Socialstyrelsen

ክንክን ብመሰረት

LPT

# ኣብ ኣስገዳዲ ክንክን ዘለዉኻ መሰለት

ነቶም ትሕቲ 18 ዓመት ዝዕድሚኦምን ኣስገዳዲ ክንክን ስነ-ኣእምሮ ዘድልዮም ዝምልከት ሓበሬታ።

# ትሕዝቶ


| | |
|---|---|
| ጽቡቕ ክንክን ንኽትረክብ መሰል ኣለካ | 3 |
| ኣስገዳዲ ክንክን ብመሰረት LPT | 4 |
| ሓበሬታ ናይ ምርካብ መሰል ኣለካ | 6 |
| ብዛዕባኻ ሓበሬታ ንመን ይወሃበ? | 7 |
| ደጋፊ ሰብ ክግበረልካ መሰል ኣለካ | 8 |
| ገለ መሰላት ድሩታት ክኾኑ ይኽእሉ | 10 |
| ኣስገደድቲ ስጉምትታት | 12 |
| ይግባይ ክትብል መሰል ኣለካ | 14 |
| ምስ ዘይትዓግብ ወይ ሕቶታት ምስ ዝህልወካ | 15 |
| መዝገበ ቃላትን ኣሕጽሮተ ቃላትን | 16 |



እዚ ሕታም እዚ ብሕጊ መሰል ቅዳሕ ዝተሓለወ እዩ።
ክትጠቅስ ከለኻ ምንጪ ክግለጽ ኣለዎ። ምስልታት፡ ስእልታትን ፎቶግራፍን ንምብዛሕ፡ ፍቓድ ደራሲ የድሊ።

እዚ ሕታም ብፒዲኤፍ ኣብ መካነ መርበብ ሃገራዊ ቦርድ ጥዕናን ሰብኣዊ ድሕነትን ኣሎ።
ጠለብ ምስ ዝህሉ፡ እዚ ሕታም ንኣካለ ስንኩላን ዝኸውን ብኣማራጺ መልክዕ ከነዳልዎ ንኽእል ኢና።
ሰነድ ብኻልእ መልክዕ ንኽወሃብ ዝምልከቱ ሕቶታት ናብ alternativaformat@socialstyrelsen.se ለኣኽዎም

ቁጽሪ ጽሑፍ 2020-7-6854

ሕትመት Åtta.45 Tryckeri AB, ቀዳማይ ሕታም ካልኣይ ሕትመት፡ ነሓሰ 2020
ስእሊ Johnér Bildbyrå AB, Bildarkivet, Jörgen Wiklund

እቶም ኣብ ስእልታት ዘለዉ ሰባት ምስ ትሕዝቶ ጽሑፍ ምትእስሳር የብሎምን።

ሰላም!

**ስመይ ርብቃ እዩ። ኣይንፋለጥን ኢና ግን ሓደ ነገር ክነግረካ ምደለኹ።**

ጓል 15 ዓመት ከለኹ ህይወተይ ፋሕ ኢሉኒ። ቅዛነት ኣጋጢሙኒ፡ ብዙሕ ኣልኮላዊ መስተ ክሰቲ ጀሚረን ኣብ ገዛይ ድማ ባእሲ ነይሩ።ሽዓኡ ጓል 15 ዓመት ከለኹ ክመውት መሪጸ።

ሓደ ንግሆ ፖሊስ ክንክን ንኽረክብ በስገዳዲ ወሲዶምኒ። ብዙሓት ሰባት ምናልባት ተስፋ ዘይብላ ኢሎም ይግምቱኒ ነይሮም ይኾኑ እዮም። ኣነ'ዉን ከምኡ ምኺነይ እየ ዝኣምን ዝነበርኩ። ኣብ ዓበይቲ ሰባት እምነት ኣይነበረንን።

ንስኻ እንታይ ዓይነት ህይወት ከም ዘሕለፍካ ኣይፈልጥን እየ። ከም ዝፈሸልካ፡ ኩሉ ከም ዝሰኣንካ ከይኑ ምስ ዝስመዓካ፡ ምስ ትበኪ ወይ ምስ ትሓርቕ እዚ ዘጋጥም እዩ ጸገም የብሉን። ቃንዛ ሓላፋይ እዩ፡ ህይወት ግን ኣብቂዑ ማለት ኣይኮነን። ክእመኑ ዝኽእሉ ብዙሓት ዓበይቲ ሰባት ኣለዉ።

ገለ ኩነት፡ ሕማም ወይ ሰባት ተስፋ ከቕሩጹኻ ኣይተፍቅድ። እቲ ሕጂ ተሕልፎ ዘለኻ ህይወት ሓደ መዓልቲ ክቕየር እዩ። ሓደ መዓልቲ በዚ ምሕላፍካ ኣዚኻ ክትሕበን ኢኻ።

ጉንበ ኢድካ ምስ ትሕዞ – ልብኻ ትሃርም ከም ዘላ ይስመዓካ – ጌና ህይወትካ ኣላ!

