

## KHI NÀO MỘT NGƯỜI CẦN ĐƯỢC GIÚP ĐỠ ?

- Có nặng cảm giác buồn bã, tuyệt vọng, lo lắng vô cùng hoặc hoảng loạn, khóc không ngừng
- Sự thay đổi tâm trạng cực độ với hành vi nguy hiểm hoặc kỳ quái bốc đồng
- Vấn đề hành vi nghiêm trọng đối với trẻ nhỏ
- Vấn đề sức khỏe tâm thần bị ảnh hưởng bởi lạm dụng chất gây nghiện
- Suy nghĩ tự sát và tự làm hại mình
- Cho đi đồ đạc của mình
- Đe dọa giết hoặc làm tổn thương chính mình hoặc người khác
- Nghe hoặc nhìn thấy những điều người khác tin là không có

## ĐỐI VỚI CẤP CỨU VỀ SỨC KHỎE TÂM THẦN

- ⇒ Gọi 911 hoặc đến phòng cấp cứu
- ⇒ Gọi cho bác sĩ hoặc phòng khám sức khỏe tâm thần
- ⇒ Gọi **Đường dây Truy cập & Khủng hoảng** theo số 1-888-724-7240

## SAU GIỜ LÀM VIỆC / CUỐI TUẦN

**Người lớn:** 1-888-724-7240

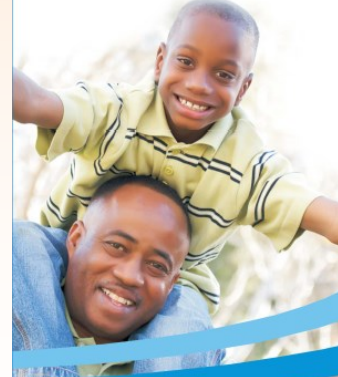
**Trẻ em:** Đơn Vị Tầm Soát Khẩn Cấp (ESU): 619-876-4502

## CẦN THÊM THÔNG TIN?

Nếu quý vị muốn biết thêm thông tin về các quyền của mình, Quy trình Khiếu nại và Khiếu nại hoặc các yêu cầu khác của Tiểu bang, vui lòng hỏi nhà cung cấp của quý vị về **Sổ tay Người thụ hưởng MHP (MHP Beneficiary Handbook)** hoặc tìm trực tuyến tại [www.optumsandiego.com](http://www.optumsandiego.com) trong phần **(Khách hàng & Gia Đình) Consumers & Families**

## Chương trình Sức khỏe Tâm thần (MHP) Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe Chuyên Khoa Tâm Thần

Các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần đặc biệt được cung cấp thông qua Chương trình Sức khỏe Tâm thần của Hạt San Diego, tách biệt với dịch vụ chăm sóc sức khỏe thể chất của quý vị. Chương trình Sức khỏe Tâm thần cam kết cung cấp các dịch vụ sức khỏe tâm thần chất lượng cho người lớn, người cao tuổi và trẻ em đủ điều kiện hợp lệ, gặp các vấn đề sức khỏe tâm thần nghiêm trọng và kéo dài. Các dịch vụ sức khỏe tâm thần được bảo mật và dựa trên niềm tin rằng mọi người có thể chữa bệnh tâm thần và hồi phục. Dù là việc tìm đến sự giúp đỡ về vấn đề sức khỏe tâm thần có thể khó khăn, chỉ cần một cuộc gọi điện thoại là quý vị được giúp đỡ ngay.



Để biết thêm thông tin hoặc giúp đỡ về các vấn đề sức khỏe tâm thần, hãy gọi số miễn phí **Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp lúc Khủng hoảng Access and Crisis Line:**

**1-888-724-7240**

## Cộng Đồng Người Khiếm Thính 711 (TTY)

Có các Tư vấn viên 24 giờ, 7 ngày/tuần và có thể trả lời câu hỏi của quý vị, giới thiệu quý vị và cung cấp nguồn thông tin về chăm sóc sức khỏe tâm thần.



## Quận San Diego Ban giám sát

Địa Hạt 1: Nora Vargas  
Địa Hạt 2: Joel Anderson  
Địa Hạt 3: Terra Lawson-Remer  
Địa Hạt 4: Nathan Fletcher  
Địa Hạt 5: Jim Desmond

## Tổng Giám Đốc Hành Chánh Helen N. Robbins-Meyer

## ơ quan Dịch vụ Y Tế và Nhân sinh Giám đốc, Nick Macchione, FACHE

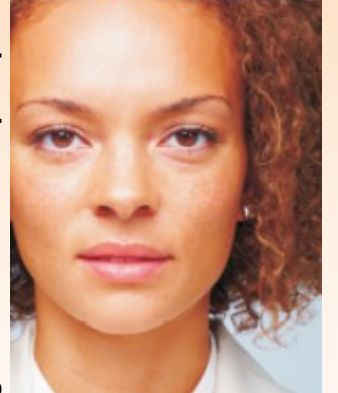
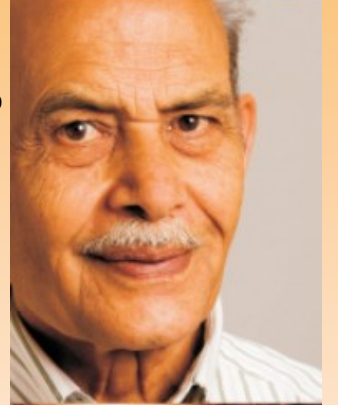
**Dịch vụ sức khỏe hành vi**  
Người lớn / Người lớn tuổi &  
Trẻ, Thanh Thiếu Niên và Gia Đình  
Giám đốc, Tiến Sĩ Luke Bergmann.



