# የአእምሮ ጤና እና ደህንነት ኣንቀጽ ህግ መርሆች፡ በቀላል ቋንቋ

ግንቦት/May 2025 ዓ›ም

የአእምሮ ጤና እና ደህንነት ኣንቀጽ ህግ 2022 ከአእምሮ ጤና እና ደህንነት ጋር የተያያዙ አገልግሎቶችን (‘ኣገልግሎቶች’) የሚመሩባቸው መርሆች አስቀምጧል።

እነዚህ መርሆች የስነ-አእምሮ ሀኪሞች፣ ዶክተሮች፣ ነርሶች፣ ተባባሪ የጤና ባለሙያዎች፣ የህይወት ልምድ ያላቸው ግለሰቦችና ሌሎች የአእምሮ ጤና ሠራተኞችና አገልጋዮች የአንድን ሰው እንክብካቤ፣ ድጋፍ፣ ህክምና ወይም ምርመራ በተመለከተ ውሳኔ በሚወስኑበት ጊዜ ከግምት ውስጥ ማስገባት ያለባቸው ጠቃሚ ነገሮች ናቸው።

በተጨማሪም የአእምሮ ጤና ልዩ ፍርድ ቤት፣ ፖሊስ፣ ድንገተኛ አደጋ ህክምና ክፍልና ሌሎች ድርጅቶች እነዚህን መሠረታዊ መርሆች የአእምሮ ጤና ህግ ባማከለ ደረጃ ታሳቢ ማድረግ አለባቸው።

በመርሆዎች ውሳኔዎችን እንዴት እንደሚደረጉ ወይም ግለሰቦች፣ አገልግሎት ሰጪዎችና ድርጅቶች ሀላፊነቶቻቸውን በሚወጡበት ጊዜ ግምት ውስጥ ማስገባት ያለባቸው ጽንሰ ሀሳቦች ናቸው።

እነዚህ መርሆዎች ችላ ተብለዋል ብለው የሚያምኑ ከሆነ እንዲህ ማድረግ ይችላሉ፡

* እገዛ ለማግኘት IMHAን ማነጋገር
* አገልግሎቱን በተመለከተ ቅሬታ ማቅረብ
* ለአእምሮ ጤና እና ደህንነት ኮሚሽን አቤቱታ ማቅረብ (1800 246 054)

የአእምሮ ጤና እና ደህንነት መርሆዎች በቀላል አገላለጽ የሚከተሉት ናቸው፡

## የአእምሮ ጤና እና ደህንነት መርሆዎች

### የክብር እና ራስ-በራስ የመቻል መርህ

የአእምሮ ጤና ችግር፣ የስሜት ጭንቀት ወይም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ሰዎች በአክብሮትና አግባብነት ባለው መስተንግዶ ሊታከሙ ይገባል። በራሳቸው መመራት እንዲችሉ ማበረታታትና ማክበር ይገባል። ከዚህ አንዱ ምሳሌ የራሳቸውን ውሳኔ በራሳቸው መውሰዳቸው ነው።

### የተለያዩ የእንክብካቤመርሆች

የአእምሮ ጤና ችግር፣ የጭንቀት ስሜት ችግር ወይም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ሰዎች ከምርጫቸውና ከፍላጎታቸው ጋር በሚስማማ መንገድ የተለያዩ የህክምና ዓይነቶችን ማግኘትና ድጋፍ መሰጠት ይኖርባቸዋል። ይህም የሚሆነው የሚከተሉትን በማካተት ነው፡

* የመዳረሻ ፍላጎት
* ግንኙነት/ዝምድና
* የኣኗኗር ሁኔታ
* የአሰቃቂ ሁኔታ ገጠመኝ ወይም ተመኩሮ
* ትምህርት
* ፋይናንስ
* ሥራ ናቸው።