ንስኻ ሓደ ኣገዳሲ፡ ክቡር፡ ሓያል፡ ተባዕን ፍሉይን ሰብ ኢኻ።

ምዉቕ ሰላምታ ካብ ርብቃ

ደራስን መምህርን

ኣብዚ ክትዝክሮም እትደሊ ነገራት ክትጽሕፍ ትኽእል ኢኻ።

# ድቡቕ ክንክን ክትረክብ መሰል ኣለካ

እቲ ክንክን ንዓኻን ንኹሉ ሰብን ውሑስን ዘተኣማምንን ክኸውን ኣለዎ።

እቶም ሰራሕተኛታት ዝሰልጠኑን ትኽክለኛ ናይ ሕክምና ተመኩሮ ክህልዎምን ይግባእ። ከምኡ'ውን እቲ ክንክን ኣብ ዝወሃበካ እዋን፡ እቲ ዝበለጸ ናትካ ረብሓ ኣብ ግምት ዘካተተ ክኸውን ይግበኦ።

**ኩሉ ግዜ ከምቲ ትደልዮ ዘይክኸውን ይኽእል እዩ። ግን ኩሉ ግዜ ድሌካ ክትሕብር መሰል ኣሎካ።**

## በስገዳዲ ክንክን ዝወሃብ መዓስ እዩ?

እቲ ንቡር፡ ዝኾነ ሰብ ብዘይ ፍቓድካ ክንክን ክህበካ የብሉን። ኣብ ሕጊ ኣስገዳዲ ክንክን ስነ-ኣእምሮ(LPT) ዝርከቡ ሰለስተ ረቋሒታት እንተ ኣማሊእካ ግን እቲ ክንክን በስገዳዲ ክወሃብ ይኽእል እዩ።

ክማልኡ ዘለዎም ረቋሒታት ድማ፤

- ከቢድ ምንዋጽ ኣእምሮ ምስ ዝህልወካ።
- 24 ሰዓታት ናይ ስነ-ኣእምሮ ክንክን ምስ ዘድልየካ።
- ነቲ ዘድልየካ ክንክን ምስ ትሕረሞ።

# ኣስገዳዲ ክንክን ብመሰረት LPT

ብመሰረት LPT ኣስገዳዲ ክንክን ዝወሃበካ እንተ ደኣ ክልተ ዝተፈላለዩ ሓካይም፡ ኣብ'ቲ ሕጊ ኣስገዳዲ ክንክን ስነ-ኣእምሮ ብምምርኪስ ክንክን በስገዳዲ ከምዘድልየካ ምስ ዝግምግሙ እዩ።

## ብዘይፍቓደይ ክንክን ክወሃበኒ ዝውስን መን እዩ?

ኣብ ከባቢኻ ዘሎ ሰብ ኣብ ኣዝዩ ከቢድ ስነ-ኣእምሮኣዊ ኩነታት ከም ዘለኻ ምስ ዝርኢ፡ ክንክን ንኽትረክብ ናብ ክንክን ጥዕና ከም ትኸይድ ይሕግዘካ። ሓደ ሓደ ግዜ ሓገዝ ፖሊስ የድሊ ይኸውን።

ሓደ ሓኪም ኣስገዳዲ ክንክን ከም ዘድልየካ ምስ ዝውስን፡ ዝመርመረካን ጸገማትካ ዘጽነዐን ክኸውን ኣለዎ። ስለምንታይ ብዘይ ድሌትካ ክንክን ክወሃበካ ከም ዘለዎ ድማ ክገልጸልካ ኣለዎ። ከምኡ'ውን ናይ ክንክን ምስክር ወረቐት ከዳሉ ኣለዎ።

ቅድሚ ኣስገዳዲ ክንክን ምውሳኑ ግን ካልእ ተወሳኺ ሓኪም እዉን መርሚሩ እዚ ከም ዘድልየካ ክውስን ኣለዎ።

## እቲ ዝወሃብ ክንክን ኣብ ዕጹው ቦታ ይጅምር

እቲ ኣስገዳዲ ክንክን ኣብ ዝጅምረሉ፡ 24 ሰዓታት ኣብ ዕጹው ክፍሊ ሕክምና ኢኻ ትኸውን። ኣብ ገለ ገለ ኣጋጣሚታት ድሕሪ ቁሩብ ግዜ ናብ ኽፉት ኣስገዳዲ ክንክን ከሰጋግሩኻ ከተመልክት ትኽእል ኢኻ። እዚ ማለት እቲ ሓኪም ዝውስኖ መምርሕታት ክሳብ ዝተኸተልካ ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓታት ኣብ'ቲ ሆስፒታል ክትህሉ ኣየድልየካን እዩ። ንኣብነት ኣብ ሓደ ውሱን ቦታ ክትነብር፡ መድሃኒት ክትወስድ ወይ ኣብ ቴራፒ(ፍወሳ) ክትሳተፍ ክትግደድ ትኽእል ኢኻ።

## ናይ ክንክን ውጥን ክህልወካ ይግባእ

እቶም ሰራሕተኛታት ብዝተኻእለ መጠን ኣብ ዝሓጸረ እዋን ብዛዕባ ክንክንካ ውጥን ከዳልዉ ይግባእ። እንታይ ዓይነት ክንክን ከምዘድልየካን ጥዕናኻ ብኸመይ ተማሒሹ ድሕሪ ደጊም ኣስገዳዲ ክንክን ከምዘየድልየካን እቲ ውጥን ክገልጽ ይግባእ።

