

어떤 경우 도움을 받아야 할까요?

- 극심한 슬픔, 절망감, 심각한 불안 또는 공황 장애, 이유 없이 자주 나는 눈물
- 충동적으로 위험하거나 이상한 행동이 하고 싶어지는 심각한 감정의 기복
- 아이의 심각한 행동 문제
- 물질 남용에 의한 정신 건강 문제
- 자살 및 자해 충동
- 소지품을 남에게 쥐버리는 행동
- 자기 자신 또는 타인을 살해하거나 해치겠다는 협박
- 보통 사람은 없다고 믿는 것을 듣거나 보게 될 때

정신 건강 응급 상황 대처 방법

- ☒ 911로 연락하거나 응급실로 찾아갑니다
- ☒ 담당 의사나 정신 건강 전문의에게 연락합니다
- ☒ 액세스 및 위기 핫라인(Access & Crisis Line)에 연락합니다: 1-888-724-7240

업무 시간 후/주말 연락처: 1-888-724-7240

어린이: 응급 선별 검진 유닛(ESU): 619-876-4502

추가 정보가 필요하신가요?

고객 권리, 민원 제기 및 항소 절차, 또는 기타 주 정부 요구 사항에 관한 보다 자세한 정보를 원하신다면, 담당 의사에게 **MHP 수혜자 핸드북(MHP Beneficiary Handbook)**을 요청하거나 www.optumsandiego.com을 방문한 후 수혜자 섹션 아래에서 온라인 버전을 받아보실 수 있습니다.

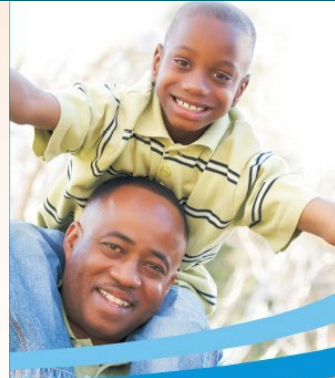
정신 건강 플랜(MHP) 특별 정신 건강 서비스

특별 정신 건강 서비스는 신체적 건강을 위한 의료 서비스와는 별도로 San Diego 카운티 정신 건강 플랜을 통해 제공되는 혜택입니다.

정신 건강 플랜은 심각하고 지속적인 정신 건강 문제를 겪고 있는 자격이 있는 성인, 노인 및 아동에게 양질의 정신 건강 서비스를 제공하기 위해 최선을 다하고 있습니다. 정신 건강 서비스는 비밀이 보장되며 모든 사람은 정신 질환으로부터 회복할 능력이 있고 실제로 회복할 수 있다는 신념을 바탕으로 합니다. 정신 건강 문제로 도움을 구하는 데는 큰 용기가 필요할 수 있지만, 전화 한 통화면 도움을 받을 수 있다는 사실을 기억해주시요.



리브 웰 샌디에고(LIVE WELL SAN DIEGO)



보다 자세한 정보나 정신 건강 문제로 도움이 필요하시다면, 무료 전화 액세스 앤 위기 핫라인(Access and Crisis Line)에 연락해주시요:

1-888-724-7240

청각 장애인은 711(TTY)

상담원이 하루 24시간, 주 7일 내내 대기하고 있으며 질문에 대답해드리고 정신 건강 치료를 위한 추천 및 자료 등을 제공해드립니다.



COUNTY OF SAN DIEGO
HEALTH AND HUMAN
SERVICES AGENCY

San Diego 카운티 감독관위원회

아래에서 접속하실 수 있습니다:

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

!

최고 행정 책임자

아래에서 접속하실 수 있습니다:

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

보건 복지국

https://www.sandiegocounty.gov/hhsa/hhsa_directors_office/index.html

행동 건강 서비스

성인/노인 및 아동, 청소년 및 가족

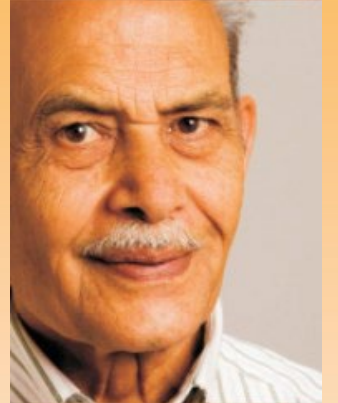
이사 Luke Bergmann, Ph.D.



