

Психическое здоровье

В Швейцарии не делается различий между психическими и физическими заболеваниями. Базовая страховка покрывает расходы на лечение психически больных пациентов у специалистов, а также на госпитализацию.

Поддержка и консультации

В Швейцарии есть много специалистов, которые могут помочь в сложных личных или семейных ситуациях. Базовая страховка (Grundversicherung) покрывает расходы на лечение психических заболеваний у признанных законом специалистов, например, психиатров. Пребывание в больнице также оплачивается страховкой. Все, у кого есть проблемы, могут также бесплатно обратиться в анонимные консультационные центры. Например, в службе Dargebotene Hand (телефон доверия) предлагаются консультации по телефону, электронной почте или через чат (телефон 143, www.143.ch). Помощь может предложить и семейный врач (Hausarzt/Hausärztin). Если человек находится в ситуации, когда он может причинить вред себе или окружающим, необходимо быстро принять меры. В таких случаях лучше всего позвонить в полицию (телефон 117).

Дети и подростки

Подросткам, имеющим психические проблемы, лучше всего изначально обратиться в бесплатную школьную психологическую службу (Schulpsychologischer Dienst). Там могут помочь и родителям, беспокоящимся о своих детях. Бесплатная и анонимная помощь детям и подросткам предлагается службой экстренной помощи для детей (Kindernotruf) по телефону, электронной почте или через чат (телефон 147, www.147.ch). По вопросам экстренной психиатрической помощи для детей и подростков родители могут обращаться в службу психиатрической помощи для детей и подростков (Kinder- und Jugendpsychiatrie) по телефону 061 325 51 00.

Зависимости

За помощью в решении проблем с зависимостями можно обратиться в центр помощи зависимым региона Базель (Suchthilfe Region Basel) и мультикультурный консультационный центр по вопросам зависимости кантонов Базель-Ландшафт и Базель-Штадт (Multikulturelle Suchtberatungsstelle, MUSUB). Консультации там предоставляются бесплатно и анонимно. В эти центры можно обращаться и тогда, когда такая помощь нужна родственникам или близким. Консультации предлагаются и на иностранных языках. К зависимостям относятся не только алкоголизм или наркомания, но и игровая зависимость, шопоголизм, интернет-зависимость или расстройства пищевого поведения. По всем этим вопросам можно обращаться за помощью в указанные консультационные центры, в том числе и по электронной почте.

Психологические травмы

Каждому, кто пережил в своей жизни нечто ужасное и не может это самостоятельно проработать, следует обратиться за помощью, поскольку психологическая травма — это психическое заболевание, к которому нужно относиться серьезно. Наряду с консультационными центрами и службами поддержки при психических расстройствах и заболеваниях, существуют специализированные центры для лечения жертв войны и пыток.

Дополнительная информация (ссылки, адреса, брошюры, листовки)

www.hallo-baselstadt.ch/ru/gesundheit/psychische-gesundheit