# መረጃ ለተጠቃሚዎች – መብትዎን ይወቁ

**ግንቦት/May 2025 ዓ›ም**

የግዴታ የኣእምሮ ህክምና የሚሰጣቸው ግለሰቦች በቪክቶሪያን የኣእምሮ ጤና እና ደህንነት ህግ 2022 መሰረት የተለያዩ መብቶች አሉዋቸው። እነዚህም የሚከተሉትን ያካትታሉ፡

* **በግዴታ ትእዛዝ ስር የሚቀመጡበትን ምክንያት ለምን እንደሆነ ገለጻ የማግኘት።**
* ህክምናዎን በተመለከተ ውሳኔ የማድረግ **ችሎታ አለዎት ተብሎ የመታሰብ መብት**። ይህም ሲዘረዘር እንደሚከተለው ነው።
* የህክምና እርዳታ ለማግኘት ያለዎትን ስምምነት በተቻለ ሁሉ አጋጣሚ መጠየቅ አለብዎት።
* ይህን ውሳኔ ለማካሄድ ኣቅም እስካልዎት ድረስ የኤሌክትሮኮንቮልሲቭ ህክምናን (ECT) ያለመቀበል መብት ይኖርዎታል።
* ስለ የአእምሮ ጤናዎን ግምገማ፣ ህክምና እና ማገገምን በተመለከተ **ውሳኔ የመስጠት ሂደት የመሳተፍ እና የመሳተፍ** መብትዎን ለመጠቀም ድጋፍ የማግኘት መብት አልዎት። ከእነዚህም መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል፡
* ያለዎትን ሀሳብ እና ምርጫዎት እንዲከበር ማድረግ፤
* ከልክ ያለፈ ተጽእኖ ሳይደረግብዎ ወይም ውሳኔ ለማድረግ ሳይገደዱ ምክንያታዊ የሆነ ጊዜ እንዲሰጥዎት፤
* የህክምና አማራጮችዎን ከስነ-አእምሮ ሀኪምዎ ጋር ለመወያየት አጋጣሚ መፍጠር፤
* ሌላ ተጨማሪ ምክር ወይም እርዳታ ለማግኘት ድጋፍ ማግኘት።
* ውሳኔ ለማድረግ እና ለመሳተፍ፤ መረጃ እና መብቶችዎን ለመረዳት እንዲሁም አስተያየትዎን፤ ምርጫዎን ጥያቄዎን፤ ወይም ውሳኔዎን ለመግለጽ ይችሉ ዘንድ **አስፈላጊውን ድጋፍ ማግኘት አለብዎት**።
* ከቤተሰብዎ አባላት፣ ከዘመዶችዎ፣ ከቅርብ ጓደኞችዎ፣ ከተንከባካቢዎ፣ ከደጋፊዎችዎ ወይም ከተወካይዎ ጋር በሚመርጡት ቋንቋ፤ አመቺ በሆነ ቦታ፤ ለህዋሳት ስሜትዎ **በሚስማማና በቂ ስፋት ባለው ቦታ በመገናኘት የመነጋገር**;
* **ስለ ህክምናዎት በቂ ማብራሪያ ያግኙ**፤ ማብራሪያው የሚያካትተው፡
* ስል ማንኛውም የታቀደ ህክምና፤ ዓላማው፤ ጥቅሙን እና ጉዳቱን ጨምሮ (ለምሳሌ፡ እንደ የአደጋ ስጋቶች ወይም ሊከሰት የሚችል ጉዳት)
* ጥቅማቸውንና ጉዳታቸውን ጨምሮ ማንኛውንም ሌላ ዓይነት ህክምና ያካተተ።

ይህ መረጃ በቀላሉ ለመረዳትና ጥያቄዎቻችዎን ለማስተናገድ በሚያስችል መንገድ ሊሰጥዎት ይገባል። ይህን መረጃ በጽሁፍ ተደርጎ እንዲሰጥዎት ለመጠየቅና አስፈላጊ ሆኖ ከተገኘ አስተርጓሚ መጠየቅ ይችላሉ።

