

Ruhsal Saęlık

İsviçre'de fiziksel ve ruhsal sağlık arasında ayırım yapılmaz. Temel sağlık sigortası uzman kişiler tarafından tedavi edilen psikolojik hastalıkların giderlerini öder, klinikte kalma giderlerini de aynı şekilde sağlık sigortası karşılar.

Danışmanlık ve Destek

İsviçre'de kişisel veya ailevi zor durumlarda yardım eden birçok uzman kişi vardır. Sağlık sigortası (Grundversicherung) psikolojik hastalıkların psikiyatrist gibi yasal olarak tanınan uzman kişiler tarafından yapılması durumunda tedavi giderlerini karşılar. Klinikte kalma giderleri de aynı şekilde ödenir. Problemi olanlar, anonim danışmanlık merkezlerine de başvuru yapabilir. Bu şekilde anonim olarak Uzatılan El (Dargebotene Hand) telefon, mail ya da chat aracılığıyla ([Telefon 143](tel:143), www.143.ch) danışmanlık hizmeti verir. Ama aynı zamanda aile hekimi de yardım edebilir. Eğer bir kişi kendine ve başkalarına zarar verebilecek şekilde akut bir tehlikeye sahipse söz konusu kişiye hemen müdahale edilmesi gerekir. Bu tür acil durumlarda polis yardım eder (Telefon 117).

Çocuk ve Gençler

Psikolojik sorunları olan gençler için ücretsiz gençlik psikiyatri servisi (Jugendpsychologischer Dienst) iyi bir ilk başvuru yeridir. Çocukları konusunda endişelenen ebeveynler de buraya başvurabilir. Çocuk acil telefon hattı (Kindernotruf) çocuklar ve gençler için ücretsiz ve anonim olarak telefon, mail ve chat aracılığıyla destek verir ([Telefon 147](tel:147), www.147.ch).

Çocuklar ve ergenler için psikiyatrik acil durumlarda, St. Gallen Çocuk ve Ergen Psikiyatri Hizmetleri (KJPD) mesai saatlerinde hizmet vermektedir.

Doęu İsviçre Çocuk Hastanesi Çocuk Koruma Merkezi, 0800 43 77 77 numaralı telefondan 7/24 ücretsiz olarak ulaşılabilir.

Bağımlılık Hastalığı

Bağımlılık durumlarında, bağımlılık danışma merkezleri yardımcı olabilir. Suchtfragen AR danışma hizmeti, ücretsiz ve gizli danışmanlık ve destek sunar. Aile bireyleri veya yakın kişiler için endişeleniyorsanız, danışma merkezleriyle iletişime geçebilirsiniz.

Bağımlılıklar sadece alkol veya uyuşturucuyla sınırlı değildir. Danışma merkezleri, kumar, alışveriş, internet gibi diğer bağımlılıkların yanı sıra yeme bozukluklarında da yardımcı olmaktadır. Sorular ayrıca e-posta veya WhatsApp üzerinden 076 725 13 41 numarasıyla sorulabilir.

Travma

Yaşadığı kötü şeyleri unutamayıp aşamayanlar destek almalıdır. Çünkü travmalar ciddiye alınması gereken hastalıklardır. Psikolojik problemler ve hastalıklar için danışmanlık ve destek imkanlarının yanında işkence ve savaş mağdurları için ayrı danışma merkezleri vardır.

Daha fazla bilgi (linkler, adresler, broşürler, bilgi kılavuzları)

www.hallo-ar.ch/tr/saglik/ruhsal-saglik