### አነስተኛ ገደብ የሚያስቀምጥ መርህ

አነስተኛ ገደብ የሚያስቀምጥ መርህ ማለት የአእምሮ ጤንነት፣ የስሜት ጭንቀት ወይም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ሰዎች በተቻለ መጠን ብዙ ነጻነት ሊሰጣቸው ይገባል ማለት ነው።

እነዚህ አገልግሎቶች በመብታቸውና በራሳቸው ነጻነት ላይ በጣም ጥቂት ገደብ ያለባቸውን ግለሰቦች በመርዳት ላይ ማተኮር ይኖርባቸዋል ። ዓላማው ከህመማቸው እንዲላቀቁና በማህበረሰቡ ውስጥ ተሳትፎ እንዲያደርጉ ለመርዳት ነው።

ከሌሎች የተለየ አመለካከት ቢኖራቸውም ቅሉ የግለሰቡ ፍላጎት የመፈወስ ሂደቱንና በማህበረሰቡ ውስጥ ያለውን ተሳትፎ በሚመለከት መምራት ይኖርበታል። በአንድ ግለሰብ ላይ እንደ ገደብ የሚታየው ነገር በሌላ ሰው ላይ ግን ገደብ ላይሆን ይችላል።

### ድጋፍ ላይ የተመሰረት የውሳኔ ኣሰጣጥ መርሃ ግብር

አገልግሎት የሚያገኙ ሰዎች በራሳቸው ስለሚያካሂዱት ህክምና፣ ግምገማ፣ እንክብካቤና ማገገምን በተመለከተ የራሳቸውን ውሳኔ ለማድረግ እንዲችሉ እርዳታ ይደረግላቸዋል ሙሉ ህክምና የማግኘት መብታቸው እንደተጠበቀ ሆኖ። የግለሰቡ አመለካከትና ፍላጎት ቅድሚያ ሊሰጠው ይገባል።

### የቤተሰብ እና እንክብካቤ ሰጭዎች መርሃ ግብር

ድጋፍ የሚሻ ግለሰብ ቤተሰብ፣ ተንከባካቢዎችና ደጋፊዎች በሚደረገው የሁኔታ ግምገማ፣ ህክምና እና የማገገም ስራ በተመለከተ በውሳኔዎች እንዲሳተፉ ድጋፍ ይደረግላቸዋል።

### የህይወት ልምድ መርህ

የአእምሮ ጤና ችግር፣ የስሜት ጭንቀት ወይም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ሰዎች፣ እንዲሁም ቤተሰቦቻቸው፣ አገልግሎቶች በሚሰጡበት ጊዜ እውቅና እና ከፍ ያለ ግምት ሊሰጣቸው ይገባል።

### የጤና ፍላጎት መርህ

የህክምና እና ሌሎች የጤና ፍላጎቶችን ለይቶ ማወቅ ያስፈልጋል። ከዚህ በተጨማሪ የአእምሮ ጤንነት፣ የስሜት ጭንቀት ወይም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ሰዎች እነዚህን ፍላጎቶች እንዲያሟሉ ድጋፍ መስጠቱ አስፈላጊ ነው።

ይህም ከአደንዛዥ እጽና ከአልኮል መጠጥ ጋር የተያያዙ ፍላቶቶቸን በሙሉ ያካትታል። በተጨማሪም የአንድ ግለሰብ አካላዊ ጤንነት ከአእምሮ ጤንነት ጋር እንዴት እንደሚዛመድና ምን ያህል ተጽዕኖ እንደሚያሳድር ግምት ውስጥ ማስገባቱ አስፈላጊ ነው።

### የአደጋ መቀበል መርሀ

አገልግሎት የሚያገኙ ሰዎች ውሳኔ በሚያካሂዱበት ጊዜ (ለግላዊ ተስማሚነት ሲባል) በምክንያት የተወሰኑ የአደጋ ስጋቶቸን የመቀበል መብት አላቸው።

