



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 | assurance de base) 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 | la Main tendue) telefon, mail ya da chat aracılığıyla (Telefon 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 | Service de psychiatrie pour les jeunes) iyi bir ilk başvuru yeridir. Çocukları konusunda endişelenen ebeveynler de buraya başvurabilir. Çocuk acil telefon hattı (Kindernotruf | Urgences enfants) ücretsiz ve anonim olarak telefon, mail ve chat aracılığıyla destek verir (Tel. 147, www.147.ch). Çocuklar ve gençlerin acil psikiyatrik durumlarında aşağıdaki adresler vardır:

- Acil durum merkezi NZKJP: Bern Şehri ve Merkez Plato bölgeleri (Mittelland); Oberaargau ve Emmental; Oberland (telefon 031 932 88 44, her gün, 24 saat)
- Poliklinik KJP Biel, Biel bölgesi (telefon 032 328 66 99, Pazartesi'den Cumaya 08:00 - 18:00 arası)
- Biel merkezi Hastanesi (telefon 032 324 24 24, her gün, sabah 8'den akşam 6'ya kadar).



Bağımlılık Hastalığı

Çeşitli bağımlılık danışma merkezleri (Suchtberatung | Centre de consultation en matière d'addiction) bağımlılık hastalıkları konusunda hizmet eder. Bu merkezler, ücretsiz ve güvenilir danışmanlık ve tedavi hizmeti sunar. Eğer aile bireyleri veya yakınlardan kaygı duyuluyorsa da bu danışmanlık merkezleriyle iletişime geçilebilir. Bağımlılık hastalıkları olarak sadece alkol veya uyuşturucu bağımlılığı görülmez. Bağımlılık danışma merkezleri; aynı zamanda oyun, alışveriş veya internet ile yemek bozuklukları konusunda da yardımcı olur. Sorular mail aracılığıyla da yöneltilebilir.

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-bern.ch/tr/sal/ruhsal-sal