Does some one you know have a mental illness
Tigrina

ናይ ኣእምሮ ሕማም ዘለዎ ትፈልጥዎ ሰብ'ዶ ኣሎ?

ሓደ-ሓደ ግዜ ሰባት ንባዕሉ-ም፣ ወይ ድማ ሓደ ውልቀ ሰብ ካብ መንጎ ቤተ-ሰብ ሕማም ርእሲ እንተሃልዩዎም ክኣምኑ ኣይደልዩን፣ ምኽንያቱ ድማ ናይ ቤተሰቦም ጽቡቕ ሽም ከይትንከፍ ብምፍራሕ ኢዩ። እንተኾነ ግን እቲ ርእሱ ሕቡም ሰበይቲ ቸኹን ሰብኣይ፣ እቲ ዘድልዮም ሕክምና ኣይገብረሉ-ምን ማለት ኣይኮነን። እንተ-ሓሰብኩሞ ኸ፣ እንድሕር ደኣ ኣብቲ ውሽጢ ቤተ-ሰብ፣ ዝኾነ ሰብ ናይ ኣካል ሕማም ምልክት እንተሃልዩዎ፣ እቶም ቤተ-ሰብ ዶ ሓኪም ብዘይ ምጽዋዕ እቲ ሰብ እንዳ ሓመመ ሱቕ ኢሎም ይረእይዎ? ብሓቂ ኣይገብሩዎን ኢዮም።

ናይ ሓንጎል ሕማም፣ ብፍጹም ዘፍርሕ ሕማም ኣይኮነን። ከም ካልእ ናይ ኣካል ሕማም (ክሕከም) ክፍወስ ዝከኣል ኢዩ። እቲ ሕክምና ከኣ መድሃኒት፣ ምቁጽጻር ውጥረትን፣ ምኽርን ዘጠቓለለ ይኸውን። ሓድሓደ ግዜ እቲ ሰብ ንቁሩብ እዋናት ኣብ ሆስፒታል ክጸንሕ የድሊ ይኸውን። ይኹን እምበር ምስቲ ሕክምና ክረድእ ዝኽእል ነገር ኣሎ። ንሱ ከኣ ለውጢ ኣብ ናይ ማሕበረ-ሰብ ኣረኣእያ ኢዩ። ናይ ኣእምሮ ሕማም ዘለዎም ሰባት ናትና ደገፍን ተቐባልነትን የድልዮም ኢዩ። ብሰንኪ ተቐባልነት ምስኣን ብዙሓት ናይ ሓንጎል ሕሙማትን ቤተ-ሰቦምን፣ ነቲ ሕማም ካብቲ ማሕበረ-ሰብ ኽሓብእዎ ይጽዕሩ። እዚ ከኣ ኣብቲ ቤተ-ሰብ ተጎጽሎ ስለዘስዕብ ነቲ ሕማም እውን ከምዝገድድ ይገብሮ።

ርእይቶና ንምልዋጥ እቲ ናይ መጀመርያ ስጉምቲ ኣምበኣር፣ ናይ ኣእምሮ ሕማም ብዝበለጸ ምርዳእ ኣድላዪ ኢዩ። ልክዕ ከምቲ ናይ ኣካል ሕማም፣ ናይ ኣእምሮ ሕማም እውን (ብኣጠቓላሊ ካብ ሓሙሽተ ሰባት ንሓደ ሰብ ኣብ ሂወቱ ክጥቅዖ ዝኽእል) ካልኦት ዝተፈላለዩ ጸገማት ዝሓቖፈ ኢዩ። ገለ ካብኣቶም ከም ከቢድ ሕማም ኣእምሮ ማለት ስኪዞፍረንያ (schizophrenia) ን, ናይ ዕብዳን ውጥረትን ብጣዕሚ ከቢድ-ቲ ዝበሃሉ ዘኾኑ ክሉ-ዉ፣ ካልኦት ብብዝሒ ዝረኣዩ ከም ጭንቀት ማለት ማኒያክ ዲፐረሽን (maniac depression) ኩቱር ፍርሓትን (phobia) ዝኣመሰሉ ከኣ እቶም ቅልል ዝበሉ ኢዮም።

ናይ ኣእምሮ ሕማም ምስ ናዕቢ ከምዝተኣሳሰር ገርም ዝወስዱዎ ካብ ዘይብቑዕ ፍልጠት ዝመንጩ ሓደ-ሓደ ናይ ማሕበረሰብ ግጉይ ኣረዳድኣ ኣሎ። እንተኾነ ግን ናይ ኣእምሮ ሕማም ዘሎዎም ሰባት ካብቶም ካልኦት ሰባት ዝያዳ ናዕቢ ክህልዎም ኣይክእልን ኢዩ። ካልኦት ድማ፣ ንናይ ሓንጎል ሕማም ጠንቂ ካብ ናይ ሰብኣዊ መንነት ድኽመት ዝመጽእ ኢዩ ይብሉ፣ እንተኾነ ኣዙይ እውን ሓቂ ኣይኮነን ልክዕ ከም ናይ ሽኮር ሕማም ዝመጽእ ኢዩ እምበር፣ ናይ ካልእ ጌጋ ኣይኮነን። ናይ ኣእምሮ ሕማም ዘለዎም ሰባት ንግብረ-ሲጋዊ ርክባት ርቡሻት (sexually disturbed) ኢዮም ዝበሃል እውን እንተኾነ ጨሪሱ ሓቅነት የብሉን፣ መብዛሕትኦም ናይ ግብረ-ስጋ በደልቲ ናይ ሓንጎል ሕሙማት ኣይኮኑን።

እምበኣርከስ ኩላትና ነቲ ናይ ማሕበረ-ሰብ ኣረኣእያ ንምቕያር ብዙሕ ዝሰራሕ ክንሕግዝ ንኽእል፣

- ናይ ኣእምሮ ሕማም ከምቲ ካልእ ናይ ጥዕና ጸገም፣ ሓደ ገርካ ንምርኣይ ምምሃር። ከምኡ ውን ሓደ ሰብ እንተድኣ ዘይተለምደ ባህርይ ኣርእዩ ናይ ሓንጎል ሕማም ክኸውን ከምዝኽእል፣ ልክዕ ከምቲ ምስዓል ናይ ጉንፋዕ ምልክት ገርና ንቕበሎ። እቲ ሰብ ስለምንታይ ዘይተለምደ ባህርይ ከምዘርኣየ ምእንታን ክንርድእ ብዛዕባቲ ሕማም በዙሕ ክንምሃር ምጽዓር።
- ነቶም ብናይ ኣእምሮ ሕማም ዝተተንከፉ ሰባት ማለት ሕዑናኹቶም። ኣህግዶም፣ ጎረባብቶም ይኹኑ ወላ መሳርሕትናን ሕውነታዊ ዝምድና ብምፍጣርን ዘይትኣደነ ደገፍ ብምሃብን ምትሕብባርን።
- ኣእምሮኦም ዝሓመሙ ሰባት ይኹኑ ወላ ስድራቤቶም፣ ሓገዝ ንኽሓቱ ምትብባዕ።

The material in this brochure has been adapted from documents produced by NSW Multicultural Health Communication Service.

This brochure can be reproduced as required.

Canadian Mental Health Association- Edmonton Region Phone (780) 414-6300 www.cmha-edmonton.ab.ca
Edmonton Mennonite Centre for Newcomers Phone: (780) 424-7709 www.emch.ab.ca
Multicultural Health Broker Co -op Phone (780) 423-1973