### የወጣቶች ደህንነት መርህ

አገልግሎት የሚያገኙ ህጻናትና ወጣቶች የጤና፣ የደህንነትና የነጻነት ፍላጎቶቻቸው ከልምዳቸ፣ እድሜያቸው እና ሌሎች ነገሮች ጋር በተጣጣመ መልኩ መበረታታት እና መደገፍ ይኖርባቸዋል።

### የብዝሃነት መርህ

ህክምና እና እንክብካቤ በሚቀርብበት ጊዜ አገልግሎት ለሚያገኙት ሰዎች የተለያዩ ፍላጎቶችና ተሞክሮዎች ከግምት ውስጥ ማስገባት አስፈላጊ ነው። ከእነዚህም መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል፡

* የጾታ መለያ
* ጾታዊ ዝንባሌ
* ጾታ
* ጎሳ
* ቋንቋ
* ዘር
* ሃይማኖት፤ እምነት፤ ወይም መንፈሳዊነት
* መደብ
* የማሕበራዊ ኢኮኖሚ ሁኔታ
* እድሜ
* ኣካል ጉዳት
* የነርቭ ብዝሃነት/neurodiversity
* ባህል
* የመኖሪያ ፈቃድ ሁኔታ
* የመልክዓ ምድራዊ ጉዳት።

እነዚህን የተለያዩ ፍላጎቶችና ተሞክሮዎች በሚያሟላ መልኩ አገልግሎት መሰጠት አለበት። ይህም ሰዎች የደህንነት ስሜት እንዲሰማቸው ለማድረግ ሲሉ ብቃታቸውን መግለጽ እንደሚችሉ ይጠቁማል። አገልግሎቶች የሚከተሉትን ታሳቢ ማድረግ ያለባቸው፡

* የግለሰቡ የተለያዩ ፍላጎቶችና ተሞክሮዎች
* ማንኛውም የአሰቃቂ ሁኔታ ታሪክ
* ፍላጎቶች እና ተሞክሮዎች እንዴት እንደሚሰናኙ እና በግለሰቡ የአእምሮ ጤንነት ላይ ተጽእኖ ማሳደር እንደሚችሉ ነው።

### የጾታ ደህንነት መርህ

አገልግሎት የሚያገኙ ሰዎች ከጾታቸው ጋር በተያያዘ ለየት ያለ የደህንነት ፍላጎት ወይም ጭንቀት (ስጋት) ሊኖራቸው ይችላል። ለእነዚህ ፍላጎቶችና ስጋቶች ትኩረት መስጠት ይገባል፣ እንዲሁም አገልግሎቶች የሚከተሉት መሆን አለባቸው፡

* ለደህንነት ቅድሚያ መስጠት
* በቤተሰብ ውስጥ በደረሰ ጥቃት ወይም በአሰቃቂ ሁኔታ ምክንያት ያጋጠመውን ማንኛውንም ወይም ቀደም ሲል ላጋጠመዎ ሁኔታ ምላሽ መስጠት
* ለእነሱ አገልግሎት በመስጠት ሂደት ጾታ እንዴት አይነት ችግር እንደሚፈጥር፤ ምን ዓይነት አገልግሎት፤ ምን ዓይነት ህክምናዱ እና እንዴት ማገገም እንደሚችሉ ማስተዋል እና ምላሽ መስጠት።
* ጾታ ከተለያዩ ዓይነት አድልዎ ፈጠራዎ እና ጉዳቶች ጋር እንዴት እንደሚዛመድ ማስተዋልና ምላሽ መስጠት።

### የባህል ደህንነት መርህ

አገልግሎት ከዘር፣ ከጎሳ፣ ከከግለሰብ ዳራ ጋር በትክክል የተጣጣመ እና ከባህል አኳያ ችግና ሳንካ የሌለበት መሆን ይኖርበታል።

የአእምሮ ጤና ችግር፣ የጭንቀት ስሜት ህመም ወይም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ሰዎች ከባህላዊና መንፈሳዊ እምነታቸውና ልማዳቸው ጋር የሚስማማ ህክምና እና እንክብካቤ ሊደረግላቸው ይገባል።

