কর্ম পরিকল্পনা

আপনাকে আজ দেখেছেন (তারিখ) ....

যার নাম: ....

কাজের পদবী: ....

আপনার পরিকল্পনা: ....

সার্ভিস ব্যবহারকারী, সহায়তাকারী এবং কেয়ারারদের জন্য তথ্য সম্বলিত লিফলেট

মতামত

আপনার দেওয়া যে কোন পরামর্শকে আমরা স্বাগত জানাই। অনুগ্রহ করে আপনার মন্তব্য, ভাবনা, প্রশংসা এবং অভিযোগ এখানে পাঠান:

কাস্টমার রিলেশন:

টেলি: 0800 953 0045

ইমেইল: bsmhft.customerrelations@nhs.net

গোপনীয়তা

পরিষেবাটির অধীনে থাকা তথ্যাবলী বার্মিংহাম এবং সোলিহুল মেন্টাল হেলথ এনএইচএস ফাউন্ডেশন ট্রাস্টের গোপনীয়তা নীতি অনুযায়ী সংরক্ষণ করা হয়, যা **www.bsmhft.nhs.uk** ওয়েবসাইটে পাওয়া যায়। আরও তথ্য পেতে চাইলে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

আরো তথ্য

আরও তথ্যের জন্য, আমাদের ওয়েবসাইট **www.bsmhft.nhs.uk** এ যান।

রেফারেন্স: RA0001B-122019 • পর্যালোচনার তারিখ: ডিসেম্বর 2022

NHS
Birmingham and Solihull Mental Health
NHS Foundation Trust

লিয়াজোঁ সাইকিয়াট্রি সার্ভিস

সার্ভিস ব্যবহারকারী, সহায়তাকারী এবং কেয়ারারদের জন্য তথ্য সম্বলিত লিফলেট

লিয়াজোঁ সাইক্রিয়াট্রি সার্ভিস কী?

লিয়াজোঁ সাইক্রিয়াট্রি বার্মিংহাম এবং সোলিহুল মেন্টাল হেলথ এনএইচএস ফাউন্ডেশন ট্রাস্টের (বিএসএমএইচএফটি) অধীনে পরিচালিত একটি বিশেষায়িত মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবা। আমরা রোগীদের মূল্যায়ন, রোগনির্ণয় এবং তাদের চিকিৎসায় সহায়তা করতে বিভিন্ন হাসপাতালে কাজ করি।

পরিষেবাটি কী প্রদান করে?

আমরা 16 বছর বা তার বেশি বয়সী মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা সম্বলিত রোগীদের জন্য আমরা সহানুভূতিশীল, ব্যক্তি-কেন্দ্রিক এবং বাছ-বিচার ছাড়া পরিষেবা প্রদান করি, যারা এএন্ডই -তে আছেন কিংবা হাসপাতালে ভর্তি রয়েছেন। আমরা অন্যান্য পরিষেবাগুলি যেমন চেঞ্জ গ্রো লাইভ (Change Grow Live) (সিজিএল) যারা সব বয়সী প্রাপ্ত-বয়স্কদের সাথে কাজ করার ক্ষেত্রে অভিজ্ঞ তাদের সাথে কাজ করি।

মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা কেন গুরুত্বপূর্ণ?

মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা গুরুত্বপূর্ণ হবার কারণ:

- প্রতি 4 জনের মধ্যে 1 জন তাদের জীবনে কিছুটা হলেও মানসিক স্বাস্থ্যের ভিন্ন অভিজ্ঞতা অর্জন করবে
- মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা যেমন হতাশা, উদ্বেগ, অ্যালকোহল আসক্তি এবং স্মৃতি জনিত সমস্যা জেনারেল হাসপাতালগুলোতে খুবই সাধারণ। গবেষণায় দেখা গেছে তাদের অধিকাংশেরই স্বীকৃতী বা চিকিৎসা দেওয়া হয় না
- একটি জেনারেল হাসপাতালে ভর্তি হওয়া প্রতি 3 জনের মধ্যে 2 জন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তির ভর্তির সময় মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা থাকতে কিংবা সৃষ্টি হতে পারে
- চিকিৎসা বিহীন মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যাগুলি হাসপাতালে দীর্ঘ সময়ের জন্য ভর্তির কারণ হতে পারে এবং সামগ্রিক শারীরিক স্বাস্থ্যের আরও অবনতির কারণ হতে পারে।

আমি কীভাবে এই সার্ভিসটি পেতে পারি?

আপনার দায়িত্ব নেওয়া হাসপাতালের কর্মীর মনে হতে পারে যে দলটির কোনও একজন সদস্যের সাথে দেখা করা আপনার জন্য উপকারী হবে। তারা সাধারণত আপনার সাথে প্রথমে এটি নিয়ে আলোচনা করবে।

আমাকে রেফার করার পরে কী হবে?

