلات سلامت روان دارند، خدمات روانشناسی مدرسه (Schulpsychologischer Dienst) اولین مرکز خوب تماس است. والدینی که نگران فرزندان خود هستند نیز می توانند در آنجا گزارش دهند. خط تلفن اضطراری کودکان از طریق تلفن، ایمیل یا چت (تلفن 147، www.147.ch) به کودکان و جوانان پشتیبانی رایگان و ناشناس ارائه می دهد. برای اورژانس های روانپزشکی کودکان و نوجوانان، والدین می توانند با شماره تلفن 061 325 51 00 با روانپزشکی کودک و نوجوان (Kinder- und Jugendpsychiatrie) تماس بگیرند.

اعتیاد

منطقه کمک به اعتیاد بازل (Suchthilfe Region Basel) و مرکز مشاوره اعتیاد چند فرهنگی هر دو بازل (Multikulturelle Suchtberatungsstelle, MUSUB) به اعتیاد کمک می کنند. آژانس ها مشاوره و پشتیبانی محرمانه رایگان ارائه می دهند. همچنین اگر نگران بستگان یا افراد نزدیک خود هستید، می توانید با مراکز مشاوره تماس بگیرید. آنها همچنین به برخی از زبان های خارجی مشاوره می دهند. اعتیاد به الکل یا مواد مخدر محدود نمی شود. همچنین مراکز مشاوره ترک اعتیاد می توانند به سایر اعتیادها مانند اعتیاد به قمار، اعتیاد به خرید و یا اعتیاد به اینترنت و اختلالات خوردن کمک کنند. سوالات را می توان از طریق ایمیل نیز پرسید.

آسیب روحی / ضربه ی روحی روانی

هر کسی که در زندگی خود رویداد بدی را تجربه کرده است و نتواند به آرامی با یاد و خاطره آن باشد، باید برای خود درخواست کمک و رسیدگی کند. زیرا آسیبهای / ضربه های روحی بیماری های روانی جدی هستند. علاوه بر خدمات مشاوره و پشتیبانی برای مشکلات و بیماری های روانی، همچنین مراکز تخصصی برای آسیب دیدگان و قربانیان جنگ و شکنجه وجود دارد.

اطلاعات بیشتر (لینک ها، نشانی های مهم، مدارک کمی)

www.hallo-baselstadt.ch/fa/health/mental-health