መሰል ጥዕና

እዚ ወረቐት እዚ ኣብ ሞንጎ ምትሕብባር ዑቕባ ጀኔቫን፣ ለው ክሊኒክ ዩኒቨርሲቲ ጀኔቫን ብዝተገብረ ምትሕብባር ዝፈረየ ወረቓቕቲ ኢዩ። ኣብ ጀኔቫ ዝነብሩ ኣሰናይ ንዘይብሎም ነኣሸቱ ቆልዑን መንእሰያትን ዝዓለመ ኢዩ። ብዛዕባ ገለ ካብ መሰላቶም ንምሕባርን፣ ብዝቐለለ መንገዲ ናብ ኩሉ መአተዊ ንክረኽቡ ንምግባርን ኢዩ። ንዝርዝራውን ዝያዳ ሓበሬታን ነዚ መንሹር (ጽሑፋት) ብዛዕባ መሰላት ነኣሸቱ ኣሰናይ ዘይብሎ ቆልዑ ኣብ ሕጊ ክሊኒክ ጅኔቫ ከተማኽር ትኽእል ኢኻ።

ጽቡቕ ኩነታት ጥዕና ቀንዲ ምንጪ ማሕበራዊ ቁጠባን ውልቃው ምዕባለታትን ኢዩ። መንበሪ ምህላው መእተዊ ናብ ትምህርቲ እኹል ፋይናንሳዊ ጸጋታት ውሕስነት ምህላው ኣገደስቲ ባእታታት ኢዮም። እዞም ኩሎም ባእታታት እዚኣቶም አንተዘይተረኺቦም ሓደ ሓደ እዋን ጽቡቕ ጥዕና ክህልወካ ከቢድ ኢዩ። ሓካይምን ሰብ ሞያ ጥዕናን ክሕግዙኻ ይኽእሉ ኢዮም።

ሕጋዊ ሕቶታትን መልሱን

- **ምስ ውሕስነት ጥዕና ዝተኣሳሰር**

መድሕን ጥዕና ንክፋል ናይ ሕክምናኻ ይኸፍሎ ኢዩ። ኣብ ሆስፒስ ጀነራል (Hospice General) ትምርኮስ እንተኾንካ ኣብ ናይ ሕክምና ወጻኢታትካ ከከም ኩነታትካ ክሽፍነልካ ይኽእል ኢዩ። ኣብ ስዊዘርላንድ ትነብር አንተድኣ ኣለኻ ኮይንካ ዕድመኻ ብዘየገድስ መድሕን ጥዕና ክህልወካ ግዴታ ኢዩ። ናይ ሆስፒስ ጀነራል መድሕን ኣለካ። ካብ ሆስፒስ ጀነራል ወጻኢ ርእስኻ ምስትኽእል ንመድሕን ጥዕናኻ ትመርጽን፣ መድሕን ትኸፍልን ኣብ ክፍሊት ጥዕናኻ ኣስተዋጽኦ ትገብርን ሓላፍነት ትወስድ ንስኻ ኢኻ። ሕጋዊ መንበሪ አንተዘይብልካ መድሕን ጥዕና ክህልወካ ይከኣል ኢዩ። ነገር ንምውጋድ ዕዳኻ ብስሩዕ ክትከፍል ኣገዳሲ ኢዩ።

- **መሰል ሕሙምን ሕክምናዊ ምስጢርን**

አቲ አተማኽሮ ሓኪም ዋና ምስጢራት ሕክምናኻ ኢዩ። ብዘይ ናትካ ስምምዕ ንኩነታት ጥዕናኻ ዝምልከት ዝኾነ ሓበሬታ ከመሓላልፍ ኣይክእልን ኢዩ። ነዚ ክትፈልጦ ኣገዳሲ ኢዩ። ሓካይም አቲ ዝግበረልካ ሕክምናዊ ፍወሳን፣ ዝግበረልካ ክንክንን አንታይ ከምዘጠቓልል ክገልጹልካ ኣለዎም። ንዝግበረልካ ክንክን ክትኣብን ንትወስዶ መድሃኒት ከተቃርጾን መሰል ኣለካ። ብዛዕባ አዚ ምስ ሓኪምካ ክትዛረብ ኣገዳሲ ኢዩ። ሕክምናዊ ክንክን ብሓይሊ ክትገብር ኣይትግደድን ኢኻ። ብዛዕባ ናይ ጥዕናኻ ፋይል ክትውከስን ዘይተረዳኣካ ክገልጸልካ ክትሓትትን መሰል ኣለካ። ቕዳሕ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ። ኣብ ኩሉ ትገብሮ ሕክምናዊ ቆጸራኻ ተርጋሚ ክትገብር ይከኣል ኢዩ። ተርጋሚ ናይቲ ሕክምናዊ ምስጢራት ኣለዎ ኢዩ። ብኣባላት ሕክምና ዝግበረልካ ክንክንን ፍወሳን ናይ ምርዳእ ሽግር ምስ ዝህልወካ ህዝባዊ ሆስፒታል ብናጻ ተርጋሚ ክቕርበልካ ኣለዎ። ናይ ብሕቲ ኣብያተ ጽሕፈት ኣብ ግዜ ቆጸራ ሕክምና ተርጋሚ ክቕርቡ ናይ ግድን ኣይኮነን።

