

North Sound Mental Health Administration (North Sound 心理健康機構 (NSMHA))

Island, San Juan, Skagit, Snohomish, 和 Whatcom 縣

預付住院病人心理健康計劃

(Prepaid Inpatient Mental Health Plan)

管理辦公室:

117 North First Street, Suite 8

Mount Vernon, WA 98273

電話: 360.416.7013

傳真: 360.416.7017

免費電話: 800.684.3555

TTY: 360.419.9008

電子郵箱: nsmha@nsmha.org

免費投訴電話: 888.336.6164

網址: <http://nsmha.org>

您可以從我們的網站 <http://nsmha.org> 下載這份材料的英文、西班牙文、俄文、中文、韓文、老撾文、越南文、索馬裏文和柬埔寨文版本。

North Sound 心理健康機構 (NSMHA) 的使命是什麼?

通過提供高品質的、文化上合適的服務，我們致力於提高我們社區的心理健康，並支持North Sound 地區患有心理疾病的病人的康復。NSMHA有責任確保：

- 每天24小時，一周7天為本地區內所有人提供危急心理健康服務。
- 為有資格享受Medicaid的人士提供及時、必要的心理健康服務。
- 所有服務符合醫療護理的最高標準。
- 所有心理健康治療是以消費者為推動力並響應公眾需求的。
- 治療針對個人的不同情況制定，基於與家庭和社區的合作來獲得力量，打開康復和希望的大門。
- 公共安全是我們考慮的至關重要的因素。
- 護理的持續性符合病人的各方面需要，完美地與其它服務統一。
- 注意文化差異、提供合適的服務。

我們邀請您參加每月的主管董事會和顧問董事會會議。會議地點為NSMHA會議室，117 North First Street, Suite 8, Mount Vernon, 華盛頓。

主管董事會會議: 每月第二個星期四*的 1:30 - 3:00.

顧問董事會會議: 每月第一個星期二*的 1:00 - 3:00.

* 欲瞭解更多信息或確認會議日期,請致電NSMHA,電話號碼: 360.416.7013 或登陸我們的網站:
<http://nsmha.org>。

客戶服務台

我怎樣與NSMHA客戶服務台聯繫?

週一到週五,上午8:00 一下午5:00,節假日除外,請撥打免費電話: 1.800.684.3555/360.416.7013

有聽力或語言障礙的人士,請撥打NSMHA TTY: 360.419.9008/華盛頓中繼服務(Washington Relay Service): 1.800.833.6384

NSMHA 將為那些英文程度有限的人士提供翻譯。

看到希望和走上康復之路

NSMHA致力於幫助North Sound地區的用戶看到希望和走上康復之路。在康復的過程中,有心理疾病的患者能重新找到希望、自我價值、尊嚴和生活的意義。

誰有資格?

住在Island, San Juan, Skagit, Whatcom 或 Snohomish縣的您和您的家庭成員。

有哪些種類的服務?

- 短期幹預治療
- 危機服務
- 日間支持
- 家庭治療
- 獨立評價和治療
- 個人治療服務
- 強化門診治療
- 集體治療服務
- 攝入評價
- 藥品管理
- 藥品監控
- 同儕支持/非正式來訪中心
- 心理評估
- 復原案例管理
- 暫托服務
- 心理健康俱樂部
- 雇傭支持
- 穩定服務
- 治療性心理教育
- 特殊人群評價

- 助聽和/或翻譯服務
- 文化上合適的服務
- 在居住環境中的心理健康服務

在資源允許的情況下,上述服務提供給有Medicaid的人和沒有Medicaid但符合要求的人。

哪些服務不包括在此計劃內？

- 非急救，非Medicaid運輸。
- 非精神類的處方藥。
- 除NSMHA允許外使用NSMHA網絡外的服務。

NSMHA 網站: <http://nsmha.org>

爲了讓心理健康社區知情，NSMHA公佈了一個網站，並出版了*Recovery Around the Sound*新聞通訊。我們的網址是：<http://nsmha.org>

如有意訂閱我們的newsletter, 請致電360.416.7013 / 1.800.684.3555

或發電子郵件到：aroundthesound@nsmha.org.

投訴部

North Sound 地區投訴部爲Island, San Juan, Skagit, Snohomish, 和Whatcom縣所有申請或接受公共心理健康服務的人士提供消費者指向的支持。如果您認爲您的權利被侵犯了或您沒有得到足夠的服務，請致電地區投訴部。投訴部的工作就是按您的需要解決問題。服務是保密並且免費的。法律保護您不受任何形式的報復。

投訴部能：

- 保護消費者權益。
- 接受消費者或在有消費者簽名允許下，其家人或朋友的投訴。
- 傾聽投訴、保留記錄並進行相關調查。
- 在消費者同意的情況下，幫助私下解決投訴。
- 對與投訴相關的事實、政策、合同、程序和法律進行研究和調查。
- 如需要，幫助消費者通過答辯、聽證和上訴過程。

投訴部門不能：

- 提供法律方面的建議。
- 提供個案管理或治療。
- 提供醫療或臨床看法。

怎樣與投訴部門聯繫？

309 South Third Street, Mount Vernon WA 98273, 360.419.3391/1.888.336.6164

必要時，投訴部門能與您在約定地點見面。

心理疾病有多普遍？

大約5千4百萬美國人患有一種或以上的心理疾病。大約1千9百60萬美國成年人，占百分之9.2，因病嚴重地影響一種或更多的主要生命活動。據父母或監護人的報告估計，有2百70萬兒童有明確的或嚴重的情緒問題。這些問題可能會影響他們的家庭生活、學習能力和友誼形成。