የግለሰቡ ቤተሰብ አመለካከት እንዲሁም ከተቻለና ተስማሚ በሚሆንበት ጊዜ የማህበረሰባቸው ዋና አባላት ያላቸው አስተያየት ግምት ውስጥ ማስገባት ያስፈልጋል።

የፈርስት ኔሽንስ ብሄራት/First Nations ህዝቦች ባህልና ማንነት ሊከበር ይገባል። ከቤተሰብ፣ ቅርበት ካለው፤ ከማህበረሰቡ፣ ከመሬትና ከውሃ ጋር ያላቸው የግንኙነት ትስስር ሊከበርላቸው ይገባል። የፈርስት ኔሽንስ/First Nations ሽማግሌዎች፣ ባህላዊ ፈዋሾች፣ እንዲሁም የአእምሮ ጤና ባለሙያዎች በተቻለ መጠን ከህክምና እና ከእንክብካቤ ጋር በተያያዙ ውሳኔዎች ላይ ያላቸውን አመለካከት ከግምት ውስጥ ማስገባት አስፈላጊ ነው።

### የጥገኛ ሰዎች ደህንነት መርህ

አገልግሎት ከሚሰጣቸው ሰዎች አብራክ የወጡና የነሱ ጥገኞች ፍላጎታቸው፣ ደህንነታቸው እና መልካም አናኗራቸው ጥበቃ ሊደረግለት ይገባል።

## ህክምናን እና ጣልቃ ገብነትን በተመለከተ የውሳኔ ኣሰጣጥ መርሆዎች

ውሳኔ ማድረግን በተመለከተም መመሪያዎች አሉ። እነዚህ መመሪያዎች ተፈጻሚ የሚሆኑት የግዴታ ህክምና ሲያስፈልግ ወይም የመገደብ ተጽዕኖ የጣልቃ ገብነት እርምጃዎች ሲወስኑ ብቻ ነው።

የግዴታ ህክምና ማለት ግለሰቦች ህክምናውን ለመቀበል ፈቃደኝነታቸውን የማይጠይቅ ወይም የማያስፈልግ በሚሆንበት ጊዜ ማለት ነው።

በሆስፒታል ውስጥ ተግባራዊ ሊሆኑ የሚችሉ ገዳቢ የጣልቃ ገብነት እርምጃዎች የሚከተሉት ናቸው፡

* **መከልከል/Seclusion:** አንድን ሰው በራሱ በክፍል ውስጥ ሲያገል ማለት ነው።
* **የአካል መታገድ/Bodily restraint:** አንድ ሰው ማንኛውንም የሰውነት ክፍል ወይም ከፊል ኣካሉን ከመንቀሳቀስ ሲያግድ ማለት ነው።
* **የኬሚካል ገደብ/Chemical restraint:** የአንድ ሰው አካላዊ እንቅስቃሴ በማቆም የግለሰቡን ጠባይ ለመቆጣጠር መድሃኒት መጠቀምን ያመለክታል። ይህ ለኣካል ህክምና ወይም ለአእምሮ ጤና ታስቦ የተዘጋጀ አይደለም።

የውሳኔ መርሆች በቀላል ቋንቋ ሲገለጹ የሚከተሉት ናቸው፡

### እንክብካቤ እና ወደ አነስተኛ ገደብ ያለበት ድጋፍ የመሸጋገር መርሀ

የግዴታ ግምገማ እና ህክምና ዓላማ ግለሰቡን ለማገገም ማገዝ ነው። የሚሰጠው አገልግሎት የተሟላ፣ ተንከባካቢ፣ አስተማማኝ ደህንነትና ከፍተኛ ጥራት ያለው መሆን ይኖርበታል፤ እንዲሁም ሰዎች ያነሰ ገደብ ወደ ሚደረግበት የህክምና ዓይነቶች፣ እንክብካቤና ድጋፍ ማሸጋገር ማለት ነው።

