

Qhia me ntsis txog kev saib xyuas thiab cov kev kho kev lwj siab rau cov me nyuam thiab cov hluas

(Overview of Mental Health Care and Treatment Options for Children and Youth - Hmong translation)

Thaum ib tug me nyuam los yog tus hluas xav tau qhov chaw muaj kev tswj los kawm tuav lawv cov kev kaj siab los yog coj tus, kuj muaj ntau txoj hau kev rau cov niam txiv los xam xyuas.

Txoj hau kev raug rau koj tus me nyuam yuav nyob ntawm seb:

- Puas muaj cov kev txhawj ceev los yog los tas li txog kev kab ntsab (safety)
- Puas muaj txoj kev kho nruj zoo tam lis kev kho mob nkeeg
- Puas yog tsev txiav txim plaub ntug tau hais kom muaj kev kho
- Tus me nyuam puas muaj lwm qhov xav tau (piv xam li hnov lus tsis zoo, laj lim qeeb los yog kev loj hlob qeeb, thiab lwm yam)
- Puas tim nyog tso tawm hauv tsev mus nyob kho rau qhov chaw ntawd

Yog koj xav tias koj yuav tau coj koj tus me nyuam mus kho nws txoj kev lwj siab rau qhov chaw kho uas muaj kev saib xyuas zoo, koj yuav tau nrog cov muab kev pab kho mob tham txog koj cov kev txhawj xeeb thiab kom lawv qhia cov kev kho uas pab tau koj tus me nyuam.

Cov kev kho rau cov niam niam txiv los xam xyuas

Kev kho nyob hauv tsev kho mob (Inpatient hospitalization)

Cov me nyuam thiab cov hluas yuav mus nyob kho rau hauv lub tsev kho mob uas muaj qhov saib xyuas nruj yog lawv muaj kev lwj siab txaus txhawj heev; qhov no yuav tshwm sim tau yog tus me nyuam muaj kev phom sij rau lawv tus kheej los yog rau lwm tus. Kev kho nyob hauv tsev kho mob yog muab kev kho lwj siab (psychiatric care) thiab tsom kwm xyuas txhua 24 teev mus rau ib lub sij hawm tsis ntev, kom txog thaum tus me nyuam feeb meej zoo lawm. Tom qab tawm hauv tsev kho mob lawm, tsev kho mob yuav qhia tsev neeg txog cov kev kho lwj siab mus ntev ntxiv, uas yuav yog teem caij mus ntsib cov kws kho kev lwj siab los yog kev kho nruj mus ntxiv, xws li hais nram qab no.

Kev mus kho hauv tsev kho mob ib nrab (Partial hospitalization)

Thaum mus kho rau hauv tsev kho mob ib nrab uas hu hais tias partial hospitalization (PHP), tus me nyuam los yog tus hluas yuav mus kho rau qhov chaw kho no 5 mus rau 6 teev ib hnuv twg, 4 mus rau 5 hnuv ib lub lis tiam twg. Cov me nyuam uas tau mus kho rau qhov chaw kho mob ib nrab yuav tau kev kho ua pab pawg thiab kho tus kheej, kev qhia kom txawj tswj tus kheej, thiab kev noj tshuaj. Qee qhov kev kho ib nrab yuav muab kev qhia ntawv ib los yog ob teev. Cov me nyuam tau kev kho mob nyob hauv qhov chaw kho mob ib nrab uas tsis tau txais kev kawm ntawv yuav tsum tau txais kev kawm ntawv los ntawm koog tsev kawm ntawv nws nyob rau lub sij hawm kho mob ntawd. Qhov yuav kho mus hov ntev ntawd yuav nyob ntawm qhov seb puas zoo zuj zus li cas nyob hauv qhov chaw kho mob no, tab sis feem ntau cov niam txiv yuav pom tau tias lawv tus me nyuam mus kho nyob rau hauv qhov chaw kho mob ib nrab no yuav yog li 4 mus rau 8 lub lis tiam.

Kev kho nruj tsis nyob hauv tsev kawm kho mob (Intensive outpatient)

Txoj kev kho nruj tsis nyob hauv tsev kho mob kuj muaj kev kho zoo tib yam li kev mus kho hauv tsev kho mob ib nrab. Kev kho ruj tsis nyob hauv tsev kho mob tsuas mus kho li ob peb teev ib hnuv twg. Cov kev kho no yuav teem kho rau yav tav su dua los yog yuav tsaus ntuj thiaj tsis cuam tshuam ntau rau tus me nyuam/tus hluas txoj kev kawm. Qee cov kev kho ruj no yuav muaj kev kawm tuav kev noj tshuaj ntxiv nrog rau kev tham txog kev lwj siab. Cov niam txiv yuav pom tias yuav tau kho mus li 3 rau 6 lub lis tiam.

Kev kho nruab hnuv (Day treatment)

Cov me nyuam thiab cov hluas uas xav tau txoj kev kho mus ntev me ntsis yuav mus kho tau rau txoj kev kho nruab hnuv. Cov kev kho nruab hnuv muab tau txoj kev kho 2 los yog 3 teev rau ib hnuv twg, cia cov me nyuam tau txais kev kawm ntawv ntau teev thaum lawv nyob hauv txoj kev kho no. Qee cov kev kho nruab hnuv kuj muaj kev kawm ntawv nrog. Lwm cov yuav hais kom koj tus me nyuam mus kawm ntawv rau hauv tsev kawm ntawv los yog lwm qhov chaw kawm uas npaj los ntawm koog tsev kawm ntawv. Yog tias qhov kev kho nruab hnuv ntawd muab kev qhia ntawv, koog tsev kawm ntawv uas tus me nyuam los yog tus hluas nyob yuav tsum muab kev thauj mus los rau lub sij hawm kawm ntawv yog tias qhov chaw kho no nyob tsis deb. Qee cov kev kho nruab hnuv kuj tseem yuav qhia muab tshuaj noj thiab.