心理疾病的預警信號有哪些？

- 長時間的抑鬱（傷心或易激惹）
- 錯覺或幻覺
- 自殺/死亡的想法
- 非常疲憊/睡意或不能入睡
- 社交退縮
- 基本性格的突然轉變
- 社會關係惡化
- 感到極度高興和極度消沉
- 出現奇怪行爲，不適當地笑、異常的言語應用
- 不能處理日常問題和活動
- 過度地哭泣/不能哭泣
- 以前好脾氣、性格溫和的人現在非常憤怒
- 學習/工作表現急劇下降
- 毒品濫用

如果你或你的家庭成員有心理疾病的症狀，請與您的醫生或心理健康專業人士聯繫，作出評估。您可以通過致電1.888.693.7200.使用公共心理健康服務。

什麼是心理健康預先說明書（Mental Health Advance Directive）

這是一份書面文件，說明如果您因為心理疾病而判斷力受損，並且/或者您不能有效地與人交流的情況下，您希望怎樣做。您可以用它來告訴其他人您想要或不想要什麼樣的治療，用它來指定一個人代表您作出決定。

您的心理健康權利

作為一個接受公共心理健康服務的人，我有哪些權利？

- 受到尊敬、保持尊嚴。
- 您的隱私受到保護。
- 幫助制定一份符合您的需要的治療和服務計劃。

- 參與有關您心理健康治療的決定。
- 在沒有障礙的地點接受服務（可進入的）。
- 取得當地代理的姓名、地點、電話和使用語言的信息。
- 得到您需要的服務總量和時間。
- 取得關於HSMHA結構和程序的信息。
- 在2小時內提供緊急事件服務，24小時內提供緊急服務。
- 不用隔離或受限制。
- 接受適合其年齡和文化的服務。
- 免費提供持有證書的翻譯和翻譯過的材料。
- 瞭解可供選擇的治療方案和替代治療方法。
- 拒絕任何被提議的治療。
- 不因如年齡、種族、疾病種類等受到歧視性對待。
- 不受任何性利用或性騷擾。
- 得到所有處方藥及其可能產生的副作用的解釋。
- 寫一份預先說明，表明您的選擇和對某種心理健康治療的偏好。
- 接受醫學上必要的高品質服務。
- 徵求其他心理健康專業人士的建議。
- 向您的代理或NSMHA投訴。
- 根據書面的預付住院病人醫療計劃 (PIHP) 的批准書，要求PIHP上訴（為享受Medicaid者）。
- 選擇一個心理健康醫療機構或為您13歲以下的孩子選擇。
- 在開始的90天改換心理健康醫療機構（也有可能是更經常的）。
- 要求召開管理（公平）機構聽證會。
- 要求並得到一份您的醫療記錄，並要求更改的權利。
- 不遭到報復。
- 詢問NSMHA和社區心理健康代理(CMHA)有關您權利的政策和程序。

通過致電1.888.713.6010，個人還可以向 Mental Health Division (MHD)投訴有關不遵守為精神病醫療所定的預先說明書的情況。

聯繫電話

危及生命的緊急情況..... 911

24小時危機應對 800.584.3578

非緊急情況及首次預約 888.693.7200

您可以致電欺詐和濫用辦公室的Charles Benjamin報告欺詐和濫用行為，電話號碼1.800.684.3555 / 360.416.7013，或發電子郵件到: charles_benjamin@nsmha.org。您可以匿名舉報。

NSMHA 簽約提供者

Island 縣

Compass Health, Camano Island	360.387.2736/1.800.457.9303
Compass Health, Coupeville	360.678.5555/1.800.457.9303

San Juan 縣

Compass Health	360.378.2669/1.800.457.9303
----------------	-----------------------------

Skagit 縣

Catholic Community Services	360.856.3054/1.888.504.9992
Compass Health	360.419.3500/1.800.457.9303
Sea Mar Clinic	360.428.8912/1.866.923.2312
Sunrise Services	360.336.3762/1.888.774.9658

Snohomish 縣

Compass Health	425.349.6200/1.800.457.9303
bridgeways	425.513.8213/1.877.355.8668
Sea Mar Clinic	425.347.5415/1.866.923.2312
Catholic Community Services	425.257.2111/1.888.504.9996
Sunrise Services	425.347.3149/1.888.774.9658

Whatcom 縣

Whatcom Counseling & Psychiatric Clinic	360.676.2220/1.888.311.0120
Catholic Community Services	360.676.2164/1.888.504.2221
Lake Whatcom Center	360.676.6000/1.888.676.6002
Sea Mar Clinic	360.734.5458/1.866.923.2312
Interfaith Community Health Clinic	360.676.6177/1.877.235.6850

欲知更多信息，請致電您的縣心理健康協調員：

Island 縣協調員	360.678.7881
San Juan 縣協調員	360.378.4474
Skagit 縣協調員	360.336.9395
Snohomish 縣協調員	425.388.7200
Whatcom 縣協調員	360.676.6724

North Sound地區外的代理為尋求個人加入North Sound預付住院病人心理健康計劃的證明和/或批准，請致電1.888.693.7200（訪問線）。