



ምስ ኣእምሮ ሕሙምን ናይ ሓደገኛ እጽ ተጠቐምቲ (ክልቲኡ ምስዘለው) ንዝሰርሑ ሓልዮት ምክንያት ምውሃቢ ወረቐት

ብዛዕባ ሓደገኛ እጽ ክንዘራረብ እንክሎ ሕጋዊ ንዝኾኑን (ኣልኮሆል፣ ትንባኝ፣ ብሓኪም ዝተአዘዘ ፈውሲታት) ከምኡ'ውን ሕጋዊ ንዘይኾኑ (ካናቢስ/cannabis, ስፒድ/speed, ሄሮን/heroin) ሓደገኛ እጽታት ማለትና እዩ።

ሓደገኛ እጽ ዝጥቐሙ ሰባት ክሳብ 80% ዝኾኑ ናይ ኣእምሮ ጉድዓተኛ ከምዝኾኑ ብመጽናዕቲ ዝተረጋገጸ እዩ። ሓደ ሰብ ናይ ኣእምሮ ሕማም እንተሃልይዎን ብዘይ ዓቕን ሓደገኛ እጽ እንተጠቐሙ 'ክልቲኡ ዘለዎ/Dual Diagnosis' ብዝብል ንጽውኡ።

ክልቲኡ ፀገም ንዘለዎ ሰብ ሕይወት ስድራቤትን ሓለዮቲ ማእከላይ ዝኾነ ገደ ዕማም ይጻውቱ እዮም።

ኣባላት ስድራ ንዝፈውዎ ሰብ ናይ ሓደገኛ እጽ ተገዛኢ ብምዃኑ ዘይምንቓፍ ብጣዕሚ ኣድላይ እዩ።

ናይ ኣእምሮ ጉድዓተኛ ሰባት ንምንታይ'እዩ ብዘይ ዓቕን ሓደገኛ እጽታት ዝጥቐሙ?

ሓደ ናይ ኣእምሮ ጉድዓተኛን ብዘይ ዓቕን ሓደገኛ እጽ ዝጥቐመሉ ብዙሕ ምክንያት ይነብር፣ ብዙይ ዝካተቱ፡

- ንዘለዎም ጸገማት ክጻውሩ ንምሕጋዝ
- ብናይ ፈውሲታት ምግርጫው ንዝመጽእ ፀገም ክጻውሩ ንምሕጋዝ
- ስሚዒቶም ጽቡቕ ክንኸውን
- ምስካሎት ሰባት ክኾኑ እንክሎ እምነት ክሓድረሎም
- ምስጉጅለታት ክትሕወስ
- ካብ ጭንቁ ናጻ ንምዃን
- ንምዝንጋዕ
- ንድቓስ ክሕግዝ እዮም።

ኣስተውእሉ ኣብ ማሕበረሰብ ውሽጢ ዘለዉ ብዙሓት ሰባት ሕጋዊ ዝኾነን ወይካዓ ሕጋዊ ንዘይኾነ ከምናይ ኣእምሮ ጉድዓተኛ ከምዝጥቐምዎ ንሳቶም'እውን ብተመሳሰለ ምክንያት ናይ ሓደገኛ እጽ ከምዝወሰዱ እዩ።

ቐዲሙ ዝመጽእ ናይ ኣእምሮ ሕማም'ድዩ ወይካዓ ሓደገኛ እጽ ብዘይ ዓቕን ምጥቓም?

ናይ ኣእምሮ ሕማምን ሓደገኛ እጽ ብዘይ ዓቕን ምጥቓም ድሕሪ ብዙሕ ዓመታት ዝፍጠርን ክልቲኦም ክተሓሓዙ ይኸእሉ እዮም።

ቐዲሙ ኣየኑ ይመጽእ ዝብል ብዙሕ ለውጢ የብሉን ምክንያቱ ክልቲኦም ነገራት ሕክምና ስለዘድልዮም። ይኹን እምበር ናይ ኣእምሮ ጉድዓተኛ ናይ ሓደገኛ እጽ ዝጥቐም እንተኾይኑ ሕክምና ንምሃብ ብጣዕሚ ኣጸጋዊ ይኸውን።

ብዝውሰድ ፈውሲታት ሓደገኛ እጽ ብከመይ ጌሩ ፀገም ይፈጥር?

