

## KHI NÀO THÌ MỘT NGƯỜI CẦN ĐƯỢC GIÚP ĐỠ?

- Cảm giác buồn bã cực độ, vô vọng, bất an hoặc lên cơn hoảng loạn, khóc không kiểm soát
- Tình trạng dao động cảm xúc cực đoan cùng hành vi bột phát nguy hiểm hoặc kì lạ
- Vấn đề nghiêm trọng về hành vi của trẻ
- Vấn đề về sức khỏe tâm thần bị ảnh hưởng bởi việc lạm dụng chất kích thích
- Ý nghĩ về tự sát hoặc tự làm hại bản thân
- Cho tặng đồ đạc của người khác
- Đe dọa giết hoặc gây thương tổn cho bản thân hoặc người khác
- Nghe hoặc nhìn thấy những thứ không có thật

## ĐỐI VỚI TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP VỀ SỨC KHỎE TÂM THẦN

- ⇒ Hãy gọi 911 hoặc đến phòng cấp cứu
- ⇒ Gọi cho bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần của quý vị
- ⇒ Gọi vào **Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp Khủng hoảng** theo số 1-888-724-7240

## Đối Với Người trưởng thành NGOÀI

### GIỜ LÀM VIỆC/CUỐI TUẦN:

1-888-724-7240

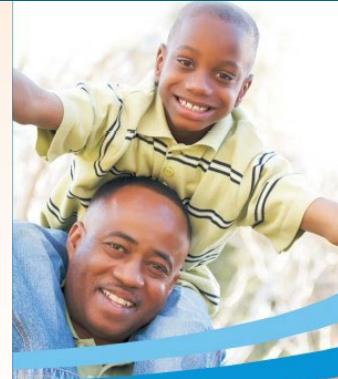
**Đối với trẻ em:** Đơn vị Khám sàng lọc Cấp cứu (ESU): 619-876-4502

## QUÝ VỊ CẦN THÊM THÔNG TIN?

Nếu quý vị muốn biết thêm thông tin về quyền lợi của mình, Quy trình Khiếu nại và Kháng cáo hoặc các yêu cầu khác của Tiểu Bang, xin vui lòng hỏi xin nhà cung cấp một cuốn **Sổ Tay Người Thụ Hưởng MHP** hoặc tìm kiếm trên mạng tại [www.optumsandiego.com](http://www.optumsandiego.com) trong mục **Người Thụ Hưởng**.

## Dịch Vụ Chuyên Khoa Sức Khỏe Tâm Thần của Chương Trình Sức Khỏe Tâm Thần (MHP)

Các dịch vụ chuyên khoa sức khỏe tâm thần được cung cấp thông qua Chương Trình Sức Khỏe Tâm Thần của Quận San Diego, và được tách khỏi chăm sóc sức khỏe thể chất của quý vị. Chương Trình Sức Khỏe Tâm Thần cam kết cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần có chất lượng cho người trưởng thành, người cao tuổi và trẻ em hội đủ điều kiện đang mắc các vấn đề sức khỏe tâm thần nghiêm trọng và dai dẳng. Các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần được giữ bí mật và dựa trên niềm tin rằng mọi người có thể phục hồi và được chữa khỏi bệnh tâm thần. Mặc dù việc tìm kiếm giúp đỡ với các vấn đề về sức khỏe tâm thần có thể là một thách thức, nhưng chỉ cần một cuộc điện thoại là quý vị có thể được trợ giúp.



Để biết thêm thông tin hoặc được giúp đỡ với các vấn đề sức khỏe tâm thần, xin hãy gọi cho **Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp Khủng hoảng** miễn phí:

**1-888-724-7240**

**Cộng đồng người Khiếm Thính xin gọi 711 (TTY)**

Tư vấn viên sẵn sàng hỗ trợ trong suốt 24 giờ, 7 ngày/tuần và có thể giải đáp các câu hỏi của quý vị và cung cấp nguồn lực và giới thiệu đến chăm sóc sức khỏe tâm thần.



