



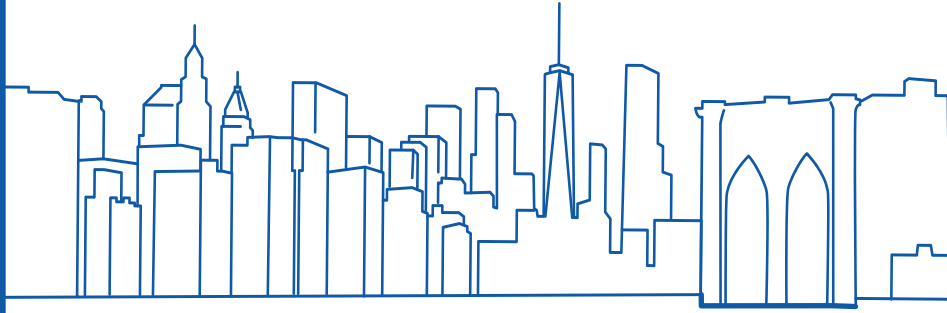
合作夥伴：



NYC
HEALTH+
HOSPITALS

如何援助需要 精神醫療護理 的人

即刻獲取援助.....	3
尋找精神健康提供者	6
援助那些難以隨時獲得護理的人.....	8
尋求醫院治療.....	10
同伴支持.....	13
為家人、朋友和照顧者尋求支持.....	14



在紐約市，每個人都有獲得醫療護理的保障 - 包括精神醫療護理。

在紐約市的各個社區，無論保險承保、年齡、移民身份或支付能力如何，都可以獲得以多種語言提供的低成本或免費服務。

精神健康需求可以有多種形式。使用該指南來尋找適當援助。

即刻獲取援助

免費諮詢精神健康顧問

紐約市的綜合行為健康熱線 NYC Well 透過電話、短信或聊天的方式一週 7 天，一天 24 小時全天候提供免費和保密的支持。顧問可提供：

- 對壓力、抑鬱、焦慮或吸毒和酗酒等問題的即時支持，
- 危機諮詢和自殺預防諮詢，以及
- 曾經歷精神健康或藥物濫用個人考驗的同伴專家提供的支持

紐約人可以代表自己或其他人聯繫 NYC Well。年輕人可以代表其父母或照顧者致電 NYC Well，任何人都可以代表孩子致電 NYC Well。我們為所有年齡段提供支持，且可以提供 200 多種語言。

- 致電 **1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)**
- 發送短信「Well」至 65173
- 登入 nyc.gov/nycwell 線上聊天
- 失聰/重聽人士的電話中轉服務：請致電 711。
- Español：按 3
- 中文：按 5

即刻獲取援助

緊急行為健康危機的當面援助

如果您自己、父母或其他家庭成員、朋友或熟人正在經歷行為健康危機（或面臨該風險），且您對此非常擔心，則您可以致電 NYC Well 並申請流動危機團隊。

流動危機團隊服務時間為一週七天，每天早上 8 點到晚上 8 點，在此期間內，該團隊通常在數小時內到達，幫助那些無法或不願接受護理的人。流動危機團隊：

- 成員包括精神健康臨床醫生和同伴、
- 為兒童和成年人提供家庭服務，且
- 提供危機干預、緩解、評估以及持續精神健康和藥物濫用治療和支持的渠道

無需保險即可接受流動危機團隊的服務，但如有保險承保，則將收取保險費用。

為您認為無家可歸的人提供緊急精神健康援助

如果您在公共場所看到一些人，認為他們可能無家可歸，且需要緊急救護，請致電 **311** 並申請街道外聯團隊。這些團隊會提供緊急援助、將其送至收容所、進行持續病例管理並對可能需要緊急救援的醫療或精神健康危機進行評估。

緊急精神健康援助

如果有人對自己或他人有迫在眉睫的危險，或需要立即就醫，請致電 **911**。在適當情況下，警察和緊急醫療服務人員將作出反應，並可能用救護車將其送往醫院。

尋找精神健康提供者

尋找精神健康提供者

NYC Well 可以使用紐約市行為健康提供者的廣泛數據庫，幫助您找到合適的提供者，無論您的保險承保如何。

- 造訪 nyc.gov/nycwell 探索 NYC Well 提供者數據庫，點擊功能表中的「**查找服務**」(Find Services) 或致電 **1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)**，要求顧問幫助尋找合適的提供者。