## እቲ ኣስገዳዲ ክንክን መዓስ እዩ ዘብቅዕ?

እቲ ሓኪም እቶም ነስገዳዲ ክንክን ዝምልከቱ ሰለስተ ረቋሒታት ይማልኡ ከም ዘለዉ ብቐጻሊ ክግምግም ኣለዎ። ካብቶም ረቋሒታት ሓዴኦም ምስ ዘይማላይ በስገዳዲ ድሕሪ ደጊም ክንክን ክወሃበካ የብሉን።

እቶም ሰለስተ ረቋሒታት ጌና ሕጂ እዉን ይማልኡ እንተለዉ ግን ፡ እቲ ሓኪም ነቲ ናይ ክንክን ግዜ ንኸናውሑ፡ ደንጉዩ እንተ ተባህለ ኣብ ውሽጢ ኣርባዕተ ሳምንቲ ናብ ቤት ፍርዲ (ምምሕዳራዊ ቤት ፍርዲ) ከመልክት ኣለዎ። ክንደይ ግዜ ክናዋሕ ከም ዝኽእል ደረት የብሉን።

**ዕላማ ኣስገዳዲ ክንክን፡ ብዝተኻእለ መጠን ጽቡቅ ሃሊኻ እቲ ዝወሃበካ ክንክን ብዘይ ምግዳድ ንኽወሃበካ እዩ።**

# ሓበሬታ ክወሃበካ መሰል ኣሎካ

እቶም ሰራሕተኛታት ምእንቲ ክርደኣካ ሓበሬታ ክህቡኻ ኣለዎም፣ ሕቶታትካ ድማ ክምልሱልካ ኣለዎም።

ብዛዕባ እቲ ሕጂ ዝወሃበካ ዘሎ ክንክንን ድሒሩ ዝተመደበ ነገር እንተሃልዩን ሓበሬታ ክወሃበካ መሰል ኣለካ።

ኣብ እዋን ክንክን እቶም ዝወሃቡኻ መድሃኒታት፡ ፍወሰን ካልእ ነገራትን ብኸመይ ከም ዝጸልዉኻ ንኽትፈልጥ ሓበሬታ ክወሃበካ መሰል ኣሎካ።

## ሓበሬታ ብዛዕባ ክንክንን መድሃኒታትን

እቶም ሰራሕተኛታት ዝተፈላለዩ ክንክናትን መድሃኒታትን ንዓኻን ኣካላትካን ብኸመይ ክጸልዉኻ ከም ዝኽእሉ ክነግሩኻ ኣለዎም። ብተወሳኺ እቲ ዝወሃበካ ክንክን ስግኣት ኣለዎ እንተኾይኑ፡ እቲ ትወስዶ መድሃኒት ምስ ወሰድካ ገለ ከጋጥም ዝኽእል እንተኾይኑን ጎድናዊ ሽነኻት እንተለዎን፡ ንኽትፈልጥ መሰል ኣለካ።

## እቶም ሰራሕተኛታት ብዛዕባኻ ዝጽሕፍዎ ከተንብቡ ትኽእል ኢኻ

ነቲ ውጥን ክንክንካ ከተንብብ መሰል ኣለካ። እንተ ተኻኢሉ እቶም ሰራሕተኛታት ነቲ ውጥን ክንክን ምሳኻ ሓቢሮም ከዳልዉዎ ይግባእ። መዝገብ ክንክን ጥዕናኻ ከተንብቦ እዉን መሰል ኣሎካ። ይኹን እምበር፡ እቲ ሓኪም ኣብ'ቲ መዝገብ ገለ ሰፊሩ ዘሎ ምስ ተንብቦ ንጥዕናኻ ወይ ነቲ ዝወሃብ ክንክን ብኣሉታ ክጸልዎ እዩ ኢሉ እንተሓሲቡ፡ እቲ ሓበሬታ ካባኻ ብምስጢር ክኸወል ይኽእል እዩ።

**እቶም ሰራሕተኛታት ዝብልዎ ክሳብ ዝርደኣካ እንታይ ይብሉ ከምዘለዉ ክትሓትት መሰል ኣለካ።**

# ብዛዕባኻ ሓበሬታ ክረክብ ዝኽእል መን እዩ?

ብመሰረቱ ወለዲ ብዛዕባ ጥዕናኻን ካልእ ውልቃዊ ጉዳያትካን ሓበሬታ ይረኽቡ። እቲ ሓበሬታ ክወሃቦም ድዩ ኣይክወሃቦምን ግን ዕድሜኻን ብስለትካን ተራ ኣለዎ። እቲ ሓበሬታ ንወለድኻ እንተ ተዋሂቡ ኣብ ጥዕናኻ ኣዝዩ ሕማቕ ጽልዋ ምስ ዝህልዎ፡ ብምስጢር ክተሓዝ ይኽእል እዩ።