COUNTY OF SAN DIEGO  
**HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY**

**Hội đồng Giám sát Quận San Diego**  
có thể tiếp cận tại đây:

<https://www.sandiegocounty.gov/general/bos.html>

**Giám Đốc Hành Chính**  
có thể tiếp cận tại đây:

<https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/cao.html>

**Cơ quan Y Tế và Dịch vụ Nhân Sinh**  
[https://www.sandiegocounty.gov/hhsa/hhsa\\_directors\\_office/index.html](https://www.sandiegocounty.gov/hhsa/hhsa_directors_office/index.html)

**Dịch Vụ Sức Khỏe Hành Vi**  
Người Trưởng thành/Cao tuổi và Trẻ em,  
Thanh thiếu niên & Gia đình  
Giám đốc, Luke Bergmann, Ph.D.

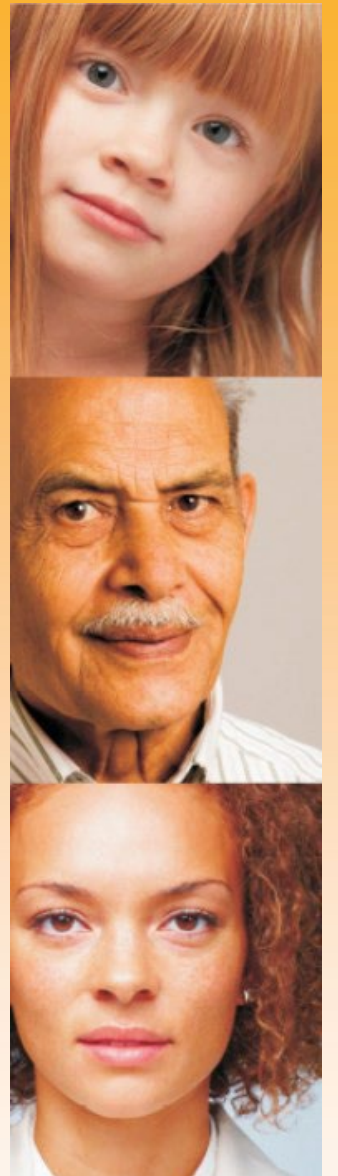


[www.up2sd.org](http://www.up2sd.org)



**HƯỚNG DẪN NHANH**

Hướng Dẫn Nhanh về Các Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe Tâm Thần cho Người Trưởng Thành, Người Cao Tuổi và Trẻ Em



## CHƯƠNG TRÌNH SỨC KHỎE TÂM THẦN DỊCH VỤ CHUYÊN KHOA SỨC KHỎE TÂM THẦN

- Dành cho những người có Medi-Cal, bảo hiểm hạn chế hoặc không có bảo hiểm
- Dành cho trẻ em, thiếu niên, gia đình, thanh niên, người trưởng thành và người cao tuổi
- Có trên toàn quận
- Dịch vụ chăm sóc đa văn hóa cho các cộng đồng
- Cung cấp hỗ trợ ngôn ngữ và thông dịch viên
- Chăm sóc liên tục chuyển từ các nhà cung cấp trong chương trình sức khỏe trước đó sang nhà cung cấp trong chương trình sức khỏe mới

## QUYỀN CỦA QUÝ VỊ TRONG CHƯƠNG TRÌNH SỨC KHỎE TÂM THẦN

- ◆ Được đối xử với phẩm giá và sự tôn trọng bằng một ngôn ngữ mà quý vị có thể hiểu được
- ◆ Nhận thông tin về các lựa chọn điều trị và giải pháp thay thế
- ◆ Quyết định lựa chọn phương pháp điều trị, chăm sóc
- ◆ Nhận tài liệu thông tin về các dịch vụ được MPH bao trả
- ◆ Yêu cầu và nhận một bản sao hồ sơ y tế của quý vị và yêu cầu sửa đổi hoặc chỉnh sửa
- ◆ Nhận các dịch vụ chuyên khoa sức khỏe tâm thần
- ◆ Không bị giam giữ hoặc cách ly như quy định trong các quy tắc liên bang
- ◆ Quyền từ chối điều trị

