National Alliance on Mental Illness of Virginia
ፖ. ሳ. ቁጥር 8260 Richmond፣ Virginia 23226
ስልክ (804) 285-8264፤ ፋክስ (804) 285-8464
www.namivirginia.org

የሥነ-አእምሮ ቀውስ ያጋጠመውን ግለሰብ ለመርዳት የሚያስችል እርዳታ

ከቤተሰብ አባላት፣ የአቻ ለአቻ ባለሙያዎችና የአእምሮ ጤና ባለሙያዎች ጋር በመተባበር በNAMI Virginia የተዘጋጀ

የዚህ ብሮሹር ይዘት የሥነ-አእምሮ ቀውስ ያጋጠመውንና እገዛ የሚያሻውን ጓደኛ ወይም የቤተሰብ አባል መርዳት ስለሚቻልባቸው መንገዶች ያብራራል። የሥነ-አእምሮ ቀውስ ራስን የማጥፋት፣ ሌሎችን የመግደል ሐሳብ እና ወይም ባሕርይን፣ ከባድ የሥነ-አእምሮ መዛባት ምልክቶችን፣ ከፍተኛ መጠን ያለው ዕጽ ወይም አልኮል መውሰድን እንዲሁም ድንገተኛ የሆነ የአእምሯዊ ሁኔታ ለውጥን ሊያካትት ይችላል፤ ሆኖም በዚህ ብቻ ይወሰናል ማለት አይደለም። በዚህ መመሪያ ውስጥ የተዘረዘሩት እርምጃዎች ተባባሪ ከሆነውና እርዳታ እንዲሰጠው ከሚፈልገው ሰው አንስቶ በራሱ ተነሳስቶ እርዳታ እንዲደረግለት አስከማይጠይቀው ግለሰብ ድረስ የሚያካትቱ ሲሆን በዚሁ መስክ አማራጩ ይበልጥ እየጠበበ ስለሚሄድበትም ሁኔታ ይገልጻሉ። እባካችሁ የሥነ-አእምሮ ቀውስ ለሰውየው ከባድ የአእምሮ ስቃይ ሊያስከትልበት እንደሚችል አስታውሱ። ከዚህም የተነሳ የሚመከረው ሁልጊዜ ግለሰቡ በራሱ ተነሳስቶ ሕክምና እንዲወስድ ማበረታታት ነው። ይህ ደግሞ ለሁሉም ወገኖች የተሻለ ውጤት ያመጣል።

ይህ መመሪያ የተዘጋጀው የሥነ-አእምሮ ሕክምና አገልግሎት ማግኘት ለሚያስፈልገው አንድ ግለሰብ የአገልግሎት አማራጮቹ ይበልጥ እየጠበቡ ስለሚሄዱበት ሁኔታ ለእናንተ መረጃ ለመስጠት ታስቦ ነው። ይሁንና ግለሰቡ በችግሩ ሂደት በማንኛውም ወቅት ላይ በፈቃደኛነት አገልግሎቱን እንዲያገኝ የሚያስችለውን አጋጣሚ ማግኘቱ **አማራጭ የሌለው** ጉዳይ ነው። ይህ ደግሞ ውጤታማ በሆነ መንገድ እንዲያገግም፣ ከቤተሰቡ ጋር ያለው ትስስር እንደተጠበቀ እንዲቆይ እንዲሁም ሰብዓዊ ክብሩ እንዲጠበቅ ለማድረግ የሚያስችል ወሳኝ ነገር ነው። ከእነዚህ ሂደቶች ጋር ተዛማጅ የሆነው ጽንሰ-ሐሳብ የአእምሮ ስቃይ (ትራዎማ) የሚለው ነው። ሂደቱ ለግለሰቡ ከፍተኛ የአእምሮ ስቃይ የሚያስከትል ሲሆን ብዙውን ጊዜ ሕመሙን ሊያባብስበትና የታዩበትን ከባድ ምልክቶች ዕድሜ በማራዘም የማገገሚያ ጊዜውን ሊያራዝምበት ይችላል። ከዚህ በተጨማሪ የግለሰቡ ፈቃደኛ ሆኖ አለመገኘት በግል ፋይሉ ላይ በቋሚነት ስለሚሰፍር በግለሰቡ ሕይወት ላይ ብዙ ቀጥተኛ ያልሆኑ ተጽዕኖዎችን ሊያስከትል ይችላል።

የሥነ-አእምሮ ቀውስ ያጋጠመው ሰው ቢኖርና ግለሰቡ ተባባሪ እንዲሁም በፈቃደኛነት ሕክምና እንዲሰጠው የሚፈልግ ቢሆን ምን ማድረግ ይኖርብኛል?

እንዲህ ባለው ሁኔታ ብዙ አማራጮች አሉ። ግለሰቡ እንደ የሥነ-አእምሮ ባለሙያ (ሳይካያትሪስት)፣ ቴራፒስት፣ ጉዳዩን የሚከታተል ሰው (ኬዝ ማኔጀር) ወይም ሌላ የአእምሮ ጤና ሠራተኛን የመሰለ የአእምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪ ካለው ምን ቢደረግለት እንደሚሻል ለማወቅ የእነርሱን ሙያዊ እገዛ ለማግኘት ሞክሩ። ግለሰቡ የደህንነት ማገገሚያ የድርጊት መርኃ ግብር (Wellness Recovery Action Plan (WRAP))፣ በቅድሚያ የተሰጠ የሕክምና መመሪያ ወይም ይህ የጤና ቀውስ አጋጥሞት ባለበት ጊዜ መካከል እንዲሰጠው የሚመርጠውን ሕክምና በተመለከተ የተዘጋጀ የጽሑፍ መረጃ ካለ ያንን ለማግኘትና በዚያ መሠረት እርምጃ ለመውሰድ ሞክሩ። ግለሰቡ አገልግሎት ሰጪም ሆነ በጽሑፍ የሰፈረ የሕክምና ዕቅድ ከሌለው ምን ዓይነት ሕክምና መውሰድ እንደሚፈልግ/እንደምትፈልግ ከራሱ ከግለሰቡ መረጃ ለማግኘት ጣሩ። ወይም በዚህ ወቅት እንደተጠሪ ሊሆን የሚችል ሰው ካለ ይህንን ግለሰብ በአድራሻው ለማግኘት ሞክሩ። ጥሩ የሚሆነው ጥያቄ "ከዚህ ቀደም ተመሳሳይ ሁኔታ ሲያጋጥም ምን አድርገዋል?" የሚለው ይሆናል። ግለሰቡ ለአእምሮ ጤና መቃወስ በሚል ከዚህ ቀደም የተዘጋጀ ዕቅድ ከሌለው እንዲሁም ይህንን መረጃ ሊሰጣችሁ የሚችል ምንም ሰው ማግኘት ካልቻላችሁ በአካባቢያችሁ ያለውን የማኅበረሰብ አገልግሎት ቦርድ (Community Services Board (CSB)) ወይም የባሕርይ-ነክ ጤና ባለሥልጣን (Behavioral Health Authority (BHA)) ማግኘት ትፈልጉ ይሆናል። እነዚህ ተቋማት የድንገተኛ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶችን እንዲሰጡ በግዛቱ ውክልና የተሰጣቸው በመሆናቸው አማራጭ አገልግሎቶችን በመጠቆም ረገድ እገዛ ሊሰጧችሁ ይችላሉ። የማኅበረሰብ አገልግሎቶች ቦርድ እና የድርጅቶች አድራሻ በዚህ መመሪያ መጨረሻ ላይ ሰፍሯል። ከሚቀርቡት አማራጮች መካከል የድንገተኛ ሕክምና ክፍል፣ የአእምሮ ጤና ክሊኒክ፣ የመፍትሔ አፈላላጊ ማዕከል፣ የማረጋጊያ ዩኒት፣ ተንቀሳቃሽ መፍትሔ አፈላላጊ ዩኒት፣ ተንቀሳቃሽ ቡድን ወይም የሥነ-አእምሮ ሆስፒታል ሊሆን ይችላል። ግለሰቡ ኢንሹራንስ ካለው በቅድሚያ የትኛው ሆስፒታል ግለሰቡን ሊቀበል እንደሚችል ለማጣራት ወደ አገልግሎት ሰጪያቸው በመደወል ጊዜ ልትቆጥቡ ትችላላችሁ። ከግለሰቡ ጋር አብራችሁ በመሄድ ለሚመረምሩት ሐኪም ወይም የአእምሮ ጤና ሠራተኛ ግለሰቡን በሚመለከት የተቻለውን ያህል መረጃ መስጠታችሁ በጣም የሚመከር ነገር ነው።