## ክንክን ጥዕና ብሚስጢር ይምራሕ

ምስጢር ማለት እቶም ሰራሕተኛታት ብዛዕባ ጥዕናኻ ወይ ካልእ ውልቃዊ ጉዳያትካ ክነግሩ ኣይፍቀደሎምን ማለት እዩ። ይኹን እምበር፡ ነቲ ዘድልየካ ክንክን ወይ ሕክምና ወይ ደገፍ ንኽክትረክብ ኣድላዪ ምስ ዝኸውን፡ ንሆስፒታል ወይ ንእንዳ ሶሻል ሓበሬታ ክወሃብ ይኽእል እዩ።

## ትጉዳእ እንተለኻ እቶም ሰራሕተኛታት ከመልክቱ ኣለዎም

እቶም ሰራሕተኛታት ትጉዳእ ከም ዘለኻ እንተ ጠርጢሮም ወይ እንተ ፈሊጦም ብቕልጡፍ ናብ እንዳ ሶሻል ክሕብሩ ኣለዎም። ንኣብነት ኣብ ልዕሌኻ ዓመጽ ከም ዝወረደ ምስ ዝጥርጥሩ ወይ ወለድኻ ብግቡእ ክከናኸኑኻ ከም ዘይክእሉ ምስ ዝኣምኑ ክኸውን ይኽእል። ምልክታ ምልኣኽ ከቢድ ኮይኑ ክስምዖም ይኽእል እዩ፡ እንተኾነ ግን ብሕጊ ይግደዱ እዮም።

ከምዚ ዓይነት ናይ ስክፍታ ምልክታ ናብ እንዳ ሶሻል ምስ ዝመጽእ፡ ካብኦም ገለ ደገፍን ሓገዝን ዘድልየካ እንተኾይኑ ንኽፈልጡ ክምርምሩ ኣለዎም። ሓበሬታ ክወሃበካን ርኢቶኻ ንኽትገልጽን መሰል ኣሎካ።

# ደጋፊ ሰብ ክግበረልካ መሰል ኣለካ

ደጋፊ ሰብ ማለት ኣብ'ቲ ኣስገዳዲ ክንክን ኣብ ዘለኻሉ እዋንን ድሕሪኡ ሓደ ወርሒ ዝኸውን ደገፍ ዝህበካ ሓደ ካብ ግዳም ዝመጸ በጽሒ ሰብ እዩ።

እቲ ደጋፊ ሰብ ኣብ ውልቃዊ ጉዳያትካ ይሕግዘካ፣ ምሳኻ የዕልልን ግዜ የሕልፍን።

**ደጋፊ ሰብ ንዓኻ ዝድግፈ ሰብ ደኣ'ምበር ናይ'ቶም ሰራሕተኛታት ወይ ናይ ወለድኻ ደጋፊ ኣይኮነን።**

## ንደገፍቲ ሰባት ዝምልከቱ ደንብታት

እቲ ዝድግፈካ ሰብ ብስሩዕ ክበጽሓካ ይኽእል እዩ፣ ሓደ ሓደ ግዜ ግን ናይቲ ክፍሊ ጥዕና ሰዓታትን መምርሕታትን ነቲ ምብጻሕ ክጸልዎ ይኽእል። ብዘይካ ምብጻሕ፡ እቲ ሰብ ንኣብነት ብዛዕባ ክንክንካ ኣብ ዝግበር ኣኼባታት ክሳተፍን ኣብ ምምሕዳራዊ ቤት ፍርዲ ኣብ ዝግበር ምጉት ደገፍ ክህበካ ይኽእል።

እቲ ደጋፊ ሰብ ብዛዕባ ጥዕናኻን ካልእ ውልቃዊ ሓበሬታኻን ብዝምልከት ብሚስጢር ንኽሕዞ ይቕየድ። እዚ ማለት ኣብ ኣዝዮም ፍሉያት ዝኾኑ ኩነታት ጥራይ እዩ ንኻልኦት ክዛረብ ዝኽእል።

## ደጋፊ ሰብ ብኸምዚ ይወሃበካ

እቶም ሰራሕተኛታት ሓበሬታ ንምቕባል ኩነታት ጥዕናኻ ኣብ ደሓን ደረጃ ከም ዘሎ ምስ ኣረጋገጹ፡ ከይደንጎዩ ደጋፊ ትደሊ እንተ ኾይንካ ክሓቱካ ኣለዎም።

እቲ ናይ ሕሙማት ቦርድ እዩ ደጋፊ ሰብ ዝሸመልካ።

ድሮ እንዳ ሶሻል ኮንታክ ፐርሰን(ዝሕግዝ ሰብ) ጌሮምልካ እንተለዉ፡ እዚ ሰብ ናትካ ደገፍ ሰብ ክኸውን ይኽእል እዩ። ነቲ ደጋፊ ሰብ ክትቅይሮ እንተደሊኻ ወይ ቅሬታ እንተሃልዩካ ነቶም ሰራሕተኛታት ክንክን ጥዕና ወይ ነቲ ናይ ሕሙማት ቦርድ ክትውከሶ ትኽእል ኢኻ።