* **ለእርስዎ በተወሰነ መጠን ለአደጋ የሚያጋልጥ ህክምናና ማገገምን በተመለከተ ምርጫዎ መውሰድ ኣለብዎት።**
* **ኣነስተኛ ገዳቢነት ያለውና በጣም ያነሰ የመገደብ አካሄድ የተከተለ ህክምና የማግኘት መብት አለዎት።** የህክምና ምርጫዎን፣ የማገገም ግብዎንና አማራጭ ሌላ ህክምናዎችን የመውሰድ ጉዳይ ግምት ውስጥ ያስገባሉ።
* በኣነስተኛ ገደብ ህክምና አቀራረብ ማለት ከእርስዎ ሁኔታ ጋር በሚስማማ መንገድ **በተቻለ መጠን ብዙ ነጻነት** የሚሰጥ ማለት ነው። ለአንድ ግለሰብ ገደብ የሆነበት ለሌላው ሰው ገደቡ ሆኖ ላይታይ ይችላል።
* ሆስፒታል ገብተው መታከም የሚችሉት፤ **በማህበረሰቡ ውስጥ ህክምና ማግኘት ካልቻሉ ብቻ ነው**።
* በግዳጅ ህክምና **የሚደርሰው ጉዳት** ከጥቅሙ በላይ ይሆናል ተብሎ ከተገመተ ትእዛዝ ሊወጣ አይገባም።
* **የመገለል እና የመታገት እርምጃ የሚወሰደው** ምክንያታዊ የሆኑ እምብዛም ገዳቢ ያልሆኑ አማራጮች ከተሞከሩ ወይም ከታዩ በኃላ ብቻ ነው።
* **የደህንነት እና የመከባበር ስሜት ይኑርዎ**። የሚከተሉትን ያካተተ ይሆናል።
* የጾታ መለያዎን፡ ወሲባዊ መግለጫ፤ ጾታ፤ ጎሳ/ ዘር፤ ቋንቋ፤ ሃይማኖት (እምነትን ወይም መንፈሳዊነትን ጨምሮ)። መደብ/ክፍል፤ ማህበራዊ ኢኮኖሚ ሁኔታ፤ እድሜ፤ የአካል ጉዳተኛነት፤ የኒሮ ብዝሃነት፤ ባህል፤ የመኖሪያ ሁኔታ፤ እና ጂኦግራፊያዊ ጉዳት እውቅና መስጠትና ተገቢውን ምላሽ የመስጠት ሁኔታ፤
* የህክምና እና **ሌሎች የጤና ፍላጎቶችዎ** እውቅና እና መፍትሄ እንዲያገኙ
* **ክብርዎን፣ የራስዎን ነጻነትና መብት** እንዲከበሩና እንዲበረታቱ ለማድረግ;
* **ለማገገም** እና በማህበረሰብ ህይወት ውስጥ ሙሉ ተሳትፎ ለማድረግ የሚደገፉ የአእምሮ ጤና እና ደህንነት አገልግሎቶችን ማግኘት።
* **የፈርስት ኔሽንስ/ First Nations** ማህበረሰብ አባል ከሆኑ ለልዩ **ባህልና ማንነትዎ** እውቅና ማግኘትና መከበር እንዳለበት ማረጋገጥ። ከነዚህም ውስጥ የሚካተት፡
* **በራስ-መወሰንዎን** የሚደግፍ ግምገማ እና ህክምና የማግኘት መብት
* ከቤተሰብ፣ ከቅርብ ዘመድ፣ ከማህበረሰብ፣ ከሀገርና ከውሃ ጋር ያለዎት **ግንኙነት** የመከበር
* *በአእምሮ ጤና እና ደህንነት ኣንቀጽ ህግ/**Act 2022* ላይ እንደተገለጸው **መብትዎን በተመለከተ ዝርዝር መረጃ** ከአእምሮ ጤና እና ደህንነት አገልግሎት **ማግኘት** ይችላሉ። ይህም የሚከተሉትን ያካትታል፤
* በትክክለኛው ጊዜ **በጽሑፍ የሰፈረ መግለጫ** እና **የቃል ማብራርያ**
* በተቻለ መጠን ለሚቀርብልዎት **ጥያቄዎች የተሟሉና ግልጽ የሆኑ መልስ** ለመስጠት ጥረት ያድርጉ።
* **የእርስዎ የጤና እና ግላዊ መረጃ በትክክል እና አክብሮት በተሞላበት መንገድ የተመዘገበ ስለመሆኑ ማረጋገጥ፡**
* በጤና መረጃዎ ላይ **ማስተካከያ** መጠየቅ ይችላሉ።
* የአእምሮ ጤና እና ደህንነት አገልግሎት ጥያቄዎትን የማይቀበል ከሆነ የሚፈልጉትን ለውጦች የሚያብራራ **የጤና መረጃ ጽሁፋዊ መግለጫ** መስጠት ይችላሉ። ይህ መግለጫ በፋይልዎ ውስጥ መካተት አለበት።