ናይ ሓደገኛ እጽን ሕማም ኣእምሮ ፈውሲታት ሓቢርካ ምውሳድ ናይቲ ፈውሲ ስራሕ ጥቕሚ ክልውጦ ይኸእል። የግዳስ ናይቲ መወዳእታ ውፅኢት በቲ ዝውሰድ ናይ ሓደገኛ እጽን ናይ ፈውሲ ዓቕንን ዓይነት ይኸውን።

ሓደ ሓደ ፀገማት ምስቲ ፈውሲታትን ሓደገኛ እጽ ዝተዛመድ እዩ፡

- ናይ ድኻም ስሚዒት ወይካዓ ናይ ድቓስ ኩነታ ክውስኽ ይኸእል
- ማኪና ክትዝውር ወይካዓ ምስ ማሸን ክትሰርሕ ፀገም ክፈጥር ይኸእል
- ናይ ምትንፋስ ፀገም ክፈጥር ይኸእል
- ብዘይሓሰብካዮ ኩነታ ፀገም ክመጽእ ይኸእል
- ናይቲ ፈውሲ ስራሕ ውጽኢት ከበላሽው ይኸእል
- ኣብ ሓደሓደ ኩነታት ንሞት ክቓልዕ ይኸእል እዩ።

በጎክቶሪያ ባህልን ያቀፈ የስነ-ኣእምሮ ክፍል





1.1 Developed by Marie Piu and Shane Sweeney (2007)
ንግስተርጎጊ ዝወጸ ናይ ገንዘብ ኣገዝ ብናይ ሺክተሪያ ሕብረ ባህላዊ ኮሚሽን ተዋሂቡ



ስድራቤት ብከመይ ጌሩ ክጻወሮ ይኸእል?

ክልቲኡ ፀገማት ንዘለዎ ሰብ ብናይ ኣባላት ስድራ ኣቢሉ ምክንኻን ክግበር እንክሎ ብዝሕ ብዝበለ መገዲታት ክጉድኡ ይኸእሉ።

በዚ ዝስዕብ ከንጎና ይኸእል:

- ጭንቆት፣ ፀገም ድቓስ፣ ምፍራሕ፣ ምድንጋር፣ ቛጡዕ ምዃን፣ ተስፋ ምቕራጽ፣ ተሓታቲ ምዃን፣ ተስፋ ምቕራፅ፣ ምክንኻን ንዝገብረሉ ሰብ ምግላል
- ክብደት ምቕናስ፣ ጎንጸ ምፍጣር
- ሕማቕ ስም፣ ዕርኽና ምስኣን፣ ንበይንኻ ምዃን

ዝሕግዙ ነገራት

- ባዛዕባ ሓደገኛ እጸ ምውሳድ ምስምማዕ።
ንዝኾነ ኣልኮሆልን/ወይካዓ ሓደገኛ እጸ ጠጠው ካብምግባር ምቕናስ ዝሓሸ ንምዃኑ ምስትውኣል ይጠቕም።
- ምስ ጉዳይ ሓጋዚ፣ ሓኪም ወይካዓ ካልእ ምክንኻን ውሃቢ ምዝርራብ
- እቲ ሰብ ንምንታይ ሓደገኛ እጸ ከምዝወስድ ምፍላጥ
- ኣበይኑ እዋን ሓደገኛ እጸ ከምዝወስድ ፈሊኻ ምፍላጥ
- ተቐባልነት ብዘይብሉ ባህሪያት ዓቕብ ምግባር
- ሰባት ገንዘብ ክረኽቡ እንክሎ ሓቢርካ ናብ ዕዳጋ ምኻድ
- ኣገዳሲ ንዝኾኑ ኣቕሑት ጥራይ ምግባእ
- መንታን ባጀት ክውጽኡ ምሕጋዝን ንቕድሚት ዝኸውን ገንዘብ ከቕምጡ ከምዝኸ እሉ ምሕጋዝ።

ዘይሕግዙ ነገራት

- ምፍርራሕ፣ ምንቓፍ፣ ነቲ ሰብ ምውጫጭን ብዓውታ ምዝራብ
- ገንዘብ ክሓቱ እንክሎ ኩልግዘ ምሃብ
- ንሓደገኛ እጸ ቐልጢፎም ጠጠው ከብሉ ምሕታት
- ናይቲ ውልቃዊ ሰብ ኩነታ ምክትታል
- ንሸንቲ መርመራ ምሕታት
- ንሓደ ነገር ብጽቡቕ ኩነታ እንተዘይሰሪሑ ብምቕራጽ ሓዳሽ ነገር ክፍትን ምግባር