በተጨማሪም ግለሰቡ ሕክምናውን በመምረጥ ረገድ የተቻለውን ያህል ምርጫና የመወሰን ሥልጣን እንዲኖረው ማድረግ በጣም አስፈላጊ ነው። ይህ ረዘም ያለ ጊዜ ሊወስድ ቢችልም የመጨረሻው ውሳኔ የግለሰቡን ይሁንታም ስለሚያስገኝ የኋላ ኋላ ውጤቱ የተሻለ ይሆናል። በተጨማሪም የጤና ቀውሱ የሚያስከትለውን የአእምሮ ስቃይ ስለምትቀንሱለት በተሻለ ፍጥነት ያገግማል። ለግለሰቡ አማራጭ መስጠት ሲባል "የት ሆስፒታል ነው መሄድ የምትፈልገው?"፣ "ቦርሳ ማዘጋጀት ትፈልጋለህ?"፣ "የችግር ጊዜ ዕቅድህን ይዘህ መሄድ ትፈልጋለህ?"፣ "ለማን እንድደውልልህ ትፈልጋለህ?" ወይም "አብሬህ እንድቆይ ነው የምትፈልገው ወይስ አድርሼህ ብቻ እንድመለስ?" የሚሉትን የመሰሉ ጥያቄዎችን የማንሳት ያህል ቀላል ሊሆን ይችላል። ከግለሰቡ ጋር በተያያዘ የምታደርጉትን ነገር በሙሉ ልብ እና በተባባሪነት መንፈስ ማድረጋችሁ በጣም አስፈላጊ ነው፤ ከግለሰቡ ጋር ሙግት መግጠም ውጤታማ የማያደርግ ከመሆኑም ሌላ ለእናንተም ሆነ ለግለሰቡ ጠቃሚ ውጤት አያስገኝም። የሚያሳስባችሁን ነገር ለግለሰቡ በቀጥታ መጥቀስ ትችላላችሁ፤ ሆኖም ሰውዬውን በድርጊቱ የምትኮንኑ ወይም የምትነቅፉ ዓይነት መሆን የለባችሁም።

የሥነ-አእምሮ ቀውስ ያጋጠመው ሰው ቢኖርና በፈቃደኛነት ሕክምና እንዲሰጠው የማይፈልግ ቢሆን ምን ማድረግ ይኖርብኛል?

በዚህ ጊዜም ማድረግ የሚኖርባችሁ ግለሰቡ የአእምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪ ካለው እነርሱን በማግኘት ሙያዊ እገዛ እንዲሰጧችሁ ማድረግ ነው። ተጨማሪ የችግር ጊዜ እገዛ ማግኘት ካስፈለጋችሁ ወደሚቀጥሉት ጥያቄዎች ተሻገሩ።

የአእምሮ ጤና ሠራተኛ ባይኖርና ግለሰቡ በራሱ ወይም በሌሎች ላይ ጉዳት ሊያደርስ ይችላል የሚል ከፍተኛ ስጋት ቢያድርብኝ ምን ማድረግ ይኖርብኛል?

አጣዳፊ የሆነ አገልግሎት ማግኘት እንደሚያስፈልግ ከተሰማችሁ ወደ 911 ከመደወል ወደኋላ አትበሉ። አንድ የፖሊስ መኮንን በቦታው ተገኝቶ ስለ ሁኔታው መሠረታዊ የሆነ ምዘና ያካሂዳል። መኮንኑ ራሱ በታዘበው ነገር መሠረት ወይም ሌሎች በሰጡት እምነት የሚጣልበት ሪፖርት ተመርኩዞ ግለሰቡ ጥበቃ ሥር ውሎ የሚከተሉትን መመዘኛዎች የሚያሟላ ሆኖ ከተገኘ በአእምሮ ጤና ባለሙያ የአእምሮ ጤና ምዘና ወደሚካሄድበት ተቋም እንዲገባ የማድረግ ሥልጣን አለው፡-

1) ግለሰቡ የአእምሮ ሕመም ካለውና በአእምሮ ሕመሙ የተነሳ በቅርቡ የሚከተሉት ነገሮች ሊያገጥሙ የሚችሉበት ሁኔታ ካለ፦ (ሀ) በቅርቡ ሲያሳይ ከነበረው ባሕርይ፣ ካደረገው ሙከራ ወይም ጉዳት እንደሚያደርስ ካሰማው ዛቻ እና ከሌሎች አግባብ ያላቸው መረጃዎች በመነሳት በራሱ ወይም በሌሎች ላይ ከባድ አካላዊ ጉዳት ሊያደርስ የሚችል ከሆነ ወይም (ለ) ራሱን ከጉዳት መከላከል ወይም እንደ ሰው የሚያስፈልጉትን መሠረታዊ ነገሮች ማሟላት የማይችል ከመሆኑ የተነሳ ለከባድ ጉዳት ሊጋለጥ የሚችል ከሆነ እንዲሁም
2) ግለሰቡ ሆስፒታል መተኛት ወይም መታከም የሚያስፈልገው ከሆነ እና
3) ግለሰቡ በፈቃደኛነት ሆስፒታል ገብቶ ለመተኛት ወይም ሕክምና ለማግኘት የማይፈልግ ወይም የማይችል ከሆነ።