對於有醫療保險的紐約人，除致電 NYC Well 外，您還可以聯繫您的醫療保險公司，以查找您的保險承保的提供者。

對於沒有醫療保險的紐約人，紐約市護理計畫保證為紐約人提供低成本和免費的身體和行為健康服務。所有服務均透過 NYC Health + Hospitals 提供。

- 想要註冊：致電 **1-646-NYC-CARE (1-646-692-2273)**

如果您代表別人尋求服務，盡力提供您認為需要援助的原因的詳細資訊會很有幫助。準備好描述：

- 有問題的症狀或行為，
- 此人員所在地，
- 如何聯繫他們，以及
- 您注意到其需要援助的時間已有多久

這種詳細資訊可以幫助提供者提供正確的支持。

為學生和家庭獲取援助

所有學生和家庭都可獲得精神健康支持和資源。諮詢您學校的家長協調員、學校社會工作者或指導顧問瞭解更多資訊，或造訪 nyc.gov/schoolmentalhealth 瞭解如何獲取本市公立學校的精神健康服務。

獲得持續支持

紐約的老年人：紐約的老年人（60 歲及以上）如被隔離，可以透過「友好探訪」(Friendly Visiting) 或「友好之聲」(friendly VOICES) 計畫申請志願者支持。老年人可以與自願探訪者或同齡人配對，或加入虛擬小組。

- 致電 **1-212-244-6469** 聯繫 **Aging Connect** 獲得支持

退伍軍人：對於可能需要援助或傾訴對象的退伍軍人，退伍軍人社區的志願者可以透過任務：VetCheck 計畫 (Mission:VetCheck) 向其撥打支持性簽到電話。

- 退伍軍人申請簽到電話的網址為 nyc.gov/vetcheck

援助那些難以隨時獲得護理的人

為嚴重精神疾病患者提供靈活的社區治療

紐約市健康和精神衛生部 (Department of Health and Mental Hygiene) 為患有嚴重精神疾病，且對服務需求較高，無法獲得或隨時獲得現場或臨床治療的紐約人提供一系列服務。這些服務可以包括護理協調或來自跨學科流動治療團隊的持續臨床支持。

需要轉介獲得這些服務，且個人的精神健康提供者，即門診醫生和住院醫生，可以開始相關流程，幫助個人獲得接受這些服務的資格。

- 造訪心理健康：單點存取計畫 (Mental Health: Single Point of Access) 網站獲取更多資訊，網址為 <https://www1.nyc.gov/site/doh/providers/resources/mental-illness-single-point-of-access.page>
- 該網站包括這些服務的描述和提交轉介的要求，其中包括最近的社會心理評估和客戶同意書。想要獲得申請方式相關問題的答案，請發送電子郵件至 SPOASupport@health.nyc.gov

對那些難以隨時接受治療且對自己或他人構成迫在眉睫風險的人提供集中援助

在紐約州，法院可以根據被稱為輔助門診治療 (Assisted Outpatient Treatment, AOT) 或《肯德拉法》(Kendra's Law) 的法律，強制要求在沒有幫助的情況下不太可能在社區中安全存活的精神疾病患者參與精神健康治療。

幾乎任何與患者有個人或專業聯繫的人都可以進行轉介，包括家庭成員、室友、醫療護理專業人員、治療提供者以及懲教官員、保釋官或緩刑官員。

在法官命令符合法律標準的人接受 AOT 後，將為此人提供本市 AOT 計畫，該計畫將安排其接受門診精神健康治療，並監控其是否配合治療，以幫助他們順利地在社區中生活。

- 想要瞭解如何開始 AOT 流程的更多資訊，請造訪 <https://www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/assisted-outpatient-treatment.page> 或致電其中一個輔助門診治療計畫的主要號碼：

- Manhattan AOT 團隊：
1-347-396-7373
- Queens AOT 團隊：
1-347-396-7004
- Bronx AOT 團隊：
1-347-396-7375
- Brooklyn/Staten Island AOT 團隊：
1-347-396-7374

尋找醫院治療

住院治療精神疾病

住院治療，也稱為住院精神醫療護理，可以幫助穩定具有急性精神症狀的患者。住院期間，醫生和其他精神健康專業人員將進行診斷並開始治療計畫。即使患者病情穩定，住院治療時間也可能會延長幾天或更久。在許多醫院，社會工作者會與患者家屬會面，制定出院計畫，以確保患者在出院後有一個安全的地方繼續接受治療。

為確定是否需要住院治療，紐約人可以在每個行政區的綜合精神病緊急服務計畫 (Comprehensive Psychiatric Emergency Services Program, CPEP) 網站接受即時評估、危機穩定和緊急精神健康支持。

- 致電 **1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)** 查找距您最近的 Health + Hospitals 綜合精神病緊急服務計畫 (CPEP) 或造訪 nyc.gov/nycwell，點擊功能表中的「**查找服務**」(Find Services) 查找紐約市的所有 CPEP。

如果一個人出現相關症狀且拒絕去醫院或參與治療，則可以選擇進行非自願精神病評估，這可能會導致非自願住院。如果此人的行為方式可能會對自己或他人造成嚴重傷害，則可以透過幾種方法對其進行評估，以確定採取何種行動。

