# நுகர்வோருக்கான தகவல் - உங்கள் உரிமைகளை அறிந்து கொள்ளுங்கள்

**மே 2025**

கட்டாய மனநல சிகிச்சைக்கான உத்தரவைப் பெற்றவர்களுக்கு விக்டோரியன் மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வுச் சட்டம் 2022 இன் கீழ் பல்வேறு உரிமைகள் உள்ளன. இவற்றில் பின்வருவன அடங்கும்:

* **நீங்கள் ஏன் கட்டாய உத்தரவில் வைக்கப்பட்டுள்ளீர்கள் என்பது குறித்து அறிந்திருங்கள்.**
* **உங்கள் சிகிச்சையைப் பற்றி முடிவெடுக்கும் திறன் இருப்பதாகக் கருதப்படும்.** இதன் பொருள்:
* சிகிச்சைக்கு உங்கள் தகவலறிந்த சம்மதத்தை முடிந்தவரை பெற வேண்டும்.
* இந்த முடிவை எடுக்க உங்களுக்கு திறன் இருக்கும்போது, நீங்கள் மின் அதிர்ச்சி சிகிச்சையை (ECT) மறுக்கலாம்.
* **முடிவுகளில் ஈடுபடுங்கள், முடிவுகளை எடுக்க ஆதரவளியுங்கள் உங்கள் மனநல மதிப்பீடு, சிகிச்சை மற்றும் மீட்பு பற்றி, இதில் அடங்குவன:**
* உங்கள் கருத்துகளுக்கும் விருப்பத்தேர்வுகளுக்கும் மதிப்பளித்தல்
* தேவையற்ற அழுத்தம் அல்லது முடிவுகளை எடுக்க கட்டாயப்படுத்தப்படாமல் நியாயமான நேரம் வழங்கப்படுதல்
* உங்கள் மனநல மருத்துவரிடம் உங்கள் சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகளைப் பற்றி கலந்தாய ஒரு வாய்ப்புக் கிடைத்தல்
* பிற ஆலோசனை அல்லது உதவியைப் பெற ஆதரிக்கப்படுதல்.
* **முடிவுகளை எடுக்கவும் அதில் பங்கேற்கவும் ,** தகவல்களைப் புரிந்துகொள்ளவும், உங்கள் உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்ளவும், உங்கள் கருத்துகள், விருப்பத்தேர்வுகள், கேள்விகள் அல்லது முடிவுகளைத் **தெரிவிக்கவும் பொருத்தமான ஆதரவைப் பெறுங்கள்.**
* உங்கள் விருப்பமான மொழியில், பொருத்தமான உடல் அல்லது புலன் சூழல் போன்ற **உங்கள் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யும் வகையில் தொடர்பு கொள்ளப்படுதல்,** மேலும் உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்கள், உறவினர்கள், பராமரிப்பாளர்கள், ஆதரவாளர்கள் அல்லது பரிந்துபேசுவோர் தொடர்பு கொள்ள பொருத்தமான இடங்கள் இருக்க வேண்டும் .
* **உங்கள் சிகிச்சையைப் பற்றி அறிந்திருங்கள், அதில் பின்வருவனவற்றின் விளக்கமும் அடங்கும்:**
* முன்மொழியப்பட்ட எந்தவொரு சிகிச்சையும், அதன் நோக்கம், நன்மைகள் மற்றும் தீமைகள் (உதாரணம், அபாயங்கள் அல்லது பக்க விளைவுகள்)
* நன்மைகள் மற்றும் தீமைகள் உட்பட வேறு ஏதேனும் சிகிச்சைகள் கிடைக்கின்றன.

இந்தத் தகவல் நீங்கள் புரிந்துகொள்ளும் வகையிலும், உங்கள் கேள்விகளுக்குப் பதிலளிக்கும் வகையிலும் வழங்கப்பட வேண்டும். இந்தத் தகவலை எழுத்துப்பூர்வமாகக் கேட்டுப் பெறலாம், மேலும் உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால் ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கோரலாம்.