Kev kho nyob hauv lub tsev kho (Residential treatment)

Thaum ib tug me nyuam los yog tus hluas uas kho tsis tau nyob sab nraum lawm los yog muaj kev lwj siab heev los yog coj tsis tus, yuav tau xam xyuas txoj kev kho nyob hauv lub tsev kho. Tus me nyuam yuav tawm hauv tsev mus nyob rau lub tsev kho uas muaj cov neeg tau kawm los saib xyuas tus me nyuam kom nruj. Cov tsev kho no yuav muaj cov kev kho nruj heev, nrog rau kev kawm tswj tus kheej, kev kawm ua ib pab thiab tsev neeg txoj kev kawm thiab kev kawm muab tshuaj noj tib si. Cov tsev kho no feem ntau yuav txais cov me nyuam mus nyob kho ntau lub hlis thiab muaj kev kawm ntawv los ntawm koog tsev kawm ntawv uas qhov chaw kho no nyob.

Cov kev kho txiav yeeb tshuaj (Chemical dependency programs)

Yog koj tus me nyuam los yog tus hluas pheej siv yeeb tshuaj, tej zaum koj yuav tau xam xyuas txoj kev kho txiav yeeb tshuaj. Coob tus hluas uas xav tau kev kho txiav yeeb tshuaj tseem muaj qhov xav tau los kho txoj kev lwj siab los yog coj tsis tus, li no cov kev kho no yuav muaj txoj kev kho kev lwj siab nrog. Nyob ntawm qhov tshwm sim los, thawj kauj ruam nyob hauv kev kho txiav yeeb tshuaj yog muab tshuaj los txiav kom txhob huam yees lawm xwv thiaj li yuav tig tau los kawm kev cob qhia thiab kawm kom tso tau tseg. Kev txiav tus yees yuav tshwm sim nyob hauv tsev kho mob los yog hauv qhov chaw tshuaj mob uas yuav muaj qhov caum xyuas 24 teev ib hnuv twg. Tom qab thum yees lawm, tus kws kho mob los yog tus txiav yeeb tshuaj yuav txheeb xyuas seb kev mus nyob kho/nyob rau qhov chaw kho los yog kev mus kho rov los qhov twg yuav zoo dua.

Npaj rau koj tus me nyuam tawm los ntawm qhov chaw saib xyuas thiab qhov chaw kho

Cov saib xyuas thiab cov niam txiv yuav pib npaj rho lawv tus me nyuam tawm tom qab tau coj lawv mus kho rau hauv qhov chaw saib xyuas thiab cov chaw kho kev lwm siab lawm. Yuav tau tsum kom muaj cov hom phiaj tom qab tau txheeb xyuas qhov tus menyuam xav tau rau tam sim no, nrog rau qhov kev kho no yuav kho mus ntev npaum li cas. Qhov kom paub meej tias cov niam txiv to taub thiab pom zoo nrog cov hom phiaj rho tawm los, lawv yuav tau nrog cov ua hauj lwm uas muab cov kev tu rau lawv tus me nyuam ntawd tham kom meej pem.

Txoj kev hloov tawm raug thiab npaj tau zoo los ntawm qhov chaw saib xyuas thiab txoj kev kho yog ib qho tseem ceeb thiab zoo rau tus me nyuam los yog tus hluas uas muaj kev lwj siab thiab coj tsis haum. Cov tswv yim qhia tawm rau txoj kev kho mus ntxiv yuav tsis yog tib qho uas yuav tau muab coj los xam xyuas. Kev npaj hloov tawm yuav tsum muaj cov kev txhawb uas ua rau tus me nyuam zoo taus nyob hau tsev, hauv tsev kawm ntawv, thiab nyob hauv zej zog.

Txoj kev hloov tawm raws siab xav yuav tsum muaj cov niam txiv thiab lwm tus uas yuav txhawb tau tus me nyuam los yog tus hluas tom qab tawm los lawm. Qee tus neeg tseem ceeb yuav tau koom nrog kev npaj tawm los no yuav yog:

- Cov muab kev kho kev lwj siab uas tau kho tus me nyuam thaum mus kho thiab ua ntej ntawd
- Tus tuav kev kho kev lwj siab uas lub county muab tuaj pab koj tus me nyuam
- Cov ua hauj lwm hauv tsev kawm ntawv, nrog rau tus tuav kev kawm ntawv tshwj xeeb, tus tuav kev kawm raws tshooj 504, tus tswj tsev kawm ntawv, thiab tus ua hauj lwm pab tib neeg los yog tus saib kev kawm ntawv
- Lwm tus ntawm tsev neeg uas pab txhawb koj tus me nyuam

Koom haum PACER Center tsim tau cov ntawv qhia tawm los pab cov niam txiv npaj txoj kev hloov tawm hauv qhov chaw saib xyuas thiab cov kev kho li nram no:

- [Daim ntawv PHP-c284b yog daim qhia tswv yim npaj koj tus me nyuam hloov tawm hauv cov chaw kho kev lwj siab: Cov lus teev qhia thaum los nyob hauv tsev](#)
- [Daim ntawv PHP-c284c yog daim qhia tswv yim npaj koj tus me nyuam hloov tawm hauv cov chaw kho kev lwj siab: Cov lus teev qhia thaum nyob hauv tsev kawm ntawv](#)