



บริการด้านสุขภาพจิต



ขอรับความช่วยเหลือได้ฟรี หรือมีค่าใช้จ่ายเล็กน้อย

ใครให้บริการด้านสุขภาพจิต? แพทย์ของคุณ คลินิกการแพทย์ประจำบ้าน หรือกรมสุขภาพจิต (DMH) กระทรวงสาธารณสุข

ขอความช่วยเหลือหากคุณรู้สึกว่ามีอาการดังต่อไปนี้:

- ◇ รู้สึกเศร้าเป็นเวลานาน
- ◇ ได้ยินเสียงพูด หรือได้ยินเสียงแปลก ๆ
- ◇ กลัวหรือมีความกังวลมาก
- ◇ มีความรู้สึกโกรธมาก
- ◇ ประสบกับความยากลำบากในการแก้ไขปัญหาประจำวันหรือทำกิจกรรมประจำวัน

ปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับความรู้สึกของคุณ แพทย์สามารถช่วยหรือแนะนำคุณไปยังคลินิก DMH ใกล้บ้านได้

โปรดทราบ! ฉันจะขอความช่วยเหลือได้อย่างไร?

หากคุณรู้สึกอยากทำร้ายตัวเองหรือผู้อื่น หรือคุณมีปัญหาสุขภาพจิตขั้นวิกฤติ ให้โทรแจ้ง **911** นอกจากนี้ คุณยังสามารถโทรศัพท์มาที่ศูนย์ของกรมสุขภาพจิตได้ตลอด 24 ชั่วโมงทุกวัน ที่หมายเลข **1-800-854-7771** หรือเยี่ยมชมเว็บไซต์ของ DMH ที่ dmh.lacounty.gov

บริการการรักษาโรคทางจิตเวชที่เกิดจากการใช้สารเสพติด (SUD)

การดื่มสุราและเสพยาเสพติดอาจส่งผลต่อสุขภาพของคุณ เราให้การรักษาฟรี

การรักษา SUD คืออะไร? เป็นบริการช่วยเหลือผู้ที่ต้องการหยุดดื่มสุราหรือเลิกเสพยาเสพติด

ใครเป็นผู้ให้บริการ? แพทย์ของคุณ คลินิกการแพทย์ประจำบ้าน หรือกรมสุขภาพจิต (DMH)

การป้องกันและควบคุมการใช้สารในทางที่ผิด (SAPC)

เมื่อไหร่ควรขอความช่วยเหลือ:

- ◇ คุณรู้สึกว่าคุณควรลดหรือเลิกดื่มสุราหรือเสพยาเสพติด
- ◇ คุณรู้สึกหรือมีใครบอกคุณว่าคุณควรเลิกดื่มสุราหรือเสพยาเสพติดหรือคุณควรดื่มหรือเสพยาเสพติดน้อยๆ
- ◇ คุณรู้สึกผิดหรือรู้สึกไม่ดีถึงปริมาณการดื่มหรือการเสพยาเสพติดของคุณ
- ◇ คุณตื่นขึ้นมาแล้วรู้สึกอยากดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือเสพยาเสพติด



ปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับความรู้สึกของคุณ แพทย์สามารถช่วยเหลือหรือแนะนำคุณไปยังคลินิก SAPC ใกล้บ้านได้

โปรดทราบ! ฉันจะขอความช่วยเหลือได้อย่างไร?

คุณสามารถโทรศัพท์ไปยังสายด่วนบริการการใช้สารในทางที่ผิด (SASH) ของ SAPC ได้ที่หมายเลข **1-844-804-7500** หรือไปที่เว็บไซต์ <http://sapccis.ph.lacounty.gov/sbat/>