- **ናይ ኣእምሮን ስነ-ልቦናዊ ክንክንን ከመይ ይርከብ**

አንተደኣ ጉሂኻ፣ ጭንቀት ኣለካ፣ ወይ ተቖጢዕካ ጸልማት ዝኾነ ሓሳብ ትሓስብ አንተኮይንካ፣ ክትመውት ትደሊ አንተድኣ ኮይንካ ወይ ከኣ ብዙሕ ኣልኮል ተህልኽ አንተኮይንካ ወይ ውን ሓሸሸ (cannabis) ወይ ካልእ ነገራት ቀልጢፍካ ንሓኪምካ ክትሕብሮ ኣገዳሲ ኢዩ። እዚ ትሕብሮ ናይ ስድራቤት ሓኪምካ ወይ ኣብ ሆስፒታል ክፍሊ ህጹጽ ረዲኤት (--- ክኸውን ይኽእል ኢዩ። አዚ ሓኪም ከኣ ናብ ሕኪም ስነ-ኣእምሮ ወይ ናብ ሓኪም ስነ-ልቦና ክልእከካ ይኽእል። ኣብ ሆስፒታል ስነ-ልቦናዊ ሕማቕ ንዝስምዕም መንእሰያት ዝኸውን ማላታቪ (MALATAVI) ዝብሃል ፍሉይ ማእከል ሕክምና ኣሎ። መዕልታዊ ኽኣ 24 ሰዓት ብቴሌፎን ክርከብ ይኽእል። ካልኦት ስነልቦናዊ ምኽሪ ዝህባ ማሕበራት ውን ኣለዋ። ምትአስሳርን ብዝሕን፣ አቲ ዝቐለለ መንገዲ ንሓኪም ክትረኽቦ ምሕታት ኢዩ።

መሰል ጥዕና

- **ክንክን ስኒ**

ክንክንን ሕክምናና ስኒ ብመድሕን ሕክምና ኢዩ ዝሽፈን። ንአሽቶ አንተኮይንካ ኣብ ናይ ነኣሽቱ ብናጻ ክንክን ዝግበረሉ ወይ ብሆስፒታል ጀነራል ኣብ ዝኽፈል ሕክምና ስኒ ክትሕከም መአተዊ ኣለካ። ናብኡ ክትከይድ ኣብ ሆስፒታል ጀነራል ዘሎ ሓላይኻ (social assistant) ክትረኽቦ ኣለካ። ዕድመኻ ዝኣኸለ መንአሰይ አንተኾንካ ግን ኣላይኻ ናብ 500 ፍራንክ መጠን ዘለዎ ሕክምና ክትጅምር ዝፈቕደልካ ናይ ስኒ ውሕስነት ይገብረልካ። አዚ ዝገብረልካ ሕክምና ናይ ልዕሊ 500 ፍራንክ ምስዝኸውን ሓኪም ስኒ ገምጋም ብምግባር ናብ ኣላይኻ ይልአኮ'ሞ አቲ ኣላዪ ከኣ ናብ ዘጻርዩ ክኢላታት የቕርቦ። አዚኦም እቲ ዝወሃብ ክንክን ሕክምና ስኒ ጽቡቕ ገይሩ አንተተዋሃሂዱ ዘጻርዩ ኢዮም። ብርቱዕ ቃንዛ ስኒ ወይ ሙግሊ ዘለዎ ቁስሊ፣ ህጹጽ ሕክምና ክትረክብ ናብ ክፍሊ ናይ ህጹጽ ረዲኤት ሆስፒታል (Emergency) ክትከይድ ኣለካ። ምስ ኣላዪ ትነብር አንተዘይኮንካ ንሓኪም ስኒ ምኽሪ ሓቲትካ፣ ገምጋም ክንደይ ከም ዝኾነ ሕተቶ። ክትከፍሎ ገንዘብ ከምዘይብልካ ክትነግሮ ኣለካ። ነዚ ወጻኢታት ዝኸውን ናይ ብሕቲ ትካል ረዲኤት ክትደሊ ኢኻ።