ኣብ እዋን ፍሉይ ኩነታት ወይካዓ ኣብ እዋን ፀገም ንናትኩምን ካልኣት ሰባት ድሕንነት ንምህላው ቕድሚያ ክውሃብ ስለዘለዎ ብቐልጡፍ ስጉምቲ ንምውሳድ ከምዘድሊ እዩ።

ብባዕሎም ምክንኻን ንዝገብሩ ስድራ ቤታት

ዝሕግዙ ነገራት

- ኣብ ሕይወትካ ንምግባር ትሕጎሰሉ ነገራት ምቕጻል፡
- ንሓይማኖትካ ምኸታል፡
- ናይ ኣትኸልቲ ሥራሕ፡
- ስድራ ቤትን ዓርኽቲ ምጉብናይ
- ምስ ናይ ዝ እንስሳት ሓቢርካ ግዘ ምጽናሕ
- ናይ ኣካል ምውስዋስ
- መዘናግዒ
- ምስ ስድራ ቤት ሓቢርካ ዕቡቕ ግዘ ክተሕልፍ ምቐው ግዘ ብምምራጽ ምድላው
- ንስድራ ቤት ዘሕጉሱ ዝርዝር ምንቕስቓሳት ምጽሓፍ
- ንኣባል ስድራ ንዘሎ ኸብሪ ምቕጻል
- ኣብ ስድራ ቤት ናይ ደገፍ ጉጅለታት ምኻድ
- ናይ ሰብ ሞያተኛ ሓገዝ ምድላይ እዩ።

ኣብ ቪኪቲያ ባህላዊነት ዘለዎ ናይ ስነ-እገምሮ ክፍሊ



ሓገዝ መርከቢ መንገዲታት

ቐዳማይ ቋንቋኩም እንግሊዝኛ እንተዘይኾይኑ በጃኹም አስተርጓሚይ ክዳለው ሕተቱ።

ከም ኡውን ካል ኦት ብምንባብ ክርድኡኩም ይኸእል። ብፍላይ ካብዚ ቐዳላይ ብዝኾነ ጽሑፍ ናይ ሓገዝ ምኽሪ 3: ብዛዕባ ጓሂያን ናይ ኣእምሮ ሕግም ከምዘሎ ንምፍላጥ ከምኡውን ብናይ ሓገዝ ምኽሪ 4: ብዛዕባ ጓሂን ናይ ኣእምሮ ሕግም ምልላይ ይኸውን።

ሓገዝ መርከቢ ቦታታት

ብናይ ስድራቤት ደገፍ ጉጅለታት

- ኣብ ቪክቶሪያ ክንኸን ውሃብቲ 9650 9966 ወይካን 1800 242 636 — ካብ ሰዓት 8.30am ንጉሆ ክሳብ ድሕር ቐትሪ 4.30pm ብዘሎ ግዜ ፍሉይ ዝበለ ሓገዝ ንክንኸን ውሃብቲ
- ንስድራ ናይ ሓደገኛ እጸ ሓገዝ መስመር 1300 660 068 — ሓደገኛ እጸ ንዝጥቐም ኣባላት ስድራቤት ናይ 24 ሰዓት ሓገዝ
- ንኣእምሮ ሕሙም ምሕዘነት ንምፍጣር ናይ ሓገዝ መስመር 8486 4222 — ብዛዕባ ሓገዝ ጉጅለታት መረዳእታ

ንውልቐሰባትን ስድራ መማኸርቲ

- ብቐጥታ መስመር 1800 888 236 — ን24 ሰዓታት ናይ መማኸርቲን ናይ ደገፍ ከምኡውን ናብ ዝምልከቶ ምስዳድ
- ንባዕሉ ንምቕታል ዝፍትን ናይ ሓገዝ መስመር 1300 651 251 — ንባዕሉም ሕይወቶም ክጥፍኡ ንዝተለሙ ሰባት ን24 ሰዓታት ናይ መማኸርቲን ደገፍ ምሃብ
- ንህጻናት ሓገዝ መስመር 1800 551 800 — ፀገም ንዝጓነፎም መንእሰያት ናይ 24 ሰዓታት መማኸርቲ
- Bouverie Centre/ማእከል 9376 9844 — ንስድራ መማኸርቲ
- ንናይ ሓደገኛ እጸ መረዳእታ መውሃቢ 1300 858 584 — ንክንኸን ውሃብቲ ብዝተፈላለዩ ቋንቋ ብዛዕባ ሓደገኛ እጸ መረዳእታ ምሃብ
- ንፖሊስ ብ000 ምድዋል