* ስለ አእምሮ ጤና ህክምና፣ እንክብካቤ እና የሚፈልጓቸው ድጋፎች **የሚያብራራ ምርጫዎትን ያሰፈረ መግለጫ አስቀድመው ያስፍሩ፡**
* የእርስዎ ስነ-ኣእምሮ ሀኪም ያለዎትን ፍላጎቶች ህክምና ግምት ውስጥ ማስገባት አለበት
* የስነ-አእምሮ ሀኪምዎ በመግለጫዎ ውስጥ የተዘረዘሩትን ተመራጭ ህክምና ካልተከተሉ በ10 የሥራ ቀናት ውስጥ በጽሁፍ አማካኝነት ማብራሪያ መስጠት ይኖርበታል።
* እርስዎን የሚረዳ፣ በሚያስፈልግዎት ነገሮች ለርስዎ ጠበቃ የሚሆን፣ መረጃ እንዲያገኙ የሚረዳዎትና መብትዎን እንዲጠበቅ የሚያስችልዎ **ድጋፍ ሰጪ ግለሰብ መሰየም ይገባዎታል።**
* በእርስዎ የተመረጠ ድጋፍ ሰጪ ግለሰብ አንዳንድ ጊዜ ስለ ህክምናዎ ማወቅ አለበት።
* **ሁለተኛ የስነ-አእምሮ አስተያየት ፍለጋ፡**
* በአሁኑ ጊዜ ህክምና ከሚያገኙበት የሆነ ስነ-አእምሮ ሀኪም የጤና እና ደህንነት አገልግሎት ያካተተ ወይም በነጻ ከሚገኘው ሁለተኛ የስነ-አእምሮ ፍላጎት ገለልተኛ የሃሳብ አገልግሎት ለማግኘት ይችላሉ።
* የስነ-አእምሮ ሀኪምዎ በሁለተኛ የስነ-ኣእምሯዊ አስተያየት የተጠቀሱትን ለውጦች በሙሉ ተግባራዊ እንዳይሆን ከደገፉ ላቀረቡት የውሳኔ ሃሳብ ማብራሪያ መስጠት ይኖርባቸዋል። ይህን የጽሁፍ ማብራሪያ በ10 የስራ ቀናት ውስጥ ማግኘት ይኖርብዎታል። በተጨማሪም ዋናው የስነ-አእምሮ ሀኪም ህክምናዎን እንደገና እንዲመረመሩ የመጠየቅ መብት አለዎት።
* **የሀሳብ ልውውጥ በማድረግ ረገድ እገዛ ማድረግ።** በሆስፒታል ውስጥ እያሉ ለደህንነትዎ ሲባል አስፈላጊ የሆነ የሀሳብ ልውውጥ የማድረግ መብትዎ ሊወሰን ይችላል።
* የሀሳብ ግንኙነትዎ የተገደበ ከሆነ ይህ በጽሑፍ መቀመጥ አለበት።
* ይሁን እንጂ **ከህግ ጠበቃ፣ ከአእምሮ ጤና ወኪል/ጠበቃ፣ ከአእምሮ ጤና እና ደህንነት ኮሚሽን፣ ከአእምሮ ጤና ልዩ ፍርድ ቤት፣ ከዋና የስነ-አእምሮ ሀኪም** ወይም **ከህዝባዊ ወኪል/ጠበቃ ከማህበረሰቡ ጎብኚ ቢሮ** ጋር ከመገናኘት ሊታቀቡ አይቻልም።
* የህግ እርዳታ ለማግኘት **ከህግ ጠበቃ** ጋር ተነጋገሩ።
* የምክር ድጋፍ ለመጠየቅ ከ **IMHA ጠበቃ** ጋር መነጋገር ያስፈልጋል። የግዴታ ህክምና የሚያገኙ ከሆነ ቁልፍ በሆኑ ነጥቦች ላይ IMHAን ያሳውቃል። እንዳያነጋግርዎት ቀድመው ነግረው ካልሆነ በስተቀር IMHA እርስዎን ለማግኘት ይሞክራል።
* ከጠበቃ፤ ማህበረሰብ ጎብኚ፤ ወይም ከመረጡት የሆነ **ግለሰብ እርዳታ ይጠይቃሉ**።
* **የግዴታ ህክምና ትእዛዝ ላይ አቤቱታ ካልዎት** ወደ አእምሮ ጤና ልዩ ፍርድ ቤት የዳኝነት ጥያቄ ይቀርባል፡
* በአእምሮ ጤና ልዩ ፍርድ ቤት ችሎት ጊዜ የህግ ጠበቃ ወይም ሌላ ሰው እንዲወክልዎ ወይም እንዲደግፍዎ መጠየቅ ይችላሉ።
* **ስለ አእምሯዊ ጤንነትና እና ደህንነት አገልግሎት** ከራሱ ከአገልግሎቱ ጋር ወይም/እንዲሁም ከአእምሮ ጤና እና ደህንነት ኮሚሽን ጋር በመገናኘት ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። ይህም የአእምሮ ጤንነትንና ደህንነትን መርህ በተመለከተ የተሰማዎትን ቅሬታ እንዲሁም መተግበር የነበረባቸው የተጣሱ መርሆችን ያካትታል።