ይህ አሠራር ብዙውን ጊዜ "ወረቀት አልባ" ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ (ECO) በመባል የሚታወቅ ሲሆን በመደበኛነት ከሚሰጡት ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዞች (ECO) (ECOዎች ምን እንደሆኑ በተከታታዮቹ ጥያቄዎች ተገለጿል፤ ካስፈለገ ወረድ ብላችሁ ማየት ትችላላችሁ) ያልተለየ የጊዜ ገደብ ያለው ነው። ግለሰቡ በጥበቃ ሥር ከዋለና በሕግ አስፈጻሚዎች ከተጓጓዘ የእጅ ካቴና ግድ እንደሚሆን ልብ በሉ። ይህ ግለሰቡ ራሱንም ሆነ ሌሎች ሰዎችን እንዳይጎዳ ለመከላከል የሚያስችል እርምጃ ነው ብላችሁ እንደምታምኑ የሚያደርግ አሳማኝ ምክንያት ከሌላችሁ በቀር በሰውየው ላይ ከፍተኛ የአእምሮ ስቃይ የሚፈጥር ድርጊት ስለሚሆን አይመከርም። እንዲሁም የሚቻል ከሆነ ፖሊስ ከመጥራታችሁ በፊት ግለሰቡ በፈቃደኛነት የሕክምና እርዳታ ለማግኘት እንዲጥር አበረታቱት።

መኮንኑ ሁኔታው ለማንም ሰው አደጋ አይፈጥርም ብሎ ካመነ (በአብዛኛዎቹ አካባቢዎች) ተመልሶ ይሄዳል። ያም ሆኖ ግለሰቡ አደጋ ሊያስከትል ይችላል የሚል እምነት ካላችሁ ከአካባቢው ፍርድ ቤት በጽሑፍ የሰፈረ ኦፊሴላዊ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ (ECO) በማውጣት በጉዳዩ መግፋት ትላላችሁ። በአንዳንድ አካባቢዎች መኮንኑ አስቀድሞ ከCSB/BHA የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶች ጋር ሳይመካከር አካባቢውን ለቅቆ አይሄድም። እንዲህ ያለ ሁኔታ ሲያጋጥም CSB/BHA ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ በማውጣት ረገድ ሊያግዝ ይችላል።

ሌላኛው አማራጭ ደግሞ ወደ ብሔራዊ የራስን ሕይወት ማጥፋት መከላከያ መረጃ መስመር (**National Suicide Prevention Lifeline**) 1-800-273-8255 መደወል ነው። ይህ የመረጃ መስመር በሳምንት 7 ቀን፣ በቀን 24 ሰዓት አገልግሎት የሚሰጥ የራስን ሕይወት ከማጥፋት ጋር በተያያዙ ችግሮች ዙሪያ የሚሠራ የመረጃ መስመር ነው። የስልክ ጥሪዎቹን የሚመልሱት የምክር አገልግሎት ሰጪዎች ችግር ያጋጠመው ግለሰብ ራሱን ወይም የቅርብ ሰዎቹን በማነጋገር ግለሰቡ አደጋ ሊያደርስ የሚችልበት አጋጣሚ ምን ያህል እንደሆነ በመገምገም ካለው ከማንኛውም የእገዛ መስጫ ጋር እንዲገናኙ ይረዷቸዋል (CSB፣ 911፣ በአካባቢው ያለ እገዛ መስጫ ወይም አስቸኳይ ሕክምና ማግኘት የሚጠይቅ ሁኔታ ከሌለ ደግሞ የደህንነት ዕቅድ ሊነድፉላቸው ይችላሉ)።

ግለሰቡ በፈቃደኛነት አገልግሎቱን ለማግኘት ባይፈልግና ከጊዜ አንጻር የሚያጣድፍ ነገር ባይኖር ምን ማድረግ ይኖርብኛል?

ከጊዜ አንጻር የሚያጣድፍ ነገር ከሌለ በቅድሚያ ግለሰቡ በሚገኝበት አካባቢ ያለውን CSB/BHA ማነጋገራችሁ የተገባ ይሆናል። CSB/BHA የመጀመሪያ ደረጃ ምክርና ግለሰቡ የሚያስፈልገውን ነገር በተመለከተ አንዳንድ ሐሳቦች ሊያካፍሏችሁ ይችላሉ። እንደምትኖሩበት አካባቢ ግለሰቡን በሚመለከት ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ (ECO) ከአካባቢው ፍርድ ቤት እንድትጠይቁ ሐሳብ ሊቀርብላችሁ ይችላል።

ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማዋያ ትእዛዝ (ECO) ምንድን ነው?

ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ (ECO) የሚባለው በአካባቢው ባለው CSB አማካኝነት ብቃት ባለው የአእምሮ ጤና ባለሙያ የአእምሮ ጤና ምዘና እንዲደረግለት ሲባል አንድን ግለሰብ በጥበቃ ሥር ያቆዩት ዘንድ አንድ ፍርድ ቤት ለመጀመሪያ ደረጃ ሕግ አስፈጻሚ መሥሪያ ቤቶች የሚሰጠው ትእዛዝ ነው። በምዘናው ወቅት በሕክምና ባለሙያው የተሰባሰበው መረጃ ከዓይን እማኞች ምሥክርነት ጋር ተዳምሮ ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ ያስፈልግ እንደሆነና እንዳልሆነ (ይህም ምን ማለት እንደሆ በተከታዮቹ ጥያቄዎች የተሟላ መግለጫ ይሰጥበታል) ይወሰናል።

ለፍርድ ቤቱ ጥያቄ ለማቅረብ ምን ማድረግ ይኖርብኛል?

በቅድሚያ በአካባቢያችሁ ያለውን CSB/BHA የድንገተኛ አገልግሎት በማነጋገር የምክር አገልግሎት ለማግኘት ብትሞክሩ ይመከራል። እናንተ እንደሰጣችሁት መረጃ ዓይነት እና/ወይም እነርሱ ከሁኔታዎቹ ያስተዋሉትን ነገር መሠረት አድርገው በአካባቢያችሁ ያለውን ፍርድ ቤት እንድትጠይቁ ይመክሯችሁ ይሆናል። የስልክ ቁጥር የስልክ ማውጫው ላይ ወይም ኢንተርኔት ላይ ይገኛል። ስለ ግለሰቡ እና ስለሁኔታዎቹ የምታውቁትን ነገር መሠረት በማድረግ ግለሰቡ የሚከተሉትን መመዘኛዎች የሚያሟላው እንዴት እንደሆነ ለፍርድ ቤቱ መረጃ መስጠት ይኖርባችኋል፡-

1) ግለሰቡ የአእምሮ ሕመም አለበት
2) ከአእምሮ ሕመሙ የተነሳ ግለሰቡ በቅርቡ የሚከተሉትን ነገሮች ሊፈጽም ወይም በራሱ ላይ ሊደርሱበት የሚችሉበት አጋጣሚ ከፍተኛ ነው
   1. በቅርቡ አደጋ በማድረስ፣ ለማድረስ በመሞከር ወይም ለማድረስ በመዛት ካሳየው ባሕርይ አንጻር እንዲሁም ሌሎች ተዛማጅ መረጃዎቹ ካሉ ከእነዚህ መረጃዎች አንጻር በራሱም ሆነ በሌሎች ላይ ከባድ አካላዊ ጉዳት ሊያደርስ ይችላል ወይም
   2. ራሱን ከጉዳት መከላከል ስለማይችል ወይም ለራሱ መሠረታዊ የሆኑ ሰብዓዊ ፍላጎቶቹን ማሟላት የሚችልበት ሁኔታ ላይ ስለማይገኝ ከባድ ጉዳት ሊደርስበት ይችላል እንዲሁም
3) ግለሰቡ ሆስፒታል ገብቶ መተኛት ወይም ሕክምና ማግኘት ያስፈልገዋል እንዲሁም
4) ግለሰቡ በፈቃደኛነት ሆስፒታል ለመተኛት ወይም ሄዶ ለመታከም ፈቃደኛ አይደለም ወይም በፈቃደኛነት ሊሄድ አይችልም

