

22 ژوئن 2020

موضوع: اطلاعاتی مهم درباره ارائه خدمات در طول بحران بهداشت عمومی کووید-19

کاربر گرامی:

سازمان سلامت رفتاری کانتی آلameda (ACBH) با ادامه شیوع کرونا ویروس جدید (کووید-19) در سراسر کشور و جامعه محلی ما، از تلاش‌های محلی، ایالتی و ملی برای مبارزه با آن حمایت می‌کند. ارائه خدمات مراقبتی ایمن همیشه اولویت ACBH بوده است و این اولویت هیچگاه بیشتر از این چند ماه گذشته نبوده است. با شروع روند بازیابی ارائه خدمات حضوری، بسیار در تلاشیم تا ایمنی کاربران، کارکنان و ارائه‌دهندگان خود را تضمین کنیم.

این نامه حاوی اطلاعاتی مهم در خصوص خدمات سلامت رفتاری کانتی شماست. لطفاً این اطلاعات را با دقت بخوانید و اگر هر گونه پرسش یا نگرانی داشتید، با ACBH یا ارائه‌دهنده خدمات سلامت رفتاری محلی خود تماس بگیرید.

تصمیم‌گیری درباره خدمات سلامت رفتاری

خدمات سلامت رفتاری به چندین روش قابل ارائه است. این خدمات را می‌توان به صورت حضوری، تلفنی یا از راه دور (ویدئو کنفرانس آنلاین) ارائه داد. همانطور که می‌دانید رفت و آمد به بسیاری از مکان‌های عمومی از جمله مراجعه حضوری به اداره برای خدمات، می‌تواند خطر قرار گرفتن در معرض کروناویروس را افزایش دهد. اگر از وسایل نقلیه عمومی، تاکسی یا خدمات اشتراک سفر استفاده کنید، این خطر افزایش می‌یابد.

لطفاً توجه داشته باشید که گرچه ممکن است در حال حاضر بتوانید خدمات حضوری دریافت کنید، اگر شرایط کووید-19 به گونه‌ای تغییر کند که سلامتی شما در معرض خطر جدی یا بیشتری قرار گیرد، ممکن است از شما خواسته شود برای حفظ ایمنی و سلامتی همه، ملاقات خود را تلفنی یا از راه دور انجام دهید. اگر درباره ملاقات از راه دور نگرانی‌هایی دارید، یا اگر تجهیزات لازم را ندارید (مثلاً تلفن)، لطفاً ابتدا با ارائه دهنده خود صحبت کرده و سپس سعی کنید مشکلات را رفع کنید. اگر در هر زمانی به این نتیجه رسیدید که با ادامه دریافت خدمات یا بازگشت به خدمات تلفنی یا راه دور ایمن‌تر هستید، ارائه‌دهندگان ما همه تلاش خود را می‌کنند تا زمانیکه امکان آن فراهم باشد و از نظر بالینی مناسب باشد، به این تصمیم احترام بگذارند.

اقداماتی برای به حداقل رساندن میزان قرارگیری در معرض ویروس

هنگامی که خدمات را حضوری دریافت می‌کنید، می‌توانید اقدامات احتیاطی خاصی را انجام دهید که هم شما و هم سایر افراد اطراف شما را در برابر این ویروس، بیماری و مرگ احتمالی ایمن‌تر نگه دارد. اگر نمی‌توانید این توصیه‌ها را رعایت کنید، ملاقات تلفنی یا راه دور می‌تواند گزینه بهتری برای شما باشد.

ملاقات حضوری: لطفاً تنها زمانی ملاقات حضوری داشته باشید که احساس سلامتی می‌کنید (علائم بیماری ندارید). اگر تب یا سایر علائم بیماری دارید، لطفاً ملاقات را لغو کنید یا با ارائه دهنده خود تماس بگیرید تا بتوانید ملاقات تلفنی یا راه دور را برنامه ریزی کنید. اگر مایلید این ملاقات را به دلایل بهداشتی لغو کنید، ارائه دهنده شما قطعاً شرایط را درک می‌کنند و برای یافتن سایر گزینه‌ها با شما همکاری می‌کنند.

اتاق انتظار: سعی کنید برای حفظ ایمنی، تا حد ممکن اندکی قبل از وقت ملاقات به محل برسید. به این ترتیب تعداد افرادی که در کلینیک‌های سرپایی یا مطب‌های محلی ما حضور دارند، محدود خواهد بود. اگر نمی‌توانید این کار را به طور ایمن انجام دهید، لطفاً با ارائه دهنده خود برای شناسایی سایر روش‌های کاهش نیاز به انتظار بیش از حد نیاز در اتاق‌های انتظار عمومی یا سایر محیط‌ها، همکاری کنید.





شستن دست‌ها: لطفاً هنگام ورود به ساختمان، دست‌های خود را بشویید یا از ضدعفونی‌کننده الکلی دست استفاده کنید. شستن دست‌ها می‌تواند به توقف شیوع کرونا ویروس کمک کند. لطفاً سعی کنید به صورت یا چشم‌های خود دست نزنید. اگر این کار را کردید، فوراً دستان خود را بشویید یا ضدعفونی کنید.

پوشش صورت (ماسک): ضمن اینکه همچنان تحت الشعاع اثرات کووید-19 هستیم، دستورات بهداشتی آینده ممکن است شما را به استفاده از پوشش صورت/ماسک در مکان‌های عمومی شامل کلینیک‌ها و مطب‌های ما ملزم کند. همچنین ممکن است متوجه شوید که کارکنان از ماسک و دستکش یا سایر تجهیزات حفاظت فردی (PPE) استفاده کنند. استفاده از پوشش صورت یا PPE، در صورت نیاز، می‌تواند به کاهش شیوع کرونا ویروس کمک کند. کودکان زیر 12 سال ملزم به استفاده از ماسک نیستند.