প্রাথমিকভাবে মূল্যায়ন করার জন্য আমরা আপনাকে দেখতে যাব। উক্ত সময়ে, আপনার থাকা কোনও উদ্বেগ নিয়ে আমরা আলোচনা করবো। আপনাকে সহায়তার জন্য আপনার সাথে পরিবারের সদস্য বা সাহায্যকারীও থাকতে পারেন।

আমরা একসাথে কাজ করবো যাতে আপনার আর কী সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে এবং পরিচর্যার জন্য একটি পরিকল্পনা তৈরি করবো। এটি এই লিফলেটে উল্লেখিত কর্ম-পরিকল্পনা অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

আপনি হাসপাতালে থাকাকালীন আমরা নিয়মিতভাবে আপনাকে এবং আপনার চিকিৎসক দলকে সহায়তা এবং পরামর্শ দিব। আপনি যখন হাসপাতাল থেকে অব্যাহতি পাবেন তখন আপনার প্রয়োজনমত আমরা আরও সহায়তার ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারি।

আমরা আপনার জিপিকে অনুমোদিত কর্মপরিকল্পনা সম্পর্কে অবহিত করবো এবং যেখানে প্রয়োজন বা আপনার অনুমতি নিয়ে অন্যান্য স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারদের সাথে কথা বলব।

পরিষেবাটি কারা পরিচালনা করে?

এই দলটি নার্স, মনোরোগ বিশেষজ্ঞ এবং মনোবিজ্ঞানীদের সমন্বয়ে গঠিত।

সহায়ক নম্বর এবং ওয়েবসাইটসমূহ*

সিটিজেন অ্যাডভাইস ব্যুরো (Citizen's Advice Bureau)

03444 111 444

www.citizensadvice.org.uk

ন্যাশনাল ডেব্টলাইন (National Debtline)

0808 808 4000

www.nationaldebtline.org

রিচ আউট রিকভারি (Reach Out Recovery) - ঘরোয়া নির্যাতন, গৃহহীনতা এবং মাদকাসক্তির জন্য সহায়তা

0121 227 5890

www.changegrowlive.org

www.aquarius.org.uk

রিলেইট (Relate) - দ্য রিলেশনশীপ পিপল

0300 100 1234

www.relate.org.uk

ফ্র্যাংক (FRANK) - মাদকের গোপনীয় তথ্য এবং পরামর্শ

0300 123 6600

www.talktofrank.com

আলঝাইমারস সোসাইটি (Alzheimer's Society)

0300 222 1122

www.alzheimers.org.uk

এইজ ইউকে (Age UK)

0800 055 6112

www.ageuk.org.uk

কেয়ারার্স ডাইরেক্ট (Carers Direct)

0300 123 1053

www.nhs.uk/carersdirect

সামারিটান্স (Samaritans) - অনুভূতি সংক্রান্ত সহায়তা পরিষেবা

ফ্রিফোন: 116 123

www.samaritans.org

মাইন্ড (MIND) - মানসিক স্বাস্থ্যের দাতব্য

0300 123 3393

www.mind.org.uk

ক্রুজ (CRUSE) - শোককালীন যত্ন

0808 808 1677

www.cruse.org.uk

শেল্টার (Shelter) – বার্মিংহাম

0344 515 1800

www.englan.shelter.org.uk

ফরোয়ার্ড থিংকিং বার্মিংহাম (Forward Thinking Birmingham)

0300 300 0099

www.forwardthinkingbirmingham.org.uk

সিফা ফায়ারসাইড (Sifa Fireside)

0121 766 1700

ওয়েস্ট মিডল্যান্ডস অঞ্চলে পরিষেবার জন্য অনুসন্ধান করুন

Visit: www.the-waitingroom.org

অন্যথায়, ডানদিকে আপনার স্মার্ট ফোনে স্বাস্থ্য এবং সুস্বাস্থ্যের পরিষেবা অনুসন্ধান করার জন্য কিউআর কোডটি স্ক্যান করুন

লিফলেট 9 পার্টনার জোন লিয়াজোঁ সাইক্রিয়াট্রি সার্ভিস থেকে অনুরোধক্রমে পাওয়া যাবে বা এটি **.www.bsmhft.nhs.uk** থেকে ডাউনলোড করা যেতে পারে।

* তালিকাভুক্ত বাহ্যিক সংস্থাগুলি বিএসএমএইচএফটি স্বতন্ত্র এবং কেবলমাত্র তথ্যের উদ্দেশ্যে সরবরাহ করা হয়েছে। এই সংস্থাগুলির দ্বারা প্রদত্ত কোনও পরামর্শ বা চিকিৎসার জন্য বিএসএমএইচএফটি দায়বদ্ধ হবে না।