



Rối Loạn Cường Chế ở Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên

(Compulsive Disorders in Children and Young People)

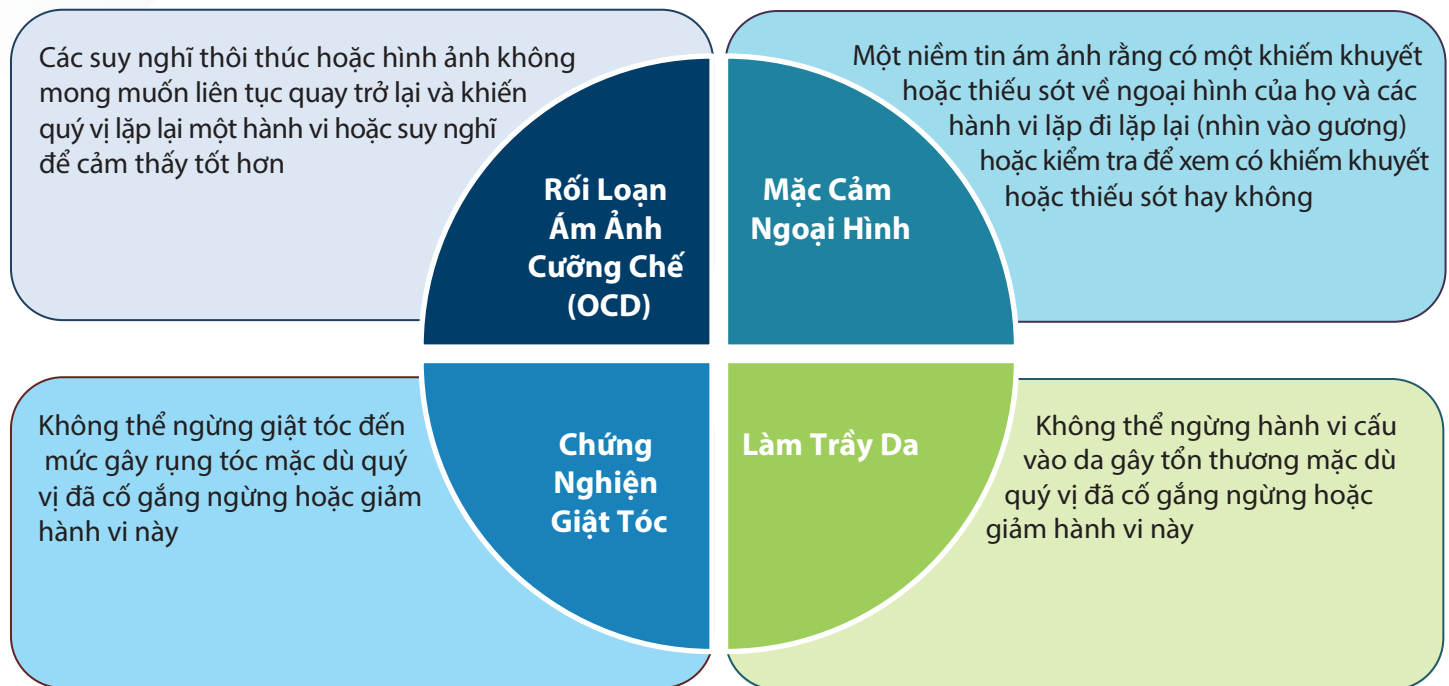
Tờ Thông Tin cho Bệnh Nhân

Phát hành tháng 8 năm 2017

Tình trạng này là gì?

Rối loạn cưỡng chế là khi một người lặp đi lặp lại các suy nghĩ không mong muốn hoặc cảm thấy cần lặp lại một hành vi cụ thể hoặc suy nghĩ trong đầu. Tình trạng này đôi khi bị nhầm với tình trạng lo âu do sự đau khổ mà các suy nghĩ và cảm giác cần lặp lại hành vi gây ra.

