Text

Description automatically generated

HINDI

लीड्स समुदाय

प्रसवकालीन मानसिक स्वास्थ्य दल

रोगियों, देखभाल करने वालों और परिवार के सदस्यों के लिए सूचना



लीड्स सामुदायिक प्रसवकालीन मानसिक स्वास्थ्य दल में आपका स्वागत है

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **हम कौन है?**  दल महत्वपूर्ण मानसिक स्वास्थ्य का अनुभव करने वाली महिलाओं को विशेषज्ञ देखभाल प्रदान करता है  गर्भावस्था, प्रसव और बच्चे के जन्म के बाद के पहले वर्ष (जिसे प्रसवकालीन अवधि भी कहा जाता है) से संबंधित कठिनाइयाँ। हम एक बाह्य रोगी के आधार पर विभिन्न प्रकार के उपचार और सहायता विकल्पों की पेशकश कर सकते हैं।  **सेवा किसके लिए है?**  प्रसवकालीन मानसिक स्वास्थ्य कठिनाइयाँ बहुत आम हैं और कई महिलाओं के लिए इनका प्रबंधन उनके जीपी, स्वास्थ्य आगंतुक या स्थानीय परामर्श सेवाओं के माध्यम से करना संभव है। हमारा दल अधिक जटिल कठिनाइयों वाली महिलाओं की देखभाल करेगा या जब उपरोक्त सेवाओं ने उनकी कठिनाइयों का समाधान नहीं किया है।  हमारे दल को देखने से आपको लाभ हो सकता है यदि:   * आपके जीपी या प्रसूति दल को लगता है कि आप वर्तमान में मानसिक स्वास्थ्य संबंधी कठिनाइयों का सामना कर रहे हैं जो विशेषज्ञ सहायता से लाभान्वित होंगे * आपके पास गंभीर मानसिक स्वास्थ्य कठिनाइयों का इतिहास है और आप गर्भधारण की योजना बना रहे हैं या गर्भवती हैं | * \*आपके पास द्विध्रुवी विकार या प्रसवोत्तर मनोविकृति जैसी गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का पारिवारिक इतिहास रहा हो। ये स्थितियां गर्भावस्था के दौरान या प्रसव के बाद आपके अस्वस्थ होने के जोखिम को बढ़ा सकती हैं।   **\*प्रसवोत्तर मनोविकृति क्या है:** यह एक दुर्लभ लेकिन गंभीर विकार है जिसमें सोच में बदलाव (भ्रम) या असामान्य अनुभव (चीजों को सुनना या देखना), भ्रम, गंभीर चिंता, अति-गतिविधि और व्यवहार में परिवर्तन शामिल हो सकते हैं। यह बहुत इलाज योग्य है लेकिन इसकी गंभीरता के कारण अस्पताल में प्रवेश आमतौर पर आवश्यक होता है।  **मैं सेवा तक कैसे पहुँच सकता हूँ?**  आपको अपने जीपी, दाई, स्वास्थ्य आगंतुक, प्रसूति रोग विशेषज्ञ, मनोचिकित्सक या सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य दल सहित एक स्वास्थ्य पेशेवर द्वारा दल में भेजा जा सकता है। क्षमा करें, लेकिन हम स्व-संदर्भ स्वीकार नहीं कर सकते।  **मैं कब तक देखने के लिए इंतजार करूंगा?**  यदि जरूरी हो तो हम 48 घंटों के भीतर सन्दर्भ देखने का लक्ष्य रखते हैं या अगर यह कम जरूरी है तो 14 दिन के भीतर। हम सोमवार से शुक्रवार तक कार्यालय समय के दौरान आकलन के लिए माताओं को देखते हैं। | | |
| **मैं क्या उम्मीद कर सकता हूँ?**  एक मानसिक स्वास्थ्य पेशेवर आपके साथ एक प्रारंभिक मूल्यांकन पूरा करेगा जो आमतौर पर माउंट एनेक्सी भवन में होगा जहां हम स्थित हैं। यह लगभग 90 मिनट तक चलेगा। यहाँ यदि आपको अपने मुलाकात में शामिल होने में कठिनाई हो रही हो तो एक होम विजिट की व्यवस्था की जा सकती है।  ये मुलाकात आपके लिए किसी भी मौजूदा कठिनाइयों पर चर्चा करने और हमारे लिए कुछ पृष्ठभूमि जानकारी हासिल करने का एक अवसर हैं जो एक संयुक्त समझ में आने के लिए आपको पुन: प्राप्त करने में मदद कर सकती है।  अगर यह महसूस किया जाता है कि आपके लिए हमारा दल सबसे उपयुक्त नहीं है, तो हम अन्य उपयोगी सेवाओं पर चर्चा करेंगे जो आपकी मदद करने में सक्षम हो सकती हैं।  **मैं अपने साथ कौन और क्या ला सकता हूँ?**  आप अपने साथी, रिश्तेदार या मित्र को अपने साथ ला सकते हैं। हम आपको अपने बच्चे को अपनी मुलाकात में लाने के लिए प्रोत्साहित करेंगे। बड़े बच्चों के नजदीक कठिन मुद्दों पर चर्चा करना अक्सर उचित नहीं होता है और उनके लिए बच्चों के देखभाल की वैकल्पिक व्यवस्था की जानी चाहिए। यदि आप गर्भवती हैं तो कृपया अपने हाथ से पकड़े हुए मातृत्व नोट लाएँ।  