* **உங்கள் சிகிச்சை மற்றும் மீட்பு குறித்து ஓரளவு ஆபத்தை உள்ளடக்கிய முடிவுகளை எடுத்தல்.**
* **மிகக் குறைந்த கட்டுப்பாடுகள் கொண்ட சிகிச்சையைப் பெறுதல், முடிந்தவரை மிகக் குறைந்த கட்டுப்பாடுகள் கொண்ட முறையில்,** உங்கள் சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகள், மீட்பு இலக்குகள் மற்றும் கிடைக்கக்கூடிய மாற்று சிகிச்சைகள் ஆகியவற்றைக் கருத்தில் கொண்டு :
* **குறைந்தபட்ச கட்டுப்பாடுகள் என்றால்** உங்கள் தனிப்பட்ட சூழ்நிலைகளைப் பொறுத்து, உங்களால் முடிந்தவரை. **அதிக சுதந்திரம்** வழங்கப்பட வேண்டும் ஒருவருக்குக் கட்டுப்படுத்தக்கூடியது மற்றொருவருக்குக் கட்டுப்படுத்தக்கூடியதாக இல்லாமல் இருக்கலாம்.
* **சமூகத்தில் உங்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்க முடியாதபோது** **மட்டுமே** நீங்கள் மருத்துவமனையில் சிகிச்சைக்காக வைக்கப்படலாம்.
* கட்டாய சிகிச்சைக்கான உத்தரவை அதனால் **ஏற்படக்கூடிய தீங்கு** தடுக்க விரும்பும் தீங்கை விட அதிகமாக வாய்ப்பு இருந்தால் பிறப்பிக்கக்கூடாது.
* **அனைத்து நியாயமான, குறைவான கட்டுப்பாடுகள் கொண்ட விருப்பத்தேர்வுகளும் முயற்சிக்கப்பட்ட அல்லது பரிசீலிக்கப்பட்ட பின்னரே** தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும் **அல்லது கட்டுப்படுத்தப்பட வேண்டும்.**
* **பாதுகாப்பாகவும் மரியாதையுடனும் உணர்தல், இதில் பின்வருவன அடங்கும்:**
* உங்கள் பாலின அடையாளம், பாலியல் நோக்குநிலை, பாலினம், இனத்துவம், மொழி, இனம், மதம் (நம்பிக்கை அல்லது ஆன்மீகம்), வர்க்கம், சமூக பொருளாதார நிலை, வயது இயலாமை, நரம்பியல் பன்முகத்தன்மை, பண்பாடு, வதிவிட நிலை மற்றும் புவியியல் சார் பின்தங்கிய நிலை ஆகியவற்றை அங்கீகரித்துப் பதிலளிக்கப்படுதல்.
* உங்கள் மருத்துவ மற்றும் பிற **சுகாதாரத் தேவைகளை** அடையாளம் கண்டு பதிலளிக்கப்படுதல்
* உங்கள் **கண்ணியம், சுயாட்சி மற்றும் உரிமைகள்** மதிக்கப்பட்டு ஊக்குவிக்கப்படுதல்
* **மீட்சி** மற்றும் சமூக வாழ்க்கையில் முழு பங்கேற்பை ஆதரிக்கும் மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு சேவைகளைப் பெறுதல்.
* நீங்கள் ஒரு **முதற்குடிமகனாக** இருந்தால் உங்களுக்கான தனித்துவமான **கலாச்சாரம் மற்றும் அடையாளம் ஆகியவற்றிற்கு** மதிப்புப் பெறுதல். அவற்றுள் பின்வருவன அடங்கும்:
* **உங்கள் சுயநிர்ணயத்தை** ஊக்குவிக்கும் மதிப்பீடு மற்றும் கவனிப்புக்கான உரிமை
* குடும்பம், உறவினர், சமூகம், நாடு மற்றும் நீர் ஆகியவற்றுடனான உங்கள் **தொடர்பு** மதிக்கப்படுகிறது.
* ***மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வுச் சட்டம் 2022* இன் கீழ் உங்கள் உரிமைகள் பற்றிய தகவல்களை உங்கள் மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு சேவையிலிருந்து பெறுங்கள். இதில் அடங்குவன:**
* ஒரு **எழுத்துப்பூர்வ அறிக்கையும்** **பேச்சு விளக்கமும்** பொருத்தமான நேரத்தில்
* **உங்கள் கேள்விகளுக்கு** முடிந்தவரை முழுமையான மற்றும் தெளிவான **பதில்கள்**
* **உங்கள் உடல்நலம் மற்றும் தனிப்பட்ட தகவல்களை துல்லியமாகவும் மரியாதையுடனும் பதிவு செய்யுங்கள்:**
* உங்கள் உடல்நலத் தகவல்களில் **திருத்தங்களைக்** கேட்கலாம்.
* மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு சேவை உங்கள் கோரிக்கையை நிராகரித்தால், நீங்கள் ஒரு **சுகாதார தகவல் அறிக்கையை உருவாக்கலாம்.** நீங்கள் விரும்பும் மாற்றங்களை இது விளக்குகிறது. இது உங்கள் கோப்பில் சேர்க்கப்பட வேண்டும்.
* **உங்கள் மனநல சிகிச்சை, பராமரிப்பு மற்றும் ஆதரவு விருப்பத்தேர்வுகளை எழுத்தில் குறிப்பிடுகிற விருப்பத்தேர்வுக்கான முன்கூட்டிய கூற்று ஒன்றை உருவாக்குங்கள்:**