ፍርድ ቤቱ እንዲያጤናቸው ሕግ ግድ የሚለውና እናንተ ልታቀርቧቸው የሚገቡ ሌሎች መረጃዎች ደግሞ የሚከተሉትን ያካትታሉ፡-

1. በቨርጂኒያ ያለ ፈቃድ ያለው የሚመረምር ሐኪም ወይም የስነ-ልቦና ባለሙያ ጥቆማ

2. ግለሰቡ ካሁን ቀደም ያደረጋቸው ማናቸውም ነገሮች
3. ግለሰቡ ከዚህ ቀደም የተሰጠው ማንኛውም የአእምሮ ሕክምና ካለ፤ አገልግሎት ሰጪዎች ለዚህ ሂደት አስፈላጊ ሆኖ የሚገኘውን መረጃ በሙሉ እንዲሰጡ ሕግ ግድ ይላቸዋል፤
4. የስሚ ስሚ የተገኘ ማንኛውም ተዛማጅነት ያለው ማስረጃ፤
5. በእጅ ያለ ማንኛውም የሕክምና መዝገብ፤
6. ምሥክር የማይገኝ ከሆነ ማንኛውም ለፍርድ ቤቱ የሚቀርብና የምሥክሩ አለመኖር በግልጽ የተጠቀሰበት ቃለ መሐላ እንዲሁም
7. ፍርድ ቤቱ ጠቃሚ ነው ብሎ የሚያምንበት ማንኛውም ሌላ መረጃ

ማስረጃዎቹ ግለሰቡ ከላይ የተጠቀሱትን መመዘኛዎች እንደሚያሟላ የሚያሳዩ ሆነው ከተገኙ ፍርድ ቤቱ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዙን (ECO) ሊሰጥ ይችላል።

ፍርድ ቤቱ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዙን ባይሰጥስ?

ፍርድ ቤቱ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዙን የማይሰጥ ከሆነ የፍትሐ ብሔር ሂደቱ እዚያ ላይ ያበቃል ማለት ነው። እዚህ ነጥብ ላይ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ እንደገና መጠየቅ የሚቻለው ከላይ ከተዘረዘሩት መመዘኛዎች ጋር በተያያዘ ያሉት ሁኔታዎች ከተለወጡ እንዲሁም ሌሎች አዲስ ሊጤኑ የሚችሉ ማስረጃዎች ከተገኙ ብቻ ይሆናል። የደህንነት ስጋት እንዳለ ከተሰማዎ ወይም ጉዳት ሊያጋጥም ይችላል የሚል እምነት ካለዎት ፖሊስን ወይም የአካባቢውን ማኅበረሰብ አገልግሎቶች ቦርድ የድንገተኛ ሁኔታ አገልግሎቶች ማነጋገር ትችላላችሁ። እንዲሁም ለግለሰቡ ጥሩ ሁኔታ ማመቻቸታችሁን አረጋግጡ፣ ግለሰቡን በየጊዜው የሚያገኘው ሰው መኖር አለበት እንዲሁም ሕክምና ከመውሰድ ጋር የተያያዙ እርምጃዎችን እንዲወስድ ከሰውየው ጋር ተነጋገሩ።

ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዙ ከተሰጠ በኋላስ?

ፖሊሶች በፍርድ ቤቱ በኩል እንዲያውቁት የሚደረግ ሲሆን ግለሰቡን ጥበቃ ሥር ያውሉታል። ግለሰቡ ጥበቃ ሥር ከዋለ በኋላ አንድ ብቃት ያለው የአእምሮ ጤና ባለሙያ ግለሰቡን በበቂ ሁኔታ እንዲመዝነው የሚያስችል የአራት ሰዓት ጊዜ ክፍተት ይሰጣል። የአእምሮ ጤና ምዘናው የሚከናወነው በCSB ወይም በሆስፒታል ውስጥ ይሆናል። ከዚያም ግለሰቡ እንደገና ሲወሰድ እጆቹ በካቴና እንዲታሠሩ መደረጋቸው አይቀርም፤ ይህ ደግሞ ለግለሰቡ የአእምሮ ስቃይ ያስከትልበታል።

ምዘናው በተሰጠው የ4 ሰዓት የጊዜ ክፍተት ውስጥ ሳይጠናቀቅ ቢቀርስ?

ፍርድ ቤቱ የጊዜ ማራዘሚያ ለመስጠት የሚያበቃ አሳማኝ ምክንያት ካገኘ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ጊዜውን ለአንድ ተጨማሪ የሁለት ሰዓት ክፍለ ጊዜ ማራዘም ይችል ይሆናል። ፍርድቤቱ እንዲህ ስላለው ሁኔታ በቤተሰብ አባል፣ በአካባቢው CSB ተቀጣሪ ወይም ተጠሪ፣ በሚያክሙት ሐኪም ወይም በሕግ አስፈጻሚ መኮንን አማካኝነት እንዲያውቅ ሊደረግ ይችላል። ጊዜውን ለማራዘም ከሚያበቁ በቂ ምክንያቶች መካከል ለሚከተሉት ነገሮች ተጨማሪ ጊዜ ማግኘት ነው፡-

(1). ትዕዛዙ የተላለፈበት ግለሰብ ለጊዜው የሚቆይበት ተስማሚ ቦታ ማግኘት ወይም

(2). የግለሰቡን የሕክምና ምዘና ማጠናቀቅ።

ከአእምሮ ጤና ምዘናው በኋላ ምን ይሆናል?

አንዴ ምዘናው ከተከናወነ በኋላ ፍርድ ቤቱ ያሉትን ማስረጃዎች ሁሉ በመመርመር ጊዜያዊ ጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ ለመስጠት የሚያበቃ ሁኔታ መኖሩን ያረጋግጣል። ፍርድ ቤቱ ይህንን ውሳኔ በሚሰጥበት ጊዜ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ ለማስተላለፍ

የሚጠቀምበትን ዓይነት መመዘኛና የማስረጃ ምንጭ እንዲጠቀም ሕግ (ለየቋንቋዎቹ ቀደም ሲል የማመልከቻ ማቅረቢያ መመዘኛን በተመለከተ የቀረቡትን ጥያቄዎች ተመልከቱ) ግድ ይለዋል። የፍርድ ቤቱ ውሳኔ ግለሰቡ ወዲያውኑ ያለፈቃዱ ሕክምና ይሰጠው አይሰጠው የሚለውን ጥያቄ የሚዳኝ ይሆናል።

ፍርድ ቤቱ ግለሰቡ በቅርብ ጊዜ ውስጥ በራሱም ሆነ በሌሎች ላይ ከባድ አካላዊ ጉዳት ሊያደርስ ይችላል ብሎ እንዲያምን የሚያደርገው በቂ ምክንያት እንደሌለ ቢወሰንስ?

