



## Tờ thông tin số 42

# Cung cấp chăm sóc cho người mắc rối loạn tâm thần

Tổ Chức Y Tế Thế Giới mô tả rối loạn tâm thần bằng các thuật ngữ sau đây: "rối loạn thần kinh hay rối loạn tâm thần là sự khác biệt đáng kể với chuẩn mực về kinh nghiệm hoặc hành vi làm ảnh hưởng đến suy nghĩ, tình cảm và hành động".

Có nhiều người mắc rối loạn tâm thần hoặc bị ảnh hưởng bởi các vấn đề sức khỏe tâm thần và việc này thường không phải là dễ dàng đối với bản thân họ, người thân của họ hoặc cộng đồng xã hội của họ. Chăm sóc tại gia có thể trở thành vấn đề và họ không còn có thể chăm lo việc nhà hàng ngày nếu không có sự hỗ trợ bên ngoài.

### **Ví dụ về rối loạn tâm thần và chúng có thể được nhận biết và chẩn đoán bằng cách nào**

Trầm cảm, lo âu và rối loạn sợ hãi, rối loạn ám ảnh cưỡng bức, rối loạn cảm xúc lưỡng cực, rối loạn tâm thần, tâm thần phân liệt.

Nói chung, người mắc rối loạn tâm thần không dễ tâm sự với ai đó. Việc đi khám tại bác sĩ hoặc bác sĩ tâm thần trở thành một chướng ngại đáng kể. Các thành viên gia đình cũng sẽ thấy khó tham khảo ý kiến của chuyên gia. Nhiều vấn đề sức khỏe tâm thần có thể được điều trị và thuyên giảm, tuy nhiên, nếu việc này không diễn ra, thường cần phải có chẩn đoán y khoa, và chẩn đoán tốt nhất là bởi một bác sĩ thần kinh/bác sĩ tâm thần. Việc này sẽ giúp cho người bệnh có thể tiếp cận sự hỗ trợ và chăm sóc khả dụng, và cung cấp một điểm ban đầu để bước vào hệ thống hỗ trợ.

### **Dịch vụ tâm thần-xã hội**

Mỗi quận ở Berlin có một dịch vụ tâm thần-xã hội (*Sozialpsychiatrischer Dienst, SpD*), một trung tâm cung cấp tư vấn cho người trưởng thành mắc bệnh tâm thần, nghiện rượu chất hoặc sa sút trí tuệ và người thân của họ. Tư vấn và sự hỗ trợ được cung cấp bởi các chuyên gia y khoa, tâm lý và công tác xã hội, ngay cả trong các tình huống khủng hoảng trước mắt. Bất kỳ ai có các vấn đề sức khỏe tâm thần, lo âu, vấn đề với việc uống rượu, ma túy hoặc thuốc hoặc gặp tình huống khủng hoảng trước mắt đều có thể đến SpD. Cũng có dịch vụ tư vấn cho người thân, hàng xóm hoặc bạn bè của những ai đang tìm kiếm sự giúp đỡ. Trong thảo luận, chúng tôi có thể xác định các phương án xin giúp đỡ nào có thể là thích hợp ví dụ tiếp cận nhà ở có giám sát, đến một trung tâm ban ngày, điều trị nội trú hoặc các phương án khác.

### **Dịch Vụ Can Thiệp Khủng Hoảng Berlin**

Dịch vụ can thiệp khủng hoảng thường tư vấn ẩn danh qua điện thoại vào buổi tối, ban đêm và trong các tình huống khủng hoảng (4 giờ chiều – 12 giờ khuya). Bất kỳ ai đang tìm kiếm tư vấn đều có thể gọi điện cho một tư vấn viên hoặc đến trung tâm gần nhất trong những giờ này.

### **Chỗ ở có giám sát/sống một mình có hỗ trợ**

Các phương án chỗ ở chẳng hạn như nơi sống một mình có hỗ trợ, nơi sống trong căn hộ có hỗ trợ và các cộng đồng trị liệu được cung cấp cho người bị ảnh hưởng bởi rối loạn tâm thần. Ủy ban quản lý quận sẽ quyết định các địa điểm sinh sống và hỗ trợ này được chỉ định như thế nào tùy từng trường hợp, tùy theo nhu cầu.

Các công tác viên cá nhân có thể giúp người bị ảnh hưởng bởi rối loạn tâm thần tại gia trong vài giờ mỗi tuần. SpD/văn phòng quận sẽ quyết định việc chỉ định một công tác viên cá nhân.

Các công tác viên cá nhân có thể giúp chăm sóc việc nhà hàng ngày và đi cùng người bệnh đến các buổi làm việc ở các văn phòng hỗ trợ và phòng mạch của bác sĩ hoặc đi mua đồ.