ማሕበራዊ ኣገልግሎታት በዚ ኣገባብ እዚ ክሕግዙኻ ይኽእሉ ኢዮም። ሕጋዊ መንበሪ ፍቓድ አንተድኣ ዘይብልካ ኮይኑ ካምስኮ (CAMSCO) ናብ ዝበሃል ማእከል ክትከይድ ትኽእል ኢኻ።

- **ውጥን ስድራቤትን ሜላ መከላኸሊ ጥንስን ወይ ከኣ ምክልኻል ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማትን**

ካብ ጥዕና ጾታዊ ርክብን ኣሃዱ ውጥን ስድራቤትን፣ መንበሪ ፍቓድካ፣ ዕድመኻ፣ መበቆልካ፣ ጾታኻ፣ መንነትካ ወይ ስጋዊ ኦሬንቴሽን (orientation) ብዘየገድስ ነጻ ምኽሪ ክትረክብ መሰል ኣለካ። ብዛዕባ መከላኸሊ ጥንሲ፣ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማማት ወዘተ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ። እዚ ማለት ናይ ምክልኻል ጥንሲ ብመድሕን ጥዕና ኣይክፈልን ኢዩ። እዚኦም ዘድልዩኻ አንተኮይኖም ብናትካ ሓላፍነት ኢኻ ትገብሮም ብዘይካ ናይ ክንክን ጥዕና መርበብ ዑቕባ (RSA) ሓታቲ አንተዘይኮንካ።

መመርመሪ ናይ ጥንሲ ወይ ከኣ መከላኸሊ ጥንሲ እንተ ኣድልዩ ብ10 ፍራንክ ፡ ፕላኒን ፋሚልያል (Santé Sexuelle et Planning familial) ኣብ ዝብሃል ማእከል ክትረክብ ትኽእል ኢኻ ። ኣብ ፋርማሲ እንከላይ ክትረኽቦ ትኽእል ኢኻ።

መሰል ጥዕና

ምንጭን ኣገደስቲ ኣድራሻታትን

Unité santé jeunes des HUG : +41 22 372 33 87, contact.santejeunes@hcuge.ch, Boulevard de la Cluse 87.

Association Pluriels : +41 22 328 68 20, pluriels@pluriels.ch, Rue des Voisins 14 (3ème étage).
Tu peux ici bénéficier de consultations avec un·e psychologue (il n'est pas nécessaire d'avoir une assurance maladie). Interprètes communautaires à disposition.

Association Appartenances : +41 22 781 02 05, www.appartenances-ge.ch, Boulevard Saint Georges 72.
Des soins et des consultations psychothérapeutiques sont fournis. Interprètes communautaires à disposition.

La Roseraie : +41 22 552 02 64, info@centreroseraie.ch, Rue de la Maladière 2, 1205 Genève.
Permanence de soutien psychologique.

Programme santé migrants (PSM) : +41 22 372 33 33, www.migrantcare.ch, Rue Gabrielle-Perret-Gentil 4.

Urgences pédiatriques des HUG (jusqu'à 16 ans) : Avenue de la Roseraie 47.

CAMSCO (si tu n'as pas d'assurance maladie) : +41 22 372 53 11, www.hug-ge.ch/consultation/soins-communautaires-camsco, Rue Hugo de Senger 4.

Clinique universitaire de médecine dentaire (CUMD) : +41 22 379 40 00, info-cumd@unige.ch, 19 Rue Lambard, sur rendez-vous.

Malatavie (Unité de crise pour ado) : +41 22 372 48 57, Avenue de Beau-Séjour 20, 1206 Genève.

Point d'eau : +41 22 732 67 00, www.carrefour-rue.ch, Rue Chandieu 4. Ici tu trouveras un espace d'hygiène et de santé gratuit (mise à disposition de douches ainsi que de soins infirmiers et médicaux).

Unité de santé sexuelle et planning familial (USSPF) : +41 22 372 55 00, santesexuelle-planningfamiliale@hcuhge.ch, Boulevard de la Cluse 47, 4ème étage.

Droit des patient·es : https://www.vd.ch/themes/sante-soins-et-handicap/patients-et-residents-droits-et-qualite-de-soins/les-droits-des-patients/.