# ስለ IMHA

IMHA አገልግሎቶች በማንም ተጽእኖ የማይደረግበት ነጻ እና ምስጢሩ የተጠበቀ ነው።

የግዴታ ህክምና እያገኙ ከሆነ የ IMHA ተጣባቂዎች እንዲህ ማድረግ ይችላሉ:

* የሚፈልጉትን ማዳመጥ እና ያለዎትን ምርጫዎች ከእርስዎ ጋር መወያየት
* መብትዎን ለመጠቀም መረጃ መስጠት እና በመብትዎ እንዲጠቀሙ መስጠት
* ከእርስዎ ጋር በመስራት በህክምናዎ እና በማገገምዎ መሳተፍ እንዲችሉ ማድረግ
* ከፈለጉ ወደ ሌሎች አገልግሎቶች መላክt

# IMHA እንዴት ማነጋገር እና ተጨማሪ መረጃ ማግኘት እንደሚቻል

ማድረግ የሚችሉት:

* በድረገጽ [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) ላይ ገብቶ ማየት
* በኢሜል ወደ contact@imha.vic.gov.au መላክ
* ለ IMHA በስልክ መስመር **1300 947 820**ደውሎ ማነጋገር ይችላሉ። (የህዝባዊ በዓላትን ሳይጨምር)
በሳምንት ሰባት ቀናት ከጥዋቱ 9:30am እስከ 4:30pm ድረስ ከ IMHA ደጋፊዎች ጋር መነጋገር ይቻላል።
* የእርስዎን መብት በተመለከተ የተቀዳውን ለማዳመጥ በስልክ **1800 959 353** ስለ መብትዎ ለማዳመጥ ይደውሉ።
* IMHAን ለማነጋገር እገዛ እንዲሰጥ የአእምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪ፣ እንክብካቤ የሚያደርግ ሰው፣ የቅርብ ዘመድ ወይም ሌላ ድጋፍ ሰጪ ሰራተኛን ይጠይቁ።
* ስለ IMHA አስተያየት መስጠት ወይም ቅሬታ ማቅረብ የሚፈልጉ ከሆነ እባክዎን ያነጋግሩን ወይም የድረ ገጻችንን ቅሬታና አስተያየት መስጫ ክፍል ይጎብኙ።