# ገሊኦም መሰላት ክድረቱ ይኽእል

ኣብ ዕጹው ሲኪያትሪ ኣስገዳዲ ክንክን ኣብ ዝወሃበካ እዋን ገለ መሰላት ክድረቱ ይኽእሉ እዮም።

**ቴሌፎን፡ ኮምፒተርን ደብዳቤታትን**

ኣብ መብዛሕትኡ እዋን ምስ ወለድኻ፡ ሞግዚትካ፡ ኣዝማድካን ፈተውትኻን ክትራኸብ መሰል ኣሎካ። ስለ'ዚ ክንክን ኣብ ዝወሃበካ እዋን ምስ ዝደለኻዮ ክትራኸብ ይፍቀደልካ። እቶም ሰራሕተኛታት ነቲ ብተሌፎን ትዛረቦ ክሰምዕዎ የብሎምን ወይ ነቲ ትጽሕፎ ከንብብዎ ኣይፍቀደሎምን እዩ።

ኣብ ፍሉይ ኩነታት፡ ምድዋል ወይ ኮምፒተር ምጥቃም ዘይፍቀድ ክኸውን ይኽእል እዩ። እዚ ዝኾነሉ ምኽንያት ድማ፡ እቶም ርክባት ነቲ ጥዕናኻ ወይ ነቲ ዝወሃበካ ክንክን ከጋድድዎ ስለ ዝኽእሉ። እቲ ኮምፒተር ወይ ቴለፎን ንኸይትጥቀም ዝነበረ ዝኾነ ምኽንያት ምስ ዝእለ ግን ዳግማይ ክትጥቀም መሰል ይህልወካ።

ኩሉ ግዜ ካብ/ናብ ጠበቓኻ ወይ ካብ/ናብ በዓል መዚ፡ እቶም ሰራሕተኛታት ከየንበቡ፡ ደብዳቤታት ክትሰድድን ወይ ክትቕበል መሰል ኣለካ። ይኹን እምበር፡ እቶም ሰራሕተኛታት ናባኻ ዝመጽእ ፖስታ ኣልኮላዊ መስተ፡ድራግ ወይ ካልእ ንዓኻ ወይ ናይ'ቲ ሆስፒታል ስነስርዓት ክጎድእ ዝኽእል ነገር ከምዘየሎ ንምርግጋጽ ክፍትሹ ከድልዮም ይኽእል እዩ። እቶም ሰራሕተኛታት ከምዚ ዓይነት ነገራት እንተረኺቦም ይህግርዎ።

## እቶም ሰራሕተኛታት ንብረትካ ክምርምሩ ይኽእሉ እዮም

ሓኪም ክህልወካ የብሉን ንዝበሎ ዘይፍቀዱ ነገራት፡ እቶም ሰራሕተኛታት ክቆጻጸሩ ይኽእሉ እዮም። እዚ ኣልኮላዊ መስተ፡ ድራግ ወይ ካልእ ንዓኻ ወይ ንኻልእ ሰብ ክጎድእ ዝኽእል ክኸውን ይኽእል።

ኣብ እዋን ፍተሻ፡ እቶም ሰራሕተኛታት ኽዳውንትኻን ሻንጣኻን ክቆጻጸሩ ይኽእሉ እዮም። ዕርቃንካ ምእንቲ ክርእዩ ክዳውንትኻ ከተውጽእ እውን ክሓቱኻ ይኽእሉ። እቶም ሰራሕተኛታት ኣካላትካ ክትንክፉ የብሎምን።

## ምብጻሕ

ኣብ ሆስፒታል ኣብ እትጸንሓሉ እዋን ኣገደስቲ ዝኾኑ ሰብካ ክበጽሑኻ መሰል ኣለካ። ወለድኻ፡ ኣሕዋትካን ፈተውትኻን ኣብቲ ክፍሊ ጥዕና ኣብ ናይ ምብጻሕ ሰዓታት ክመጹ ይኽእሉ እዮም።

ኣብ ፍሉይ ኣጋጣሚታት እቲ ዑደት ክድረት ይኽእል እዩ። እዚ ዝኾነሉ ምኽንያት ድማ እቲ ምብጻሕ ንጥዕናኻ ብኣሉታ ምስ ዝጸልዎ እዩ።

## ንጥፈታትን ኣብ ደገ ግዜ ምሕላፍን

ክንክን ኣብ ዝወሃበካ እዋን መዓልታዊ ንጥፈታት ክትገብርን እንተወሓደ ንሓደ ሰዓት ኣብ መዓልቲ ኣብ ደገ ክትወጽእን መሰል ኣለካ።

ኣብ ፍሉይ ኩነታት እዞም መሰላት ክድረቱ ይኽእሉ እዮም። እዚ ክኸውን ዝኽእል እቶም ንጥፈታት ኣብ ጥዕናኻ ሕማቕ ከም ዝስመዓካ ምስ ዝገብሩኻ እዩ።