* உங்கள் மனநல மருத்துவர் உங்கள் சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகளைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.
* உங்கள் மனநல மருத்துவர் உங்கள் கூற்றில் உள்ள விருப்பத்தேர்வுச் சிகிச்சையைப் பின்பற்றவில்லை என்றால், அதற்கான காரணத்தை 10 வேலை நாட்களுக்குள் எழுத்துப்பூர்வமாக உங்களுக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும்.
* **உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கக் கூடிய, நீங்கள் விரும்புவதற்காக வாதிடக்கூடிய, தகவல்களைப் பெற உங்களுக்கு உதவக்கூடிய முடியும், அத்துடன் உங்கள் உரிமைகளைப் பயன்படுத்த உங்களுக்கு உதவக்கூடிய ஒரு பரிந்துரைக்கப்பட்ட ஆதரவு நபரை நியமிக்கவும்.**
* சில சமயங்களில் உங்கள் பரிந்துரைக்கப்பட்ட ஆதரவு நபருக்கு உங்கள் சிகிச்சை குறித்து அறிவிக்கப்பட வேண்டும்.
* **இரண்டாவது மனநல மருத்துவரின் கருத்தைப் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்:**
* நீங்கள் சிகிச்சை பெறும் மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு சேவை அல்லது இலவச மற்றும் சுயாதீனமான இரண்டாவது மனநலக் கருத்து சேவை உட்பட எந்த மனநல மருத்துவரிடமிருந்தும்
* இரண்டாவது மனநல மருத்துவக் கருத்தில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட அனைத்து மாற்றங்களையும் உங்கள் மனநல மருத்துவர் ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை என்றால், அதற்கான காரணங்களை அவர்கள் விளக்க வேண்டும். 10 வேலை நாட்களுக்குள் உங்களுக்கு எழுத்துப்பூர்வ விளக்கம் கிடைக்க வேண்டும். உங்கள் சிகிச்சையை மறுபரிசீலனை செய்ய தலைமை மனநல மருத்துவரிடம் கேட்கவும் உங்களுக்கு உரிமை உண்டு.
* **தகவல் தொடர்புக்கு உதவி.** மருத்துவமனையில் இருக்கும்போது, பாதுகாப்பிற்காக தேவைப்பட்டால் உங்கள் தொடர்பு கொள்ளும் உரிமை கட்டுப்படுத்தப்படலாம்:
* உங்கள் தொடர்பு தடைசெய்யப்பட்டால், அதை எழுத்துப்பூர்வமாக பதிவு செய்ய வேண்டும்.
* ஆனால் ஒரு **வழக்கறிஞர்** , **மனநலம் சார் பரிந்துபேசுவோர் ,** **மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு ஆணையம்** , **மனநலத் தீர்ப்பாயம்** , **தலைமை** **மனநல** **மருத்துவர்** அல்லது **பொது வழக்கறிஞர் அலுவலகத்தின் சமூகப் வருகையாளரைத்** தொடர்புகொள்வதிலிருந்து உங்களைத் தடுக்க முடியாது.
* சட்ட உதவி பெறுவதற்கு **வழக்கறிஞர்** ஒருவருடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.
* **IMHA** பரிந்துபேசுபவர் **ஒருவருடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்** பரிந்துபேசல் ஆதரவைக் கோருங்கள். நீங்கள் கட்டாய சிகிச்சை பெறும்போது முக்கிய கருத்துகள் IMHA-விடம் தெரிவிக்கப்படும். நீங்கள் அவர்களிடம் வேண்டாம் என்று சொல்லாவிட்டால் IMHA உங்களைத் தொடர்பு கொள்ளும்.
* **ஒரு பரிந்துபேசுபவர், சமூக பார்வையாளர் அல்லது நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்கும் வேறு எந்த நபரிடமும் ஆதரவைக் கேளுங்கள் .**
* **கட்டாய சிகிச்சைக்கான உத்தரவுக்கு எதிராக மனநல தீர்ப்பாய விசாரணையைக் கோரி மேல் முறையீடு செய்தல்:**
* மனநல தீர்ப்பாய விசாரணையில் உங்களைப் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தவோ அல்லது ஆதரிக்கவோ ஒரு வழக்கறிஞரையோ அல்லது வேறு நபரையோ நீங்கள் கேட்கலாம்.
* **மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு சேவையைப் பற்றி, அந்த சேவை மற்றும்/அல்லது மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு ஆணையத்திடம் பேசுவதன் மூலம் புகார் அளிக்கவும். இதில் மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு கொள்கைகள் அல்லது பிற கொள்கைகள் பின்பற்றப்படாதது பற்றிய முறையீடு அடங்கும்.**