ፍርድ ቤቱ ግለሰቡ በጊዜያዊ ጥበቃ ሥር እንዲቆይ ትዕዛዝ ካላስተላለፈ ከጥበቃው ነጻ ይደረጋል። ከዚያም የሕክምና ባለሙያው ግለሰቡ በፈቃደኛነት ሕክምናውን እንዲከታተል ለማበረታታት ይረዳዋል (ለምሳሌ “የደህንነት ዕቅድ” ወይም “ጉዳት አልባ ውል” ያዘጋጃል፣ የሕክምና ዕቅድ ይነድፋል ወይም ስላሉት የሕክምና አገልግሎቶች መረጃ ይሰጠዋል)።

ፍርድ ቤቱ ግለሰቡ ከአእምሮ ሕመሙ የተነሳ በቅርብ ጊዜ ውስጥ በራሱም ሆነ በሌሎች ላይ ከባድ አካላዊ ጉዳት ሊያደርስ ይችላል ብሎ እንዲያምን የሚያደርገው በቂ ምክንያት እንዳለ ቢወሰንስ?

ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ (TDO) የሚሰጥ ሲሆን የአእምሮ ጤና ባለሙያው ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዙን ዝግጅት የማቀናጀት ተግባር ያከናውናል። አንዴ ዝግጅቶቹ ከተደረጉ በኋላ ግለሰቡ በጥበቃ ሥር ሆኖ በፖሊስ አጀብ ወደ ሥነ-አእምሮ ሆስፒታል እንዲሄድ ይደረጋል። ቤተሰቦቹና ጓደኞቹ ግለሰቡ ወዴት እንደሚወሰድ እንዲሁም መጨረሻው ውጤት የሚሰማበትን ቀንና ሰዓት ለማወቅ ከሕክምና ባለሙያው ጋር በቅርብ ተባብረው መሥራት ይኖርባቸዋል። እንዲሁም የመጨረሻው ውጤት የሚሰማበትን ቀንና ሰዓት ለማወቅ ግለሰቡ የሚቆይበትን ተቋም አነጋግሩ። ማሳሰቢያ፡- ግለሰቡ በፈቃደኛነት ሆስፒታል ተኝቶ ለመታከም ከተስማማ ለዚህ ግለሰብ የሚሰጠውን የሕክምና እርዳታ የሚመለከተው መረጃ በምሥጢር ይያዛል እንዲሁም ሆስፒታሉም ሆነ CSB ያለበትን ቦታ የሚመለከት መረጃ እንዲሰጣችሁ ካስፈለገ ግለሰቡ ይህንኑ የሚፈቅድ ሰነድ መፈረም ይኖርበታል።

ከዚህም በተጨማሪ ግለሰቡ በጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ ሥር በሚቆይበት ጊዜም በፈቃደኛነት ሕክምናውን የሚቀበልበትን አማራጭ መስጠቱ በጣም አስፈላጊ ነው።

*የቨርጂኒያ ሕግ 37.2-504 (Virginia Code 37.2-504) የCSB ሠራተኞች በፖሊሲ አቀራረጽ እና በአገልግሎት ዕቅድ፣ በአገልግሎት አሰጣጥ እንዲሁም ምዘና ረገድ የተገልጋዮችን እና የተገልጋዮችን የቤተሰብ አባላት ተሳትፎ ለማሳደግ ያስችላል የሚባለውን ማንኛውም እርምጃ እንዲወስዱ ግድ የሚል መሆኑን አስታውሱ።

ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ (TDO) ምንድን ነው?

ጊዜያዊ ጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ የሚባለው ግለሰቦች ተጨማሪ ምዘና እንዲካሄድላቸው እንዲሁም እንዲረጋጉ ለማድረግ ሲባል ወዲያውኑ ያለፈቃዳቸው ሆስፒታል ተኝተው እንዲታከሙ የሚያዝዝ የሕግ ሰነድ ሲሆን ግለሰቦች ወደፊት ምን ሕክምና ያስፈልጋቸዋል የሚለው ጉዳይ እስከሚወሰንበት የመጨረሻ ሁኔታቸው የሚሰማበት ጊዜ እስኪመቻች ድረስ ተፈጻሚነት ይኖረዋል። ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ጊዜው፣ ውሳኔው የተሰጠው በሳምንቱ የመጨረሻ ቀናት ወይም በበዓላት እስካልሆነ ድረስ ከ48 ሰዓት የበለጠ ሊሆን አይችልም። ፍርድ ቤቱ ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ መስጠት ይኖርበት እንደሆነና እንዳልሆነ ለመወሰን የሚጠቀምበት መመዘኛ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝ ለማስተላለፍ ከሚጠቀምበት መመዘኛ ጋር ተመሳሳይ ነው (መመዘኛው

ምን እንደሆነ ለማወቅ ድንገተኛ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትእዛዝን የሚመለከተውን ከዚህ በፊት የቀረበ ጥያቄ ተመልከቱ)። ፍርድ ቤቱ ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ ሳያስተላልፍ ከቀረ ግለሰቡ ነጻ ይለቀቃል። የአእምሮ ጤና ባለሙያው ግለሰቡ በፈቃደኛነት የሕክምና እርዳታ እንዲያገኝ ለማሳመን ይሞክራል። (ለምሳሌ "የደህንነት ዕቅድ" ወይም "ጉዳት አልባ ውል" ያዘጋጃል፣ የሕክምና ዕቅድ ይነድፋል ወይም ስላሉት የሕክምና አገልግሎቶች መረጃ ይሰጠዋል)።

ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ ከተሰጠ በኋላስ?

ፖሊስ ግለሰቡን ወደተመረጠው ፈቃደኛ ላልሆኑ ሰዎች አገልግሎት ወደሚሰጠው አገልግሎት መስጫ ወይም ሆስፒታል አጅቦ ይወስደዋል። ግለሰቡ ወደዚያ በሚወሰድበት ጊዜ እንቅስቃሴውን የሚገድቡ ነገሮች ይደረጉ ሆናል። ግለሰቡ በዚያ ተቋም ውስጥ የመጨረሻው ውጤት እስከሚሰማበት ጊዜ ድረስ ለ48 ሰዓታት እንክብካቤ እየተደረገለት ይቆያል። በዚህም ጊዜ ቢሆን ውሳኔው እንደተሰጠበት ቀን ሁኔታ ማለትም በሳምንቱ መጨረሻ ቀናት ወይም በበዓል ቀን የተሰጠ ከሆነ ትዕዛዙ እስከ 72 ሰዓት ሊራዘም ይችላል። ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዙ ካልተሰጠ ግለሰቡ ይለቀቃል።

የመጨረሻ ውጤት የሚሰማበት ችሎት ምንድን ነው?

