

# Психічне здоров'я

У Швейцарії не роблять різниці між психічними та фізичними захворюваннями. Базове страхування покриває лікування психічно хворих фахівцями та перебування у стаціонарі.

## Підтримка та консультації

У Швейцарії є багато фахівців, які допомагають у складних особистих чи сімейних ситуаціях. Базове страхування покриває лікування психічних захворювань у законно визнаних фахівців, наприклад, психіатрів. Перебування в клініці також сплачується. Якщо у вас виникли проблеми, ви також можете безкоштовно звернутися до анонімних консультаційних центрів. Наприклад, організація «Dargebotene Hand» проводить консультації телефоном, за допомогою електронної пошти або в чаті (телефон 143, [www.143.ch](http://www.143.ch)). Сімейні лікарі також можуть надати допомогу. Якщо людині загрожує серйозна небезпека заподіяти шкоду собі чи іншим, необхідно швидко вжити заходів. У таких надзвичайних ситуаціях допоможе поліція (телефон 117).

## Діти та підлітки

Для підлітків з психічними проблемами першим гарним координаційним центром є безкоштовна молодіжна психологічна служба. Батьки, які дбають про своїх дітей, також можуть повідомити туди. Безкоштовну та анонімну підтримку для дітей та підлітків пропонує гаряча лінія для дітей за телефоном, за допомогою електронної пошти або в чаті (тел. 147, [www.147.ch](http://www.147.ch)). Для невідкладної психіатричної допомоги дітям та підліткам Центральна амбулаторія для дітей та підлітків (ZAKJ) доступна цілодобово за номером телефона 056 462 21 20.

## Залежність

У боротьбі із залежністю допомагають центри боротьби із залежностями організації Suchtberatung ags та консультаційний центр району Баден. Центри пропонують безкоштовні конфіденційні консультації та підтримку. До консультаційних центрів можна також звернутися за допомогою для родичів або близьких людей. Консультації проводяться також декількома іноземними мовами. Залежність не обмежується лише алкогольною чи наркотичною залежністю. Центри боротьби із залежностями допомагають подолати й інші залежності, наприклад, залежність від ігор, покупок, Інтернету або розлади харчової поведінки. Запитання можна поставити також за допомогою електронної пошти.

## **Травматизація**

Той, хто зіткнувся з поганими подіями у своєму житті і не може це пережити, повинен звернутися за допомогою. Оскільки травми — це серйозні психічні захворювання. Окрім консультаційних та допоміжних пропозицій щодо психологічних проблем і захворювань, існують також спеціалізовані контактні пункти та лікування для жертв війни та катувань.

## **Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)**

[www.selam-aargau.ch/uk/gesundheit/psychische-gesundheit](http://www.selam-aargau.ch/uk/gesundheit/psychische-gesundheit)