ይኹን እምበር ኣስገዳዲ ክንክን ኣብ እትረኽበሉ እዋን ካብቲ ክፍሊ ጥዕና ወይ ከባቢ ሆስፒታል ንበይንኻ ክትወጽእ ኣይትኽእልን ኢኻ። ነዚ ንምግባር ካብ ሓኪም ፍቓድ ክትረክብ ኣለካ። እዚ ምውሳድ ዕረፍቲ ይበሃል።

**ኩሉ ግዜ ንዓኻ ኣብ ዝምልከተኩ ጉዳያት ዝመስለካ ክትዛረብ መሰል ኣለካ፣ ዓበይቲ ሰባት ነዚ ኣብ ግምት ከእትውዎ ይግባእ።**

– ካብ ውዕል መሰላት ቄልዑ

# ኣስገደድቲ ስጉምትታት

## ናይ መጨረሽታ ኣማራጺ ጥራይ ኣብ ዝኾነሉ

ኣብ ዕጹው ኣስገዳዲ ክንክን፡ ሰራሕተኛታት ኣለይቲ ሕሙማት ኣብ ፍሉይ ኩነታት ምስ'ቲ ድሌትካ ብቐጥታ ዝጸረድ ነገራት ክገብሩ ይኽእሉ እዮም። ንዓኻ ወይ ንኻልእ ሰብ ሓደገኛ ዝኾነ ህጹጽ ኩነታት ንምእላይ ካልእ ኣማራጺ ምስ ዘይህሉ ጥራይ እዩ ናይ ምግዳድ ስጉምትታት ክውሰድ ዘለዎ።

> ኣብ ልዕሌኻ ኣስገዳዲ ስጉምቲ እንተ ተወሲዱ፡ ኣብ ሕክምናዊ መዝገብካ ክምዝገብ ኣለዎ።

## መድሃኒት በስገዳዲ

መድሃኒት ክትወስድ እንተ ዘይደሊኻ፡ እቶም ሰራሕተኛታት ነዚ ድሌት ብዝተኻእለ መጠን ከኽብሩ ኣለዎም። ይኹን እምበር፡ ሓደ ሓኪም ዝተወሰነ መድሃኒት ክትወስድ ከም ዘለካ እንተ ወሲኑ፡ ብሓይሊ መድሃኒት ክህበካ ፍቁድ እዩ።

**ዝኾነ ሰብ ብቕናት ገይርና ክንኣስረካ ኢና ወይ ንበይንኻ ክንፈልየካ ኢና ኢሉ ከፈራርሓካ የብሉን።**

## ብቕናት ምእሳር

እቲ ሓኪም ብቕናት ክትግታእ ከም ዘለካ ክውስን ይኽእል እዩ፣ እንተኾነ ግን ንነብስኻ ናይ ምጉዳእ ልዑል ሓደጋ ምስ ዝህሉን ካልእ ክግበር ዝኽእል ኣማራጺ ምስ ዘይህሉን ጥራይ እዩ።

ካብቲ ፍጹም ኣድላዪ ዝኾነ ግዜ ንላዕሊ ንነዊሕ እዋን ፈጺምካ ክትግታእ የብልካን።

እንተ በዝሐ ንሓደ ሰዓት ክትግታእ ትኽእል ኢኻ። ንነዊሕ እዋን ክትግታእ እንተ ኾይንካ፡ እቲ ሓኪም እንተበዝሐ ንሓደ ሰዓት ዝምልከት ሓድሽ ውሳነ ክወስድ ኣለዎ።

እቲ ሓኪም ክንደይ ውሳነታት ክወስድ ከም ዝኽእል ደረት የብሉን። እቲ ብቕናት ንኽትግታእ ዝብል ምኽንያት ምስ ዘብቅዕ ግን ብቐጥታ ነጻ ክትልቀቕ ኣለካ።

እቶም ሰራሕተኛታት ክንክን ጥዕና ኩሉ ግዜ ምሳኻ ኣብ'ቲ ክፍሊ ክህልዉ ኣለዎም።

## ንበይንኻ ምኺን– ኣብቲ ክፍሊ ምጽናሕ

እቲ ሓኪም ንበይንኻ ክትፍለ ከም ዘለካ ክውስን ይኽእል እዩ፣ ንኣብነት ኣብ ውሽጢ ክትዕጸ ወይ ካብ ክፍሊ ንኽይትወጽእ ክትኽልከል ትኽእል ኢኻ። ከም'ዚ ዝግበር ግን ካልእ ኣማራጺ ምስ ዘይህሉ ጥራይ እዩ።

**ትርብሽ ኣለኻ ተባሂሉ ንበይንኻ ምፍላይ ወይ ምዕጻው እኹል ምኽኒት ኣይኮነን። ክንክን ካልኦት ብኽቢድ ዝዕንቅፍ ጎነጸኛ ዝኾነ ባህርያት ክህልወካ ኣለዎ።**

እንተበዝሐ ንኽልተ ሰዓታት ንበይንኻ ክትኸውን ክውሰን ይኽእል እዩ። ንንውሕ ዝበለ እዋን ንበይንኻ ክትኸውን ዘድሊ እንተ ኾይኑ፡ እቲ ሓኪም እንተ በዝሐ ንክልተ ሰዓታት ዘገልግል ሓድሽ ውሳነ ክውስን ኣለዎ።