ያነሰ ገደብ ማለት የግዴታ ግምገማ ወይም ህክምና የሚደረግላቸው ግለሰቦች ከፍተኛ መጠን ያለው ነጻነት ሊሰጣቸው ይገባል ማለት ነው። ለአንድ ሰው የተደረገው ገደብ በሌላኛው ገደብ ላይ ላይፈጥርበት ይችላል።

### የግዴታ ግምገማ እና ህክምና ውጤቶች መከሰት እንዲሁም የገዳቢ ጣልቃ ገብነት መርህ

የግዴታ ግምገማ እና ህክምና ከገዳቢ ጣልቃ ገብነት ጋር ተያይዞ የአንድን ግለሰብ ሰብአዊ መብት በእጅጉ ሊገድብ ይችላል። ይህም ከፍተኛ ጭንቀት ወይም ጉዳት ሊያስከትልበት ይችል ይሆናል፡ እነዚህም፤

* ግንኙነቶች
* የኣኗኗር ሁኔታ
* ትምህርት
* ሥራ ይሆናሉ

የአእምሮ ጤና አገልግሎት እና ሠራተኞቻቸው የግዴታ ህክምና እና/ወይም ገዳቢ የሆኑ እንቅስቃሴዎች ተግባራዊ በሚያደርጉበት ጊዜ ሁሉ ከላይ የተጠቀሰውን ግምት ውስጥ ማስገባት ይኖርባቸዋል።

### ገዳቢ ጣልቃ ገብነት መርህ የመፈወስ/therapeutic ጥቅም የለውም

በግለሰቡ ላይ ገዳቢ ጣልቃ ገብነት ማበጀት በመሰረቱ የግድ ጥቅም ያስገኛል ማለት አይደለም።

### የጉዳት ሚዛናዊነት መርህ

የግዴታ ግምገማ እና ህክምና ወይም ገዳቢ እርምጃዎች ከጥቅማቸው ይልቅ ጉዳታቸው የሚያመዝን ከሆነ መተግበር የለባቸውም።

የአንድ ግለሰብ አስተያየት እና ፍላጎት በተቻለ መጠን በእያንዳንዱ የውሳኔ ሂደት ሊከበርና ሊታሰብበት ይገባል። ይህም አንድ ሰው የግዴታ ግምገማና ህክምና እንዲያደርግ ግዴታ በሚጫንበት ጊዜ እንኳ ግምገማን፣ ህክምናን፣ ማገገምንና እርዳታን የሚመለከቱ ምርጫዎችን ሃሳቡና ፍላጎቱ ማካተት ያስፈልጋል።

|  |
| --- |
| IMHA እንዴት ማነጋገር እና ተጨማሪ መረጃ ማግኘት እንደሚቻልማድረግ የሚችሉት:* በድረገጽ [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) ላይ ገብቶ ማየት
* በኢሜል contact@imha.vic.gov.au ኣድርጎ መላክ
* በስልክ መስመር **1300 947 820** ኣድርጎ ለ IMHA መደወል፤ ይህም የ IMHA ተወካይ ሰራተኛ ያለበት ሰዓት ከጥዋቱ 9:30am እስከ ከሰዓት በኃላ 4:30pm በሳምንት ሰባት ቀናት (ከህዝባዊ በዓላት ባሻገር)
* በድምጽ ስለተቀረጸ መብትዎን ለመስማት በስልክ መስመር **1800 959 353** ለ IMHA መደወል
* አእምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪ፣ እንክብካቤ ሰጪ፣ ቤተሰብ አባል ወይም ሌላ ድጋፍ ሰጪን ከIMHA እንዲያገናኝዎት ይጠይቁ
 |

