

ספאטלייט אויף: גייסטישע געזונטהייט

OMH ספאטלייט סעריע ברענגט ארויס די שוועריקייטן וואס פארשידענע ניו יארקער באפעלקערונגען האבן. מיר אנערקענען די אייגנארטיגע פראבלעמען ארום גייסטישע געזונטהייט און לאדענען אייך צו געוואר ווערן מער.

ווייניגער ווי 1% פון ערוואקסענע מיט גייסטישע קראנקהייט און ווייניגער ווי א 14 פון קינדער און צענערלינגען באקומען די באהאנדלונג וואס קען זיי העלפן זיך שפירן בעסער.



קינדער און צענערלינגען



ערוואקסענע

האט איר געוואוסט?

כאטש 1 פון 5 ניו יארקער וועלן דורכגיין א גייסטישע געזונטהייט דיסארדער אין סיי וועלכע יאר.



1,700 ניו יארקער שטארבן פון זעלבסט-מארד יעדע יאר.



2 טע
פירנדע גורם

פון טויט פון מענטשן אין יארגאנג פון 10 ביז 34.



10 טע
פירנדע גורם

פון טויט אין די פאראייניגטע שטאטן

האט איר געוואוסט?

צווישן 80% און 90% פון מענטשן מיט דעפרעסיע רעאגירן גוט צו באהאנדלונג. כמעט אלע פאציענטן באקומען א געוויסע פארלייכטערונג פון זייער סימפטאמען.

אינפארמאציע פון NAMI, CDC, APA און דער U.S Department of Health and Human Services

אויב איר מוטשעט זיך מיט אייער גייסטישע געזונטהייט, זענען דא פיל סיבות צו האבן האפענונג. באהאנדלונג קען זיין זייער סוקסעספול. געזעלשאפט שטיצע קען זיין זייער עפעקטיוו.

פאר מער אינפארמאציע אויף גייסטישע געזונטהייט ערהוילונג, באזוכט: <https://www.mhanational.org/recovery-support>



נעמט שריט

מאכט עס נארמאל צו פרעגן וועגן גייסטישע געזונטהייט. אינטערעסירט זיך אויף אנדערע און פרעגט זיי דירעקט וויאזוי זיי פילן. דאנקט זיי אויב זיי וועלן אויס צו מיטטיילן זייער שוועריקייטן מיט אייך. פרובירט נישט צו לעזן זייערע פראבלעמען אדער אוועקמאכן זייערע זארגן; אנשטאט דעם, בארעכטיגט זייערע געפילן און לאזט זיי וויסן אז איר הערט זיי.

טיילט מיט אייער געשיכטע. רוב מענטשן האבן זיך שוין געמוטשעט מיט זייער גייסטישע געזונט ערגעץ וואו אין זייער לעבן. רעדן אפן וועגן אייער אייגענע געשיכטע קען העלפן אנדערע זיך שפירן ווייניגער אליין.

אינעם ארבעטספלאץ

טוט אייער ארגאניזאציע מאכן אקעי פאר מענטשן צו זאגן ווען זיי מוטשען זיך? נעמט אין באטראכט צו דורכפירן אן אנאנימע אנקעטע אדער אנדערע וועגן צו באקומען פידבעק אויף וויאזוי אייערע ארבעטער ווילן ווערן געשטיצט.

וויאזוי קען אייער פירמע בלייבן ביוגאם און מוטיגן מענטשן צו נעמען די צייט וואס זיי דארפן צו קעיר נעמען פון זייער גייסטישע געזונט?

מאכט הילפסמיטלען פאר גייסטישע געזונטהייט אלעמאל אוועילעבל, אנשטאט ווארטן מיטן עס צושטעלן ביז איינער גייט דורך א שווערע צייט. באטראכט צוצולייגן א גייסטישע געזונטהייט אפטיילונג צו אייער וועכנטליכע אדער מאנאטליכע נייעס בולעטין.

דארפט איר הילף?

NY פראיעקט האפענונג עמאשאנעל סופארט ליניע
(NY Project Hope Emotional Support Helpline): 1-844-863-9314
קריזיס טעקסט ליניע: טעקסט GOT5 צו 741741
נאציאנאלע זעלבסטמארד פארמיידונג ליניע
(National Suicide Prevention Lifeline): 1-800-273-TALK (8255)
טרעוואר ליניע: 1-866-488-7686 (Trevor Lifeline)
אדער טרעוואר טעקסט: טעקסט START צו 678678
OMH קאסטומער פארבינדונג: 1-800-597-8481



Office of
Mental Health