እቲ ሓኪም ክንደይ ውሳነታት ክወስድ ከም ዝኽእል ደረት የብሉን።ድሕሪ ደጊም ንኻልኦት ክንክን ንምሃብ ጸገም ምስ ዘይትገብር ግን ነጻ ክትኸውን ኣለካ።

ሰራሕተኛታት ክንክን ጥዕና ብስሩዕ ጸጸኒሖም ክከታተሉኻ ኣለዎም።

# ይግባይ ክትብል መሰል ኣለካ

እቲ ዝወሃበካ ክንክን ዝምልከት ውሳነታት ጌጋ እዩ ዝብል እምነት ምስ ዝህልወካ፡ ናብ ምምሕዳራዊ ቤት ፍርዲ ዝበሃል ቤት ፍርዲ ከተማርር ትኽእል ኢኻ። እዚ ድማ ይግባይ ይበሃል። ኩሎም ውሳነታት ግን ይግባይ ክበሃሉ ኣይክእሉን እዮም።

## እቶም ሰራሕተኛታት ከመይ ጌርካ ይግባይ ከም እትገብር ክነግሩኻ እዮም።

እቶም ሰራሕተኛታት ኣየኖት ውሳነታት ይግባይ ክበሃሉ ከም ዝኽእሉ ክነግሩኻ እዮም። ከመይ ጌርካ ከም ትገብሮን ከመይ ጌርካ ናብ ምምሕዳራዊ ቤት ፍርዲ ይግባይ ከም እትጽሕፍን እውን ክነግሩኻ እዮም።

## ሓደ ህዝባዊ ጠበቓ ክሕግዘካ ይኽእል እዩ

ንሓደ ውሳነ ናብ ምምሕዳራዊ ቤት ፍርዲ ይግባይ ከተቕርብ እንተ ኾይንካ ምስ ሓደ ህዝባዊ ጠበቓ ንኽትራኸብ ክሕግዙኻ እዮም። ሓደ በጽሒ ሰብ እዩ ይግባይ ንኽትብልን ምስ ቤት ፍርዲ ንኽትራኸብን ዝሕግዘካ። ካብ ህዝባዊ ጠበቓ ሓገዝ ምርካብ ናጻ እዩ።

**መሰላት ቁልዑ ንኹሎም ቁልዑ ይምልከት።**
**ንኣብነት ሕብረ ቆርበትካ፡ ጾታኻ፡ ቋንቋኻ፡ ዜግነትካ ወይ ሃይማኖትካ እንታይ ምኺኑ ኣብ መሰላት ኣገዳስነት የብሉን።**

**– ካብ ውዕል መሰላት ቁልዑ**

# ምስ ዘይትዓግብ ወይ ሕቶታት ምስ ዝህልወካ

ኩሉ ግዜ ምስ ሰራሕተኛታት ክንክን ጥዕና ወይ ሓኪምካ ክትዛረብ ትኽእል ኢኻ።
ንሳቶም ክሕግዙኻ እዮም፡ ጽቡቕ ክንክን ንኽትረክብ ናይ ምርግጋጽ ሓላፍነት ድማ ኣለዎም።

ንዓይ እዉን ክትውከሰኒ ትኽእል ኢኻ!

**መስመር ቁልዑን መንእሰያትን**

ብዛዕባ መሰላትካ ክትሓትት ወይ ኣብ'ቲ ክንክን ጥዕና ጽቡቕ ዘይሰርሕ ነገር እንተሎ ክትሕብር ምስ እትደልይ፡ ናብ መስመር ቁልዑን መንእሰያትን ክትውከስ ትኽእል ኢኻ።

እቲ ተሌፎን ነጻ ስለዝኾነ ኣይትኸፍለሉን ኢኻ።

ናብ 020 120 06 06 ደውሉ።
እዚ መስመር ቴሌፎን ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ ካብ 9–17 ክፉት እዩ።