የመጨረሻው ውጤት የሚሰማበት ችሎት የሚባለው ልዩ ዳኛ ማስረጃዎችን ሰምቶ ግለሰቡ ያለፈቃዱ የሥነ-አእምሮ ሕክምና ማዕከል ውስጥ ገብቶ መታከም ይኖርበት እንደሆነና እንዳልሆነ የሚወስንበት እንዲሁም የኋላ ኋላ በCSB ወይም በሌላ የአእምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪ አማካኝነት የሚደረግለትን እንክብካቤ ዓይነት የሚወስንበት ዝግጅት ነው። የመጨረሻው ውጤት የሚሰማት ችሎት ፍርድ-ነክ ሂደት ነው። ፍርድ ቤቱ **የእርሱን ፍላጎት ወክሎ የሚከራከር** ጠበቃ ለግለሰቡ ያቆምለታል። የቤተሰቡ አባላት ግለሰቡ ለራሱ የሚበጀውን እንክብካቤ እንዳልመረጠ ከተሰማቸው ይህንኑ አውቀውና ተዘጋጅተው በመምጣት ማስረጃቸውን ማቅረብ ይችላሉ። ልዩ ዳኛው በቅድሚያ ግለሰቡ በራሱ ፈቃድ ሆስፒታል ገብቶ ሕክምናውን እንዲቀበል ምርጫውን እንዲሰጡት ሕግ ግድ ይላል። አንድ ጊዜ ልዩ ዳኛው ውሳኔ ካሳለፉ በኋላ ግን ውሳኔው የሚጸና ይሆናል። ቤተሰቦችና ጓደኞች ግለሰቡ በራሱ ፈቃድ ሆስፒታል ተኝቶ እንዲታከም አማራጭ ሲሰጠው ይህንኑ እንዲቀበል ያበረታቱት ዘንድ እንመክራለን። ልዩ ዳኛው የአመልካቹን (ድንገተኛ የጥበቃ ሥራ ማቆያ ትዕዛዝ/ጊዜያዊ የጥበቃ ሥር ማቆያ ትዕዛዝ ያወጣውን ግለሰብ)፣ የቤተሰቡን፣ የጓደኞችን፣ የሆስፒታሉን እና የCSB ሠራተኞችን ምሥክርነት ካዳመጡ በኋላ ውሳኔ ያሳልፋሉ።

የመጨረሻው ውጤት ለሚሰማበት ችሎት አመልካቹ ምን ማድረግ ይጠበቅበታል?

አመልካች ከሆናችሁ በችሎቱ ላይ መገኘት ይኖርባችኋል:: ከተቋሙ ጋር በመነጋገር ጊዜውን ማረጋገጥ ትችላላችሁ::ለችሎቱ ለመዘጋጀት ጊዜ መድቡ:: አንዳንድ ሆስፒታሎች/CSBዎች አመልካቾችን የመጨረሻው ውጤት በሚሰማበት ችሎት ወቅት የሚረዳ ብሮሹር ወይም መመሪያ ያዘጋጃሉ:: ልዩ ዳኛው ውሳኔ የሚሰጡት የቀረቡትን ማስረጃዎች እና የግለሰቡን ፍላጎት ተንተርሰው ነው:: በዚህ ሂደት እናንተ የምትሰጡት መረጃ በጣም ወሳኝ ነው:: ከዚህ በታች ከተጠቀሱት መካከል ግለሰቡ የሚያሳየቸው ባሕርያት ካሉ መጥቀስ ይኖርባችኋል፦

- ራስን ለማጥፋት መዛት
- አስቸጋሪ ባሕርይ
- አለመብላት/ አለመተኛት
- በእውነታው ላይ ያልተመሠረተ እምነት
- በእውን የሌሉ ነገሮችን መስማት ወይም ማየት
- በሌሎች ላይ ጉዳት ለማድረስ መዛት
- ከቁጥጥር ውጭ የሆነ ቁጣ/መረበሽ
- ከበድ ያለ የመንፈስ ድብታ
- አንዳንድ ተግባራትን በመሃል አቋርጦ መተው እንደ ምግብ/መጠለያ ያሉትን የዕለት ፍላጎቶችን ማሟላት አለመቻል

የመጨረሻው ውጤት የሚሰማበት ችሎት ውጤቶች ምን ሊሆኑ ይችላሉ?

- ማመልከቻው ውድቅ ተደርጎ ግለሰቡ ሊለቀቅ ይችላል
- እስከ 90 ቀን ለሚደርስ ጊዜ በተመላላሽ ታካሚነት የግድ ሕክምና እንዲከታተል ሊወሰን ይችላል
- ግለሰቡ በራሱ ፈቃድ ሆስፒታሉ ውስጥ ለመቆየት ፈቃደኛ ከሆነና የሚችል ከሆነ እንዲሁም ለ72 ሰዓት ለመቆየትና ቢያንስ ከ48 ሰዓት አስቀድሞ ከሆስፒታሉ ሊወጣ እንደሆነ ለማሳወቅ ከተስማማ ሆስፒታሉ ውስጥ በፈቃደኛነት እንዲቆይ ሊፈቀድለት ይችላል፡፡
- ግለሰቡ ያለፈቃዱ ሆስፒታል ገብቶ እንዲታከም ሊደረግ ይችላል፡፡ ከሕግ አንጻር በፍርድ ቤት ትዕዛዝ ተኝቶ እንዲታከም የተወሰነበት ታካሚ እስከ 30 ቀን ድረስ ሆስፒታል ውስጥ ሊቆይ ይችላል፡፡

ችግሩ ከተፈታ በኋላ ምን ማድረግ እችላለሁ?

ችግሩ እንደተፈታ ከግለሰቡ ጋር ተባብራችሁ በመሥራት ወደፊት ተመሳሳይ ችግር እንዳያጋጥም ለመከላከል የሚረዳ "የአፈጻጸም ዕቅድ" ማውጣት ትችላላችሁ፡፡ ይህም የተለያዩ አማራጮችን የሚያካትት ሊሆን ቢችልም የመጨረሻው ግብ ግለሰቡ ወደፊት ሊያጋጥም የሚችልን ችግር መከላከል፣ ማስቀረት፣ ወይም መቆጣጠር የሚችልበትን እገዛ መስጠት ነው፡፡ ይህም የምክር አገልግሎትን፣ ቴራፒን፣ የመድኃኒት ሕክምናን፣ የአቻ ለአቻ መደጋገፊያ ፕሮግራሞችን፣ የWRAP ንድፍን ወይም የችግር መከላከያ ዕቅድን፣ በNAMI የአቻ ለአቻ የትምህርት ፕሮግራም መሳተፍን ወይም በሌሎች ዓይነት የአቻ ለአቻ የትምህርት/መደጋገፊያ ፕሮግራሞች መሳተፍን ሊጨምር ይችላል፤ ሆኖም በዚህ ብቻ ይወሰናል ማለት አይደለም፡፡ ግለሰቡ በትምህርቱ፣ እገዛው እና ዝግጅቶቹ አማካኝነት ስለራሱ ጥሩ ግንዛቤና ራስን የመቆጣጠር ችሎታ ሊያዳብር ይችላል፡፡ እባካችሁ በማኅበረሰባችሁ ውስጥ ያሉትን የእገዛ መስጫዎች ለማግኘት ከዚህ በታች ያለውን የእገዛ ሰጪዎች መረጃ ክፍል በሚገባ ተጠቀሙበት፡፡

የቤተሰብ አባላት/እንክብካቤ ሰጪዎች በተለይ የሚወዱት ሰው "ሕክምና እንደማይፈልግ" ወይም "የአእምሮ ጤና ችግር እንዳለበት አምኖ እንደማይቀበል" በሚሰማቸው ጊዜ ራሳቸውን ለመርዳት ምን ነገሮችን ሊያደርጉ ይችላሉ?