فاصله‌گیری اجتماعی: الزامات فاصله‌گیری اجتماعی یا فیزیکی محلی به این معناست که شما و سایر مراجعین ملزم هستید فاصله ایمن (حداقل شش فوت فاصله) بین خود و دیگران را حفظ کنید. این امر هم در اتاق انتظار و هم در اتاق‌های درمان مهم است. مثلاً، لطفاً صندلی‌ها را جابجا نکنید یا در محلی که نشستن ممنوع شده است، ننشینید. بعلاوه، نباید هیچ تماس فیزیکی (مثلاً دست دادن) با کارکنان یا سایر مراجعین داشته باشید. علی‌رغم این محدودیت‌ها، تشکیلات ما همچنان با ارائه دهندگان ما برای بررسی روش‌هایی در جهت راحتی و رفاه شما همکاری خواهد کرد.

کودکان: اگر در وقت ملاقات، فرزندان را با خود می‌آورید، لطفاً اطمینان حاصل کنید که فرزندان همه این اقدامات احتیاطی ایمنی و دستورالعمل‌های فاصله‌گیری را رعایت کنند.

اگر این تغییرات باعث می‌شود به زحمت بیفتید یا دچار اضطراب شوید، لطفاً به ارائه‌دهنده خود یا یکی از اعضای تیم سلامت رفتاری اطلاع دهید تا بتوانیم به شما کمک کنیم. این اقدامات برای حفظ حداکثر ایمنی ممکن همه افراد در طول این دوران پرچالش اتخاذ شده است.

رعایت این اقدامات بین جلسات ملاقات برای به حداقل رساندن قرارگیری در معرض کووید-19

لطفاً به یاد داشته باشید اگر شغلی دارید که با سایر افراد مبتلا در ارتباط هستید، یا اگر مسئولیت‌هایی دارید یا فعالیت‌هایی انجام می‌دهید که در تماس نزدیک با سایر افراد (به جز خانواده خود) قرار می‌گیرید، خطر بیشتری از قرارگیری در معرض کووید-19 شما را تهدید می‌کند. همچنان بدانید که اگر با دیگران زندگی می‌کنید (به ویژه افراد بالای 65 سال یا افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن)، قرارگیری شما در معرض ویروس، جان آن‌ها را به خطر می‌اندازد.

باید خطر قرارگیری خود و قرار دادن دیگران در معرض این ویروس را هنگام تصمیم‌گیری برای دریافت بهترین خدمات درمانی در این زمان (حضور در مقابل تلفنی یا راه دور) در نظر بگیرید. اگر تست عفونت یکی از ساکنان منزل شما مثبت شده است، لطفاً به ارائه‌دهندگان خدمات پزشکی خود اطلاع دهید. با اطلاع‌رسانی به تیم سلامت رفتاری خود، به تشکیلات ما نیز کمک می‌کنید احتمال برخورداری شما از مزایای حمایت‌های مربوط به کووید-19 را بررسی کند و ضمن بهبودی شما، سلامتی سایرین نیز حفظ شود.

اقداماتی که ما برای به حداقل رساندن قرارگیری در معرض ویروس انجام می‌دهیم

اولویت اول ما همچنان ایمنی و سلامت کاربران، کارکنان و ارائه‌دهندگان ماست. برنامه‌های ما اقداماتی را در نظر گرفته‌اند تا خطر شیوع کرونا ویروس در مطب‌ها را کاهش دهند و، طبق دستورالعمل مقام مسئول بهداشت کانتی (County Health Officer)، اطلاعیه‌های ضروری را در تمامی مکان‌ها نصب کرده‌اند. توجه داشته باشید که اعضای تیم ما نیز پذیرفته‌اند که در صورت داشتن علائم یا بیمار بودن، در منزل بمانند. سلامتی شما و سلامتی و تندرستی جامعه ما برایمان ارزشمند است؛ و مطمئن هستیم که ارائه‌دهنده خدمات سلامت رفتاری شما می‌تواند در صورت لزوم سایر هماهنگی‌ها را برای ارائه خدمات صورت دهد.





ما همچنان به نظارت بر این شرایط به صورت ملی، منطقه‌ای و محلی ادامه می‌دهیم تا از آخرین اطلاعات مربوط به پیشرفت‌های مرتبط با این پاندمی و بهترین اقدامات توصیه شده مطلع باشیم. آخرین اطلاعات را با تغییر شرایط به شما اطلاع می‌دهیم. اگر درباره کووید-19 پرسشی داشتید، لطفاً حتماً آن‌ها را با ارائه دهنده خدمات پزشکی خود در میان بگذارید یا برای کسب اطلاعات بیشتر، از <http://www.acphd.org/2019-ncov.aspx> دیدن کنید. اگر درباره درمان سلامت رفتاری خود پرسشی دارید، لطفاً آن را با ارائه دهنده خدمات سلامت رفتاری خود در میان بگذارید.

بابت خواندن این نامه و اطلاعات مهم آن از شما سپاسگزاریم. با هم می‌توانیم اقداماتی مطلوب برای کاهش خطر قرارگیری در معرض این ویروس و کمک به حفظ سلامتی و ایمنی شما، خانواده شما، سایر افراد و جامعه محلی انجام دهیم.

سلامت بمانید

آرون چاپمن (MD، Aaron Chapman)
مقام ارشد پزشکی

کارین تریبل (LCSW، PsyD، Karyn Tribble)

مدیر ACBH