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

# HƯỚNG DẪN NHANH

Hướng Dẫn Nhanh về các Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần cho Người Lớn, Người Cao Niên và Trẻ Em



## **BẢO HIỂM SỨC KHỎE TÂM THẦN DỊCH VỤ CHUYÊN KHOA SỨC KHỎE TÂM THẦN**

- Đối với những người có Medi-Cal, bảo hiểm có giới hạn hoặc không có bảo hiểm
- Dành cho trẻ em, thanh thiếu niên, gia đình, thanh niên, người lớn và người cao niên
- Có khắp toàn nước Mỹ
- Chăm sóc đa dạng về văn hóa cho cộng đồng
- Cung cấp thông dịch viên và trợ giúp ngôn ngữ
- Sự chăm sóc liên tục từ nhà cung cấp chương trình sức khỏe trước đó đến nhà cung cấp chương trình sức khỏe mới

## **QUYỀN CỦA QUÝ VỊ VỚI CHƯƠNG TRÌNH BẢO HIỂM SỨC KHỎE TÂM THẦN**

- Được đối xử tôn trọng danh dự và nhân phẩm, dùng ngôn ngữ quý vị hiểu.
- Nhận thông tin về các lựa chọn điều trị và lựa chọn thay thế
- Đưa ra quyết định về sự chăm sóc của quý vị
- Nhận tài liệu thông tin về các dịch vụ được bảo hiểm bởi MHP
- Yêu cầu và nhận bản sao hồ sơ y tế của quý vị, và yêu cầu sửa đổi hoặc sửa sai các hồ sơ này
- Nhận các dịch vụ sức khỏe tâm thần đặc biệt
- Không bị bất cứ hình thức hạn chế hoặc tách biệt nào như được quy định trong các quy định liên bang
- Quyền từ chối điều trị

## **CÁC LOẠI DỊCH VỤ HIỆN CÓ**

- ◆ Các thẩm định về sức khỏe tâm thần
- ◆ Phục hồi chức năng Nhóm và Cá nhân
- ◆ Liệu pháp Nhóm và Cá nhân
- ◆ Can thiệp Khủng hoảng
- ◆ Ổn định Khủng hoảng
- ◆ Chăm sóc cấp cứu tâm thần 24 giờ
- ◆ Các dịch vụ hỗ trợ về thuốc
- ◆ Dịch vụ tích hợp cho sức khỏe tâm thần và lạm dụng chất gây nghiện
- ◆ Dịch vụ hỗ trợ khách hàng và gia đình
- ◆ Chăm sóc tâm thần nội trú
- ◆ Chăm sóc người lớn cư trú
- ◆ Quản lý trường hợp và bảo hộ
- ◆ Dịch vụ cho người vô gia cư
- ◆ Câu lạc bộ Phục hồi
- ◆ Dịch vụ dạy nghề và việc làm
- ◆ Dịch vụ chăm sóc ngoại trú tại trường dành cho trẻ em
- ◆ Dịch vụ trị liệu nội trú ngắn hạn
- ◆ Điều trị ban ngày, tái hòa nhập (wraparound) và các dịch vụ hành vi trị liệu cho trẻ em
- ◆ Dịch vụ Chăm sóc Nuôi dưỡng Trị liệu



## **GIÚP GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ**

Nhóm bệnh vực hỗ trợ bệnh nhân có thể giúp đỡ nếu quý vị không hài lòng với việc chăm sóc sức khỏe tâm thần của quý vị.

Đối với các vấn đề với dịch vụ nội trú hoặc dịch vụ nội trú 24 giờ, hãy gọi:

**Chương trình vận động bệnh nhân của JFS tại (619) 282-1134 hoặc 1-800-479-2233.**

Đối với các vấn đề với bệnh nhân ngoại trú và bất kỳ loại dịch vụ sức khỏe tâm thần nào khác, hãy gọi: **đến Trung tâm Giáo dục Sức khỏe và Hỗ trợ Giáo dục Sức khỏe (CCHEA) số miễn phí 1-877-734-3258.**

## **THÔNG BÁO XÁC ĐỊNH VỀ PHÚC LỢI**

Nếu quý vị có khiếu nại về chăm sóc sức khỏe tâm thần của quý vị, muốn khiếu nại quyết định giới hạn sự chăm sóc của quý vị hoặc muốn tìm hiểu tình trạng kháng cáo hoặc khiếu nại, quý vị có thể liên hệ với một trong các cơ quan được liệt kê ở trên. Người thụ hưởng Medi-Cal có quyền truy cập vào các dịch vụ và quyền theo quy định của Tiểu bang và Liên bang.

Quý vị cũng có thể nộp đơn kháng cáo khẩn cấp khi thủ tục kháng cáo theo tiêu chuẩn có thể gây nguy hiểm nghiêm trọng đến tính mạng, sức khỏe hoặc khả năng đạt, duy trì hoặc lấy lại được chức năng tối đa.



## **CÁC SỐ ĐIỆN THOẠI HỮU ÍCH**

Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp lúc Khủng hoảng (ACL) 1-888-724-7240  
Cho người khiếm thính, gọi 711 (TTY)

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

Gọi 2-1-1 để có Thông tin & được Giới thiệu

**Mental Health America (619) 543-0412**

**Ban Quản Trị MHP (619) 563-2700**

Đường dây Khủng hoảng cho Cựu chiến binh  
**1-800-273-8255**

Đường dây Chống Tự Tử Quốc Gia  
**1-800-273-8255**

## **NGUỒN 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)  
[MentalHealth.gov](http://MentalHealth.gov)  
[Ok2Talk.org](http://Ok2Talk.org)