साझेदार और परिवार के सदस्य (आपकी सहमति से) आपकी देखभाल, उपचार और छुट्टी की योजना के बारे में चर्चा और निर्णय में शामिल हो सकते हैं। | | **आगे क्या होता है?**  अगर यह तय हो जाए कि हम आपके लिए जो प्रस्ताव लाये हैं सही है, हमारे दल के एक सदस्य को आपको आवंटित किया जाएगा जो आपकी ज़रूरतों को पूरा करने के लिए एक देखभाल योजना पर सहमत होने के लिए आपके साथ काम करेगा। हम विभिन्न प्रकार के समर्थन विकल्प प्रदान करते हैं जिनमें शामिल हैं:   * भावी देखभाल योजना और सहायता को सूचित करने के लिए अन्य पेशेवरों के साथ संपर्क सहित एक पूर्ण मूल्यांकन * पूर्वधारणा परामर्श * प्रसवकालीन अवधि में देखभाल योजना और समन्वय * गर्भावस्था और स्तनपान में दवा के जोखिमों और लाभों पर विशेषज्ञों की सलाह * शिशु मालिश और संवेदी खेल सहित नर्सरी नर्स सत्र * वीडियो-वार्तालाप मार्गदर्शन-लगाव और संचार में सुधार के लिए एक माँ शिशु हस्तक्षेप * सामूहिक कार्य * पारिवारिक कार्य * साथियों का समर्थन * सहयोगी का समर्थन * युवा देखभालकर्ताओं का समर्थन, और * मनोवैज्ञानिक उपचार जैसे भावपूर्ण उपचार। |
|  | |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **क्या मेरी हर बात गोपनीय रखी जाएगी?**  आप अपने, दल और अन्य शामिल पेशेवरों के बीच किसी भी मूल्यांकन और उपचार योजना के विवरण गोपनीय रहने की उम्मीद कर सकते हैं।  यदि आप गोपनीयता और अपने बारे में रखी गई जानकारी के बारे में अधिक जानना चाहते हैं, तो कृपया 'आपकी व्यक्तिगत जानकारी' पत्रक देखें। हम इसका उपयोग कैसे करते हैं और कैसे इसे गोपनीय रखते हैं?'  या हमारी वेबसाइट पर जाएँ और हम आपके बारे में जानकारी का उपयोग कैसे करें, अनुभाग पढ़ें।  **इलाज के लिए सहमति**  उपचार के लिए सहमत होने से पहले यह महत्वपूर्ण है कि आप किसी भी जोखिम, लाभ और विकल्पों को समझें। यदि आप अपनी सहमति देने के बारे में अनिश्चित महसूस करते हैं तो कृपया अधिक जानकारी के लिए कर्मचारी के किसी सदस्य से पूछें।  **क्या होगा यदि मेरे पास सामुदायिक दल के बारे में कोई टिप्पणी, सुझाव, प्रशंसा या शिकायत है?**  हमारी सेवा को बेहतर बनाने में हमारी मदद करने के लिए किसी भी प्रतिक्रिया, सकारात्मक या नकारात्मक, की सराहना की जाती है। आप दूसरी राय के भी हकदार हैं।  आप हमें प्रतिक्रिया दे सकते हैं या दूसरी राय का अनुरोध कर सकते हैं:   * आपकी देखभाल में सीधे तौर पर शामिल लोगों से बात करना। | * हमारी रोगी सलाह और संपर्क सेवा (PALS) से **0800 0525790** पर संपर्क करना या **pals.lypft@nhs.net** पर ईमेल करना।   यदि आप कोई शिकायत करना चाहते हैं, तो कृपया हमारे शिकायत विभाग को 0800 052 5790 पर कॉल करें।  **हमें कैसे ढूंढें और कैसे हमसे संपर्क करें?**  हमारा पता है:  **प्रसवकालीन मानसिक स्वास्थ्य सेवा**  Parkside Lodge  16 Stanningley Road  Armley  Leeds  LS12 2AE  दूरभाष: **0113 855 5505**  यदि आप अपनी मुलाकात के लिए गाड़ी चला रहे हैं तो कृपया ध्यान दें कि अगले दरवाजे पर माउंट यूनिट में विकलांग पार्किंग बे सहित बहुत सीमित कार पार्किंग है। यदि कोई स्थान उपलब्ध नहीं है तो आस-पास की सड़क पर पार्किंग निःशुल्क है जो 2 घंटे तक सीमित है।  घंटों में (शाम 5 बजे - 9 बजे) और आपात स्थिति में, कृपया संकट आकलन सेवा से **0800 1831 485** पर संपर्क करें।  **कृपया प्रसवकालीन मानसिक स्वास्थ्य सेवा से संपर्क करें यदि आपको अन्य सुलभ प्रारूपों जैसे कि सांकेतिक भाषा या किसी अन्य भाषा में इस पत्रक की आवश्यकता है।** |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **क्या आप यह जानकारी किसी वैकल्पिक प्रारूप में चाहेंगे?**  इस दस्तावेज़ के अनुवाद के लिए, एक दुभाषिया, एक सांकेतिक भाषा, व्याख्या या एक संस्करण:  ब्रेल या बड़ा प्रिंट या ऑडियो या आसानी से पढ़ने योग्य  कृपया व्याख्या और अनुवाद सहायता दल से 0113 85 56418/9 या translation.lypft@nhs.net पर संपर्क करें। |