www.up2sd.org

정신 건강 서비스 빠른 가이드

성인, 노인 및 아동에 대한 정신 건강 서비스 빠른 가이드



LIVE WELL
SAN DIEGO

정신 건강 플랜

특별 정신 건강 서비스

- Medi-Cal, 제한적 의료보험 또는 무보험인 사람 대상
- 어린이, 청소년, 가족, 청년, 성인 및 노인 대상
- 카운티 전역에서 이용 가능
- 문화적으로 다양한 지역사회에 적절한 케어
- 통역사 및 언어 지원 제공
- 이전 건강 플랜 제공자로부터 신규 건강 플랜 제공자까지 지속성 유지

정신 건강 플랜 아래 고객의 권리

- ◆ 본인이 이해하는 언어로 존엄성과 존중으로 치료받을 권리
- ◆ 치료 옵션과 대안에 관한 정보를 받을 권리
- ◆ 자신의 치료에 관한 결정을 내릴 권리
- ◆ MHP가 적용되는 서비스에 관한 정보를 받을 권리
- ◆ 의료 기록 사본을 요청하고 받을 수 있으며, 필요시 해당 기록을 변경하거나 수정하도록 요청할 수 있는 권리
- ◆ 특별 정신 건강 서비스를 받을 권리
- ◆ 연방 규칙에 따라 구속이나 격리로부터 자유로울 권리
- ◆ 치료를 거부할 권리

이용할 수 있는 서비스 유형

- ◆ 정신 건강 검사
- ◆ 그룹 및 개인 재활
- ◆ 그룹 및 개인 치료 요법
- ◆ 위기 중재
- ◆ 위기 안정화
- ◆ 24시간 정신과 응급처치
- ◆ 의약품 지원 서비스
- ◆ 정신 건강 및 물질 남용을 위한 통합 서비스
- ◆ 고객 및 가족 동료 지원 서비스
- ◆ 정신과 입원 치료
- ◆ 성인 요양 치료
- ◆ 사례 관리 및 후견인 서비스
- ◆ 노숙자에 대한 서비스
- ◆ 재활 클럽하우스
- ◆ 직업 및 고용 서비스
- ◆ 어린이 외래환자 학교 기반 서비스
- ◆ 어린이를 위한 당일 치료, 랩어라운드(wraparound) 및 치유적 행동 서비스
- ◆ 치유적 위탁 가정 서비스



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

문제 해결을 위한 지원

정신 건강 치료에 만족하지 못했다면 환자 옹호 프로그램에서 도움을 드릴 수 있습니다.

입원환자나 24시간 주거 서비스와 관련한 문제는 다음으로 연락해주시요:

유대인 가족 서비스 환자 옹호 프로그램(Jewish Family Services Patient Advocacy Program)
(619) 282-1134 or 1-800-479-2233.

외래환자 및 기타 다른 유형의 정신 건강 서비스와 관련한 문제는 다음으로 연락해주시요:

건강 교육 및 옹호

소비자 센터(CCHEA)

무료 전화: 1-877-734-3258.

부정적 혜택 결정 통지서(NOTICE OF ADVERSE BENEFIT DETERMINATIONS)

자신의 정신 건강 치료와 관련하여 불만이 있거나 동의하지 않는 결정에 항소하기를 원하거나 항소 또는 민원의 처리 상태를 확인하고자 한다면, 아래 목록에 제공된 기관 중 한 곳에 연락할 수 있습니다. Medi-Cal 수혜자는 주 및 연방 규정에 명시된 바에 따라 서비스와 권리를 보장받을 수 있습니다.

일반적 절차가 자신의 생명, 건강을 위태롭게 하거나 최대한의 기능을 취득, 유지 또는 회복할 능력을 저해할 수 있다고 믿는다면 항소 결정 급행 서비스를 요청할 수 있습니다.



유용한 전화번호

액세스 및 위기 핫라인: 1-888-724-7240

청각 장애인: 711 (TTY)

NAMI San Diego: (619) 543-1434

참고 자료 및 추천 서비스는 2-1-1로 전화

정신 건강 아메리카: (619) 543-0412

MHP 행정실: (619) 563-2700 재향군인 위기

핫라인: 1-800-273-8255

자살 및 위기 핫라인: 988

인터넷 참고 자료

www.sdcounty.ca.gov
www.optumsandiego.com
www.211sandiego.org
www.ssa.gov
www.ssa.gov/disability
www.MentalHealth.gov
Ok2Talk.org