ችግሩ እንዳለ መገንዘብ፣ አምኖ መቀበል፣ ሕክምና መፈለግ እና በመጨረሻም ከችግሩ ማገገም ፈታኝና ጊዜ የሚወስድ ነገር ሊሆን እንደሚችል መገንዘብ በጣም አስፈላጊ ነው። የሥነ-አእምሮ ችግር በገጠመው ግለሰብ እና በቤተሰብ አባላቱ/ተንከባካቢዎች መካከል የእርስ በርስ መተማመንና መግባባት መኖሩ በጣም ወሳኝ ነው። የቤተሰብ አባላት/ተንከባካቢዎች የአእምሮ ጤና ችግርን በተመለከተ፣ ስላሉት የሕክምና አማራጮች፣ በማኅበረሰቡ ውስጥ ስላሉት አገልግሎቶች/እገዛዎች ትምህርት በመቅሰም እንዲሁም እንዴት በተሻለ መንገድ መደገፍ፣ ችግራቸውን መረዳት፣ ችግሮችን መፍታት እና የሥነ-አእምሮ ችግር ካለው ሰው ጋር የሐሳብ ልውውጥ ማድረግ እንደሚቻል በመማር የመፍትሔው አካል ሆነው መገኘት ይችላሉ፡፡ በማኅበረሰባችሁ ውስጥ ከሚገኘው እገዛ ተጠቃሚ ሁኑ እንዲሁም እንደ NAMI's *የቤተሰብ ለቤተሰብ* የትምህርት ፕሮግራም ወይም የቤተሰብ ድጋፍ መስጫ ፕሮግራም ስለመሳሰሉት በማኅበረሰቡ ውስጥ ሊገኙ የሚችሉ እገዛዎች መረጃ አሰባስቡ ወይም ተመሳሳይ ችግር ከዚህ በፊት አጋጥሟቸው ከነበረ ሰዎች ጋር ተወያዩ፡፡ ስለ አቻ ለአቻ ትምህርት ሰጪዎች ወይም የአቻላ ለአቻ ስፔሻሊስቶች እውቀት ቅሰሙ (የሥነ አእምሮ ችግር አጋጥሟቸው ያገገሙና ቀደም ሲል ራሳቸው በከባድ የአእምሮ ጤና ቀውስ ውስጥ አልፈው ችግሩን በሚመለከት ከራሳቸው ተሞክሮ የዳበረ ልምድ ያካበቱ ሰዎች ናቸው፡፡ የአቻ ለአቻ ትምህርት ሰጪዎች/ስፔሻሊስቶች ሌሎች ተጠቃሚዎችን ለማገዝ እና ለመምራት የሚስችል ስልጠና የወሰዱ ናቸው።) የአቻ ለአቻ ትምህርት ሰጪዎች፣ የአቻ ለአቻ ስፔሻሊስቶች እንዲሁም የአቻ ለአቻ አሰልጣኞች ችግሩ ካልደረሰባቸው የቤተሰብ አባላት ይልቅ ለየት ባለና ለሥራ በሚያነሳሳ መንገድ የሥነ-አእምሮ ቀውስ ላጋጠማቸው ሌሎች ሰዎች ማስረዳትና ሐሳባቸውን መግለጽ ይችላሉ፡፡ ውጣ ውረዱ ሲበዛ አንዳንድ ጊዜ ለራሳችሁ ልታደርጉት የምትችሉት በጣም ወሳኝ ነገር እገዛ እና ትምህርት ማግኘት እንደሆነ መገንዘቡ አስፈላጊ ነው። እገዛና መረጃ ለማግኘት ከዚህ በታች የቀረቡትን የእገዛ ምንጮች ተጠቀሙ፡፡

ከኃላፊነት ነጻ የሚያደርግ መግለጫ፡-
በዚህ ብሮሹር ላይ የሰፈረው መረጃ ለማኅበረሰቡ አገልግሎት ሲባል የቀረበ ሲሆን የሕግ ምክር ተደርጎ ሊወሰድ አይችልም። NAMI Virginia ደረጃውን የጠበቀ መረጃ ለመስጠት ጥረት የሚያደርግ ቢሆንም በዚህ ብሮሹር ላይ ለሰፈረው መረጃ ትክክለኛነት፣ ምሉዕነት ወይም ብቃት ምንም ዓይነት ቃል፣ ተሰፋ ወይም ዋስትና አይሰጥም። የሕግ ምክር የሚሰጠው እንደ እያንዳንዱ ሁኔታ ባሕርይ ስለሆነ እንዲሁም ሕጉ በየጊዜው ስለሚለዋወጥ በዚህ ውስጥ ከተጠቀሰው ነገር መካከል የትኛውም ቢሆን የሕግ ባለሙያ ምክርና ድጋፍን እንደሚተካ ተደርጎ ሊወሰድ አይችልም።

ተጨማሪ የእገዛ አማራጮች

National Alliance on Mental Illness of Virginia (NAMI Virginia)
NAMI Virginia በአእምሮ ሕመም ለተጠቁ ሁሉ እገዛ፣ ትምህርት እና ድጋፍ የሚሰጥ ድርጅት ነው።
1-888-486-8264 ወይም www.namivirginia.org

Virginia Organization of Consumers Asserting Leadership (VOCAL)
VOCAL ከአእምሮ ሕመም በማገገም፣ አቅምን በማጎልበትና በአቻ ለአቻ አመራር ላይ አተኩሮ አገልግሎቱን ለተገልጋዮች የሚሰጥ አትራፊ ያልሆነ ድርጅት ነው፡፡
804-343-1777 ወይም www.vocalvirginia.org/

Mental Health America of Virginia (MHAV)
MHAV የአእምሮ ሕመም ለገጠማቸው ግለሰቦች ድጋፍ የሚሰጥ አትራፊ ያልሆነ፣ ከፖለቲካም ገለልተኛ የሆነ ድርጅት ነው፡፡ 804-257-5591 ወይም www.mhav.org/

Virginia Office for Protection and Advocacy (VOPA
VOPA ራሱን የቻለ የግዛቱ መሥሪያ ቤት ሲሆን ተግባሩም በቨርጂኒያ የሚገኙ የአካል ጉዳት ያለባቸውን ሰዎች መብት ማስከበር ነው፡፡
804-225-2042 ወይም www.vopa.state.va.us