## CÁC LOẠI DỊCH VỤ HIỆN CÓ

- ◆ Đánh giá sức khỏe tâm thần
- ◆ Phục hồi chức năng theo Nhóm và Cá nhân
- ◆ Trị liệu theo Nhóm và Cá nhân
- ◆ Can thiệp Khủng hoảng
- ◆ Ổn định Lúc Khủng hoảng
- ◆ Chăm sóc cấp cứu tâm thần 24 giờ
- ◆ Dịch vụ hỗ trợ thuốc
- ◆ Dịch vụ kết hợp giữa chăm sóc sức khỏe tâm thần và lạm dụng chất kích thích
- ◆ Dịch vụ khách hàng và gia đình hỗ trợ lẫn nhau
- ◆ Chăm sóc tâm thần nội trú
- ◆ Chăm sóc ở lại cơ sở chăm sóc cho người trưởng thành
- ◆ Quản lý Ca bệnh và bảo hộ
- ◆ Các dịch vụ dành cho người vô gia cư
- ◆ Câu lạc bộ Phục hồi
- ◆ Huấn luyện và việc làm các dịch vụ
- ◆ Dịch vụ dành cho bệnh nhi ngoại trú tại trường học
- ◆ Điều trị ban ngày, dịch vụ bao bọc và trị liệu hành vi cho trẻ em
- ◆ Dịch vụ Trị Liệu Chăm Sóc Tạm Thời



COUNTY OF SAN DIEGO  
**HEALTH AND HUMAN  
SERVICES AGENCY**

## HỖ TRỢ GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

Một người bệnh vực bệnh nhân có thể giúp nếu quý vị không hài lòng với dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần.

Đối với các vấn đề về điều trị nội trú hoặc dịch vụ nội trú 24-giờ, xin gọi:

**Chương trình Bệnh vực Bệnh nhân của Dịch vụ Gia đình Do Thái tại  
(619) 282-1134 hoặc 1-800-479-2233.**

Đối với các vấn đề về điều trị ngoại trú và các loại dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần khác, xin gọi:

**Trung tâm Người tiêu dùng Dịch vụ Giáo dục và Ủng hộ Sức khỏe (CCHEA)  
đường dây miễn phí 1-877-734-3258.**

## THÔNG BÁO VỀ QUYẾT ĐỊNH BẤT LỢI VỀ PHÚC LỢI

Nếu quý vị có khiếu nại về chăm sóc sức khỏe tâm thần của mình, muốn kháng cáo một quyết định mà quý vị không đồng tình, hoặc muốn tìm hiểu về tình trạng của một khiếu nại hoặc kháng cáo, quý vị có thể liên lạc với một trong số các cơ quan được liệt kê bên trên. Những người thụ hưởng Medi-Cal được tiếp cận với các dịch vụ và có các quyền được quy định trong các quy định của Tiểu Bang và Liên bang.

Quý vị có thể yêu cầu giải quyết nhanh kháng cáo nếu quý vị cho rằng quy trình tiêu chuẩn có thể ảnh hưởng xấu tới tính mạng, sức khỏe, hoặc khả năng đạt được, duy trì hoặc phục hồi chức năng tối đa.



## CÁC SỐ ĐIỆN THOẠI HỮU ÍCH

**Đường dây Tiếp cận & Trợ giúp Khủng hoảng: 1-888-724-7240**

**Cộng đồng người Khiếm Thính: xin gọi 711 (TTY)**

**NAMI San Diego: (619) 543-1434**

**Hãy gọi 2-1-1 để biết các Nguồn lực & Giới thiệu**

**Sức Khỏe Tâm Thần Hoa Kỳ: (619) 543-0412**

**Ban Quản Lý MHP: (619) 563-2700 Đường dây Khủng hoảng Cựu Chiến binh: 1-800-273-8255**

**Đường dây Trợ giúp Khi Tự sát và Khủng hoảng: 988**

## CÁC NGUỒN LỰC TRÊN INTERNET

[www.sdcounty.ca.gov](http://www.sdcounty.ca.gov)  
[www.optumsandiego.com](http://www.optumsandiego.com)  
[www.211sandiego.org](http://www.211sandiego.org)  
[www.ssa.gov](http://www.ssa.gov)  
[www.ssa.gov/disability](http://www.ssa.gov/disability)  
[www.MentalHealth.gov](http://www.MentalHealth.gov)  
[Ok2Talk.org](http://Ok2Talk.org)