- **您可以聯繫某些醫療專業人員**，以對此當事人進行評估並確定適當的後續步驟。
 - 如果您認識當事人現有精神病醫生或精神健康提供者的其中一位，您可以與其溝通
 - 致電 **1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)** 聯繫 NYC Well 申請流動危機團隊，或
 - 致電 **1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)** 查找距您最近的 Health + Hospitals 綜合精神病緊急服務計畫 (CPEP) 或造訪 nyc.gov/nycwell，點擊功能表中的「**查找服務**」(Find Services) 查找紐約市的所有 CPEP。

尋找醫院治療

- **您可以透過法院系統提交進行緊急精神病評估申請。**在紐約，任何人都可以提交關於他人的申請。您不需要律師來提交申請。申請提交後，法官將判定當事人是否患有心理疾病，是否從事擾亂治安的行為，或是否從事可能對自己或他人造成嚴重傷害的行為。如果是，法官將簽發授權令，要求治安官辦公室將當事人帶到法庭，將其拘留，直到可以舉辦第二次聽證會。

根據第二次聽證會的結果，此人員可能會被送往醫院進行精神病評估。

- 想要找到距您最近的適當法院，請致電 **1-800-COURTNY (1-800-268-7869)**。想要獲取 COVID-19 疫情期間紐約州法院營業情況的更多資訊，請造訪 nycourts.gov 或致電冠狀病毒熱線 **1-833-503-0447**
- **如果有人對自己或他人有迫在眉睫的危險，或需要立即就醫，請致電 911。**在適當情況下，警察和緊急醫療服務人員將作出反應，並可能用救護車將其送往醫院。醫院的醫療專業人員將確定當事人是否符合非自願住院的標準。

同伴支持

尋找同伴支持

紐約市有免費的俱樂部，為有精神病史和藥物濫用史的人提供支持性社區。俱樂部旨在幫助人們重新融入社會並維持其在其中的位置，俱樂部提供來自其他成員的相互支持、專業人員支持、工作培訓、教育機會和社會聯繫。

- 想要查找俱樂部，請致電 NYC Well，電話號碼為 **1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)** 或造訪 nyc.gov/nycwell，點擊功能表中的「**查找服務**」(Find Services) 並搜索「**俱樂部**」(clubhouse)

成為同伴

透過紐約同伴專家認證委員會 (New York Peer Specialist Certification Board)，有精神疾病個人經歷的人員可以接受培訓並成為認證的同伴專家。同伴專家被認為是合格的專業人員，可以在許多不同的領域工作，以支持其他人的康復之旅。

- 想要瞭解更多關於成為同伴的好處，以及如何獲得認證，請造訪 nypeerspecialist.org

支持小組

如果您的親人正在經歷精神健康挑戰，學習如何在支持您的親人的同時，照顧好自己可能會有所幫助。

由有護理精神健康問題患者經驗的人員協助的支持小組可以提供重要的資訊和社區。

- NAMI NYC 為有精神健康問題患者的家人和朋友提供許多不同的支持小組。
 - 想要查找支持小組的日程表，請造訪 naminycmetro.org/support-groups-family-members-friends
 - 致電 NAMI 幫助熱線 **1-212-684-3264** 獲取更多資訊

想要瞭解更多精神疾病，以及為精神疾病患者的照顧者和親人提供的支持方面的資訊，請造訪 nami.org/Your-Journey/Family-Members-and-Caregivers

家庭諮詢

來自專業精神健康提供者的家庭諮詢可以幫助改善溝通，幫助您和您的家庭成員更好地瞭解家庭動態，並相互之間建立更牢固的關係。

- NYC Health + Hospitals 提供由全市診所的家庭治療計畫中雙語言雙文化治療師提供的專家護理。
 - 想要預約或查找距您最近的診所，請致電 **1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)**
- NYC Well 的行為健康服務數據庫包含 600 多個提供家庭諮詢的提供者。
 - 造訪 nyc.gov/nycwell，點擊功能表中的「**查找服務**」(Find Services) 並搜索「**家庭諮詢**」(Find Services)
 - 該目錄允許您根據社區、語言和保險類型縮小結果範圍
- 您也可以聯繫 NYC Well 並要求顧問幫助尋找滿足您需求的家庭治療提供者。

在紐約市，獲取精神醫療護理有保障。使用此指南獲取護理

致電 NYC Well 獲取免費且機密的支持，一週 7 天，一天 24 小時全天候為您提供

- 致電 1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)
- 發送短信「Well」至 65173
- 登入 nyc.gov/nycwell 線上聊天
- 失聰/重聽人士的電話中轉服務：請致電 711。
- Español：按 3
- 中文：按 5

想瞭解更多關於紐約市精神健康服務的資訊，請造訪 nyc.gov/mentalhealth



合作夥伴：



NYC
HEALTH+
HOSPITALS

如果有人有迫在眉睫的危險，或需要立即就醫，請致電 911