Lawyer Referral Service of Virginia State Bar
ሕግ ነክ መረጃዎችን እና የሕግ ምክር አገልግሎቶችን በቅናሽ ይሰጣል፡፡
1-800-552-7977 ወይም www.vsb.org/site/public/lawyer-referral-service/

Legal Aid
ብቁ ሆነው ለሚገኙ አነስተኛ ገቢ ያላቸው ነዋሪዎች ነጻ የፍትሐ ብሔር አገልግሎት ይሰጣል፡፡
1-866-534-5243 ወይም www.legal-aid.org/en/home.aspx

Virginia Department of Behavioral Health and Developmental Services
የቨርጂኒያ የአእምሮ ጤና ማዕከላት ዲፓርትመንት ውህብ፣ ሊንኮችና (links) ፣ አኃዛዊ መረጃ ወዘተ፡፡
http://www.dbhds.virginia.gov/

Human Rights Committee of Department of Mental Health, Mental Retardation, and Substance Abuse Services
በዲፓርትመንቱ ሥር የሚንቀሳቀሱ፣ ፈቃድ የተሰጣቸው ወይም የገንዘብ ድጋፍ የሚደረግላቸው ተቋማት ወይም ፕሮግራሞች ውስጥ አገልግሎት የሚያገኙ ሰዎችን የህግና ሰብዓዊ መብቶች ያስከብራል፡፡
1-800-451-5544 ወይም www.dmhmrsas.virginia.gov/OHR-default.htm

Virginia Association of Community Services Boards (VACSB)
የአካባቢውን ማኅበረሰብ የአገልግሎቶች (የአካባቢው የአእምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪዎች) ቦርድ የሚያመላክት መርጃ
(804) 330-3141 ወይም www.vacsb.org ወይም

National Suicide Prevention Lifeline
በሳምንት 7 ቀን በቀን 24 ሰዓት የሚሠራ የራስን ሕይወት የማጥፋት አደጋ የመረጃ መስመር፡፡
1-800-273-TALK

211 Virginia
2-1-1 VIRGINIA በቨርጂኒያ እና በመላው ግዛት የሚገኙ የተለያየ ዓይነት አገልግሎት የሚሰጡ አካላትን አድራሻ የሚሰጥ ነጻ አገልግሎት ነው።

SAARA
SAARA ቨርጂኒያ ውስጥ የሚገኙ ግለሰቦች፣ ቤተሰቦች፣ የንግድ ተቋማት እና ማኅበረሰቦች ሱስ ከሚያስይዙ ነገሮች ጋር ከተያያዙ ችግሮች እንዲላቀቁ መርዳት ላይ ያተኩራል፡፡
(804) 762-4445 or http://www.saara.org/

Dial 2-1-1 ወይም www.211virginia.org

የቨርጂኒያ ማኅበረሰብ አገልግሎት ቦርድ የድንገተኛ አገልግሎቶች ስልክ ቁጥሮች

የማኅበረሰብ አገልግሎቶች ቦርዶች (CSBs)/ባሕርይ-ነክ የጤና አገልግሎት ባለሥልጣናት (BHAs)	በካውንቲ እና በከተማ የሚሸፍኑት አካባቢ	የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶች ቁጥር
Alexandria CSB	Alexandra City	703-838-6400 x1
Alleghany-Highlands CSB	Alleghany Co እና Covington City	540-965-1770 (ከ5 ሰ. በኋላ) 540-965-2100 (በፊት)
Arlington CSB	Arlington Co	703-228-5160
Blue Ridge Behavioral Health	Botetourt, Craig, Roanoke Co እና Roanoke City	540-981-9351
Central Virginia CSB	Amherst, Appomattox, Bedford, Campbell Co እና Bedford, Lynchburg City	434-847-8035
Chesapeake	Chesapeake City	757-548-7000
Chesterfield	Chesterfield Co	804-748-6356
Colonial	James City, York Co እና Poquoson, Williamsburg City	757-220-3200
Crossroads Community Services	Amelia, Buckingham, Charlotte, Cumberland, Lunenburg, Nottoway, Prince Edward Co	1-800-548-1688
Cumberland Mountain Community Services Board	Buchanan, Russell, Tazewell Co	T 276-964-6702 R 889-3785 B 935-7154 1-800-466-6719 (ከ5p በኋላ)
Danville-Pittsylvania	Pittsylvania Co እና Danville City	1-877-793-4922
Dickson County	Dickson Co	276-926-1650
District 19	Dinwiddie, Emporia, Greensville, Prince George, Surry, Sussex Co እና Colonial Heights, Hopewell, Petersburg City	1-866-365-213**0**
Eastern Shore	Accomack, Northampton Co	757-442-7707
Fairfax-Falls Church	Fairfax Co & Fairfax, Falls Church City	703-573-5679
Goochland-Powhatan	Goochland, Powhatan Co	804-556-3716
Hampton-Newport News	Hampton, Newport News City	757-788-0011
Hanover County	Hanover Co	804-365-4200
Harrisonburg-Rockingham	Rockingham Co እና Harrisonburg City	540-434-1941 540-434-1766 (ከሥራ ሰዓት በኋላ)
Henrico Area	Charles City, Henrico, New Kent Co	804-727-8484
Highlands	Washington Co እና Bristol City	1-877-928-9062
Loudoun County	Loudoun Co	703-777-0320
Middle Peninsula-Northern Neck	Essex, Gloucester, King and Queen, King William, Lancaster, Mathew, Middlesex. Northumberland, Richmond, Westmorland Co	1-800-542-2673
Mount Rogers	Bland, Carroll, Grayson, Smyth Co እና Galax City	276-223-6000
New River Valley	Floyd, Giles, Montgomery, Pulaski እና Radford City	540-961-8400
Norfolk	Norfolk City	757-664-7690
Northwestern	Clarke, Frederick, Page, Shenandoah, Warren Co እና Winchester	540-667-0145
Piedmont Regional	Franklin, Henry, Patrick Co እና Martinsville City	276-632-7195
Planning District 1	Lee, Scott, Wise Co እና Norton City	276-523-8300
Portsmouth	Portsmouth City	757-393-8990
Prince William County	Prince William Co እና Manassas Park, Manassas City	703-792-7800
Rappahannock Area CSB	Caroline, King George, Spotsylvania, Stafford Co እና Fredericksburg City	804-633-4146 ወይም 540-373-6876
Rappahannock-Rapidan CSB	Culpeper, Fauquier, Madison, Orange, Rappahannock Co	540-825-5656
Rockbridge Area	Bath, Rockbridge Co እና Buena Vista, Lexington City	540-463-3141
Region Ten CSB	Albemarle, Fluvanna, Greene, Louisa, Nelson Co እና Charlottesville City	434-972-1800
Richmond Behavioral Health Authority (RBHA)	Richmond City	804-819-4100
Southside CSB	Brunswick, Halifax, Mecklenburg Co	434-848-4121
Valley CSB	Augusta, Highland, Staunton Co እና Waynesboro City	540-885-0866
Virginia Beach Department of Human Services	Virginia Beach City	757-385-0888
Western Tidewater CSB	Isle of Wight, Southampton Co እና Franklin, Suffolk City	757-942-1069