

## Shëndeti psikik

Në Zvicër nuk bëhet dallim midis sëmundjeve psikike dhe atyre trupore. Sigurimi bazë mbulon trajtimin e personave me sëmundje psikike te specialistët dhe qëndrimin në klinikë.

### Mbështetje dhe këshilla

Në Zvicër, për situata personale apo familjare të vështira, ka shumë profesionistë të specializuar që mund të ndihmojnë. Sigurimi bazë shëndetësor (Grundversicherung) paguan trajtimin e sëmundjeve psikike nga specialistët të njohur ligjërisht si psikiatër dhe psikiatër. Edhe qëndrimet në klinika paguhen gjithashtu. Kush ka probleme, mund të kërkojë ndihmë falas edhe në këshillimoret anonime. Në këtë drejtim, për shembull, Dora e Zgjatur (Dargebotene Hand) udhëzon përmes telefonit, postës elektronike apo bisedës në internet - chat (telefon 143, [www.143.ch](http://www.143.ch)). Por, edhe mjekja apo mjeku familjar mund të ndihmojë. Në rast se një person është në rrezik të drejtpërdrejtë për të dëmtuar veten ose dikë tjetër, duhet të vepohet shpejt. Në raste të tilla emergjente, ndihmon policia (telefoni 117).

### Fëmijët dhe të rinjtë

Për të rinjë me probleme psikike, Shërbimi Psikologjik për të Rinjë (Jugendpsychologischer Dienst) pa pagesë është një vend i parë i mirë për t'u drejtuar. Edhe prindërit që shqetësohen për fëmijët e tyre mund të paraqiten atje. Ndihma falas dhe anonime për fëmijë dhe të rinjë ofrohet nga linja e ndihmës për fëmijët dhe të rinjë (Kindernotruf) përmes telefonit, e-mail-it ose bisedës në internet (chat) (Tel. 147, [www.147.ch](http://www.147.ch)). Për emergjencë psikiatrike tek fëmijët dhe të rinjtë, është në dispozicion Ambulanta Qendrore për Fëmijë dhe të Rinjë (ZAKJ) 24 orë në ditë në numrin e telefonit 056 462 21 20.

### Sëmundjet e varësisë

Në rastet e sëmundjeve të varësisë, Qendrat Këshilluese për Varësinë ags (Suchtberatung ags) dhe Qendra Këshilluese e rajonit Baden ofrojnë ndihmë. Këto qendra ofrojnë këshilla dhe mbështetje të besueshme dhe falas. Edhe nëse ju shqetësoheni për anëtarët e familjes ose personat e afërt, mund të kontaktoni qendrat e këshillimit. Ato ofrojnë këshilla edhe në disa gjuhë të huaja. Sëmundjet e varësisë nuk përfshijnë vetëm varësinë nga alkooli ose drogat. Edhe në raste të varësive të tjera si varësia nga lojërat, varësia nga blerja, varësia nga interneti dhe në raste të çrregullimeve të të ushqyerit, këshillimoret për varësinë ofrojnë ndihmë. Pyetjet mund të bëhen edhe nëpërmjet postës elektronike.

## **Traumatizimi**

Ai/ajo që ka përjetuar gjëra të rënda në jetën e tij/saj dhe nuk mund t'i përpunojë ato, duhet të kërkojë ndihmë. Traumat janë sëmundje serioze psikike. Përveç ofertave të këshillimit dhe ndihmës për problemet dhe sëmundjet psikike, ka edhe vende për trajtime të specializuara për viktimat e luftës dhe torturës.

## **Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)**

[www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/shendeti-psiqik](http://www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/shendeti-psiqik)