# IMHA பற்றி

IMHA சேவைகள் சுயாதீனமானவை, இலவசமானவை மற்றும் ரகசியமானவை.

நீங்கள் கட்டாய சிகிச்சை பெறுகிறீர்கள் என்றால், எங்கள் IMHA பரிந்துபேசுவோர்கள் பின்வருவனவற்றைச் செய்வார்கள்:

* உங்கள் விருப்பம் குறித்துக் கேட்பார்கள், உங்கள் விருப்பத்தேர்வுகள் குறித்து உங்களுடன் பேசுவார்கள்.
* உங்கள் உரிமைகளைப் பாதுகாக்க தகவல் அளித்து, செயல்பட உதவுவார்கள்.
* உங்கள் சிகிச்சை மற்றும் மீட்சியில் ஈடுபட உங்களுடன் இணைந்து பணியாற்றுவார்கள்.
* நீங்கள் விரும்பினால் மற்ற சேவைகளுக்கு உங்களைப் பரிந்துரைப்பார்கள்.

# IMHA-வை எவ்வாறு தொடர்பு கொள்வது மற்றும் மேலும் அறிந்து கொள்வது

நீங்கள்:

* [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) என்ற வலைத்தளத்தைப் பார்வையிடவும்.
* [contact@imha.v ic .gov.au](mailto:contact@imha.vic.gov.au) என்ற முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்பவும்.
* [**1300 947 820**](tel://1300947820/) **என்ற எண்ணில்** IMHA **ஐ அழைக்கவும்**,வாரத்தில் ஏழு நாட்களும் (பொது விடுமுறை நாட்கள் தவிர) காலை 9:30 மணி முதல் மாலை 4:30 மணி வரை பணியாற்றும் IMHA பரிந்துபேசுவோரால் அழைப்பு ஏற்கப்படும்
* உங்கள் உரிமைகள் பற்றிய பதிவைக் கேட்க IMHA உரிமைகள் எண்ணை [**1800 959 353**](tel://1800959353/) **என்ற எண்ணில் அழைக்கவும்.**
* IMHA-வைத் தொடர்பு கொள்ள உதவ ஒரு மனநல சேவை வழங்குநர், பராமரிப்பாளர், உறவினர் அல்லது பிற ஆதரவு நபரிடம் கேளுங்கள்.
* IMHA பற்றி பின்னூட்டம் வழங்க அல்லது புகார் அளிக்க விரும்பினால், தயவுசெய்து எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளவும் அல்லது எங்கள் வலைத்தளத்தின் புகார்கள் மற்றும் பின்னூட்டப் பிரிவைப் பாருங்கள்.