ኣብ'ዚ መስመር ተሌፎን መልሲ ምስ ዘይትረክብ መልእኽቲ ግደፍ። መን ምኺንካ ምሕባር ኣየድልየካን እዩ።

# መዝገበ ቃላትን ኣሕጽሮተ ቃላትን

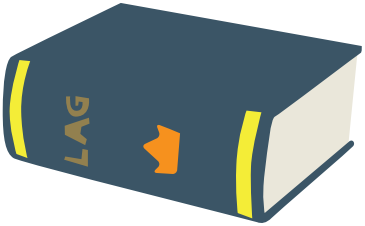
| | |
|---|---|
| **ዋና ላዕለዋይ ሓኪም** | ብስነ-ኣእምሮ ስፔሻሊስት ዝኾነ ሓኪም ከምኡ'ውን ናይ'ቲ ኣስገዳዲ ሲካትርያዊ ክንክን ጥዕና ሓላፊ ኣስገዳዲ ክንክን። |
| **ምምሕዳራዊ ቤት ፍርዲ** | ብዛዕባ ኣስገዳዲ ክንክን ክውስን ዝኽእል ቤት ፍርዲ |
| **በስገዳዲ መእተዊ ውሳነ** | ኣስገዳዲ ክንክን ዝምልከት ክህሉ ዘለዎ ውሳነ ቅድሚ በስገዳዲ ክንክን ምርካብካ። ናይ ምቕባል ውሳነ ዝውስነ ሓኪም ናይ ስነ-ኣእምሮ ስፔሻሊስ ክኸውን ኣለዎ |
| **ኮንታክት ፐርሰን** | ካብቶም ሰራሕተኛታት ሓደ ምሳኻ ኣብ ዝግበር ርክብ ፍሉይ ሓላፍነት ኣለዎ። |
| **LPT** | ሕጊ ኣስገዳዲ ክንክን ስነ-ኣእምሮ(LPT) |
| **LRV** | ሕጊ ብዛዕባ ክንክን ፎረንዚቓዊ ሲካትሪ |
| **ናይ ዕረፍቲ ፍቃድ** | ንበይንኻ ካብ'ቲ ሆስፒታል ወጻኢ ናይ ምኺን ተኽእሎ ንኣብነት ኣብ ገዛ። |
| **ዕጹው ኣስገዳዲ ክንክን** | ኣስገዳዲ ክንክን ኣብ ሆስፒታል 24 ሰዓታት። |
| **ናይ ክንክን ምስክር ወረቐት** | ኣስገዳዲ ክንክን ንኽወሃበካ እታ ቀዳመይቲ ተድሊ ናይ ሓኪም ምስክር ወረቐት። ናይ ክንክን ምስክር ወረቐት እንተሎ ክሳብ በስገዳዲ ክንክን ክወሃበካ ድዩ ኣይክወሃበካን ዝውሰን ብዘይ ድሌትካ ኣብ'ቲ ሆስፒታል ክትጸንሕ ክትግደድ ትኽእል ኢኻ። |
| **ውጥን ክንክን** | ክንክን ኣብ ዝወሃበካ እዋን ክንክንን ካልእ ዘድልየካ ነገራትን ዝገልጽ ሰነድ። |
| **ክፉት ኣስገዳዲ ክንክን** | ዝተወሰነ መድሃኒት ክትወስድ ወይ ኣብ ገለ ክንክን ክትሳተፍ ክትግደድ ትኽእል ኢኻ። ኣብ'ቲ ሆስፒታል 24 ሰዓታት ምኺን ግን ግድን ኣይኮነን። |

ሓፈሻዊ መሰላት ቄልዑ ኣብ ናይ ሕቡራት ሃገራት ውዕል ቄልዑ ሰፊሩ ኣሎ። ናይ ሕብራት ሃገራት ውዕል ቄልዑ ኣብ ሽወደን ሕጊ እዩ።

ንኹሎም ሕሙማት ዝምልከቱ ሕግታት ኣብ ሕጊ ክንክን ጥዕናን ሕክምናን (HSL)፡ ሕጊ ሕሙማትን ሕጊ ድሕነት ሕሙማትን (PSL) ይርከቡ።

ስነ-ኣእምሮኣዊ ክንክን ብዘይ ድሌት ሕሙማት ዝምልከቱ ፍሉያት ሕግታት፡ ኣብ ሕጊ ኣስገዳዲ ክንክን ስነ-ኣእምሮ(LPT) ይርከብ።

ሕግታት ምዕቃብ ምስጢር ኣብ ሕጊ ግሉጽነትን ሕጊ ምዕቃብ ምስጢርን (OSL) ይርከብ።




እዚ ሓበሬታዊ ጽሑፍ ብመሰረት እቶም ንኣስገዳዲ ክንክን ስነ-ኣእምሮ ዝምልከቱ ሕግታትን ካልኦት ደንብታትን እዩ ተዳልዩ።
እዚ ሓበሬታ ንቄልዑን መንእሰያትን ንምርድኡ ንኽቐልል፡ ዝተወሰኑ ሕጋዊ ኣምርን መግለጺታትን ብዝቐለለ እዮም ተገሊጾም ዘለዉ።

**ዋላ በስገዳዲ ክንክን ይወሃበካ እንተሎ፡ ኩሉ ግዜ መሰላት ኣለዉኻ።**

**ብዛዕባ ዘለካ መሰላትን ኣበየኖት ፍሉያት ኩነታት ምግዳእ ምትቃም ከም ዝከኣል ኣብ'ዚ ብሮሹር ይሕበር።**

ኣብ ኣስገዳዲ ክንክን ዘለካ መሰላት – ክንክን ብመሰረት LPT
(ቁጽሪ ዓንቀጽ 2020-7-6854) ካብ ኣገልግሎት ሕትመታት ሃገራዊ ቦርድ ጥዕናን ሰብኣዊ ድሕነትን ክእዘዝ ይከኣል እዩ።
www.socialstyrelsen.se/publikationer
ኢ-መይል፤ publikationsservice@socialstyrelsen.se
ፋክስ፤ 035-19 75 29

እቲ ሕትመት ኣብ መካነ መርበብ ሃገራዊ ቦርድ ጥዕናን ሰብኣዊ ድሕነትን ኣቲኻ ከተውርዶ ትኽእል ኢኻ።

Socialstyrelsen