## **Các trung tâm ban ngày dành cho người mắc rối loạn tâm thần**

Người mắc rối loạn tâm thần có thể đến các trung tâm ban ngày vào ban ngày. Những trung tâm này cung cấp cho người mắc các vấn đề sức khỏe tâm thần một cơ cấu đáng tin cậy cho ngày sinh hoạt của họ và hỗ trợ việc lập kế hoạch và đạt được các mục tiêu cá nhân của họ.

## **Trung Tâm Liên Lạc và Tư Vấn (KBS) cho người bị ảnh hưởng bởi bệnh tâm thần**

Người bị ảnh hưởng bởi bệnh tâm thần sẽ gặp rất nhiều vấn đề, nhất là sau khi điều trị tâm thần nội trú. Hoàn cảnh sống của họ thường là trong một quá trình thay đổi, điều này có thể có một tác động cực kỳ bất ổn đối với những người liên quan. Trong những trường hợp như thế, KBS có thể cung cấp sự tư vấn, hỗ trợ và giúp đỡ đối với mọi vấn đề quan trọng đối với quý vị. Các dịch vụ của KBS được cung cấp cho mọi người và bao gồm các tiện nghi giải trí và cơ hội gặp gỡ mọi người cho người bệnh.

## **Chăm sóc sức khỏe tâm thần ngoại trú**

Mục đích của chăm sóc sức khỏe tâm thần là giúp bệnh nhân mắc bệnh tâm thần nặng có cuộc sống độc lập ở nhà và tránh phải nhập viện. Phương án chuyên khoa của Chăm Sóc Sức Khỏe Tại Gia được thanh toán bởi các nhà cung cấp bảo hiểm sức khỏe. Một bác sĩ đa khoa có thể cung cấp giấy giới thiệu ban đầu, nhưng sự chăm sóc dài hạn hơn phải có chỉ định của một bác sĩ thần kinh hoặc bác sĩ tâm thần.

## **Chăm sóc tại phòng khám tâm thần ngoại trú**

Chăm sóc ngoại trú được thiết kế cho bệnh nhân nào, vì bản chất, mức độ nghiêm trọng hoặc thời gian mắc bệnh tâm thần, cần được cung cấp sự trị liệu phức tạp ngoài khả năng của một phòng khám thần kinh; dịch vụ này được cung cấp bởi một đội ngũ liên ngành. Các phòng khám ngoại trú thường cung cấp các buổi tư vấn đặc biệt, ví dụ tư vấn điều trị tâm thần tổng quát và tâm thần lão khoa, các bệnh trạng liên quan đến trí nhớ và chứng nghiện được chất. Cần có giấy giới thiệu của một bác sĩ chuyên khoa.

## **Các phòng khám ban ngày**

Một phòng khám ban ngày cung cấp cơ hội nhận được sự điều trị tăng cường cả ngày. Các kỹ năng đã học có thể được thực hành ở nhà vào buổi tối và cuối tuần. Đây là một phương án dành cho những ai cần điều trị y tế và tâm thần trị liệu tăng cường hơn so với mức họ có thể nhận được với tư cách bệnh nhân ngoại trú. Các phòng khám ban ngày được thanh toán bởi các nhà cung cấp bảo hiểm sức khỏe và cần có giấy giới thiệu của một bác sĩ chuyên khoa.

## **Điều trị nội trú**

Một khi bệnh nhân đã được tiếp nhận vào phòng khám bởi bác sĩ điều trị và được khám kỹ, sẽ có nhiều phương án trị liệu khác nhau phù hợp với bệnh lý cá nhân thích hợp.

## **Trị liệu không dùng thuốc**

Đây là các phương án trị liệu không dùng thuốc, chẳng hạn như tâm thần trị liệu hoặc xã hội trị liệu.

## **Các phương án hỗ trợ khác**

Những ai có một cấp độ chăm sóc cần thiết đã được công nhận (*Pflegegrad*) có quyền nhận được nhiều sự hỗ trợ khác nhau trong cuộc sống hàng ngày. (Vui lòng tham khảo các tờ thông tin số 2, 4 và 31)

**Nhân viên tại Trung Tâm Tư Vấn sẵn sàng giúp đỡ quý vị.**

**Số dịch vụ miễn phí: 0800 5950059**

**[www.pflegestuetzpunkteberlin.de](http://www.pflegestuetzpunkteberlin.de)**

Các Trung Tâm Tư Vấn được tài trợ bởi Tiểu Bang Berlin và các nhà cung cấp bảo hiểm chăm sóc sức khỏe ở Berlin