Để có thể chẩn đoán, các suy nghĩ và hành vi lặp đi lặp lại phải đủ nghiêm trọng đến mức ảnh hưởng đến khả năng hoạt động của một người (chẳng hạn như khả năng hoạt động thể chất, xã hội, học thuật, v.v.)



Bác Sĩ Gia Đình của tôi sẽ làm gì bây giờ?

Bác Sĩ Gia Đình của quý vị có thể giới thiệu cho con quý vị đi điều trị. Rối loạn cưỡng chế nhẹ đến vừa phải có thể được điều trị hiệu quả bằng phương pháp can thiệp sớm và các chiến lược hành vi cho trẻ. Việc giới thiệu không có nghĩa là con quý vị bị đau ốm nghiêm trọng về tinh thần.

Bác Sĩ Gia Đình của quý vị cũng có thể:

- Giới thiệu con quý vị để nhận tư vấn nhằm giúp các em học cách đối phó với suy nghĩ ám ảnh và các hành vi cưỡng chế.
- Giới thiệu đến một dịch vụ chuyên khoa nếu bị rối loạn cưỡng chế nặng hoặc nếu con quý vị có thể cần dùng thuốc.

Bác Sĩ Gia Đình của quý vị sẽ muốn con quý vị quay lại để họ có thể kiểm tra xem các em đang cải thiện như thế nào. Nếu không cải thiện, Bác Sĩ Gia Đình của quý vị có thể thảo luận về các lựa chọn khác để hỗ trợ.



Tôi nên hỏi bác sĩ của mình những câu hỏi gì?

Có rất nhiều thứ diễn ra trong đầu quý vị, và quý vị rất dễ quên mất những câu hỏi mà quý vị muốn hỏi Bác Sĩ Gia Đình của mình. Dưới đây là danh sách các câu hỏi quý vị có thể muốn hỏi:

- Tôi có thể làm gì để giúp con tôi lúc này?
- Tôi có thể làm gì để giúp con tôi theo thời gian?
- Khi nào tôi nên lên lịch một cuộc hẹn khác?
- Kết quả có đến nhanh không?
- Điều gì sẽ xảy ra nếu tình trạng của con tôi trở nên tồi tệ hơn?

Rối Loạn Cường Chế ở Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên (Compulsive Disorders in Children and Young People)

Tôi có thể làm gì?

Điều quan trọng là hỗ trợ con quý vị trong việc học cách kiểm soát cảm giác cường chế. Việc điều trị thường có thể mất thời gian. Một vài điều quý vị có thể làm bao gồm:

- Đi điều trị sớm vì nó sẽ giúp ngăn các hành vi cường chế trở nên tồi tệ hơn
- Cố gắng đừng khó chịu khi con quý vị đau khổ. Quý vị có thể thấy điều này là không hợp lý nhưng bộ não của con quý vị đang cho biết rằng các em không được an toàn trừ khi các em có suy nghĩ hoặc thực hiện hành vi này.
- Tự chăm sóc bản thân – quý vị là người hỗ trợ chính cho con và thường dễ quên rằng quý vị phải tự chăm sóc bản thân tốt.

Có sẵn những hỗ trợ nào?

Dịch vụ y tế công cộng và các dịch vụ miễn phí khác

Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần cho Trẻ Sơ Sinh, Trẻ Em và Vị Thành Niên (ICAMHS) cung cấp dịch vụ điều trị chuyên khoa cho trẻ em và thanh thiếu niên đến 18 tuổi. Trao đổi với Bác Sĩ Gia Đình của quý vị về dịch vụ này.

Dịch Vụ Tâm Lý Sức Khỏe Ban Đầu và Cộng Đồng hỗ trợ đánh giá và điều trị tâm lý miễn phí cho trẻ em đến 12 tuổi. Hãy gọi số 8788 4200 và yêu cầu được nói chuyện với nhân viên tiếp nhận tâm lý.

Dịch Vụ Sức Khỏe Thanh Thiếu Niên SWSLHD hỗ trợ tư vấn miễn phí cho thanh thiếu niên từ 12-21 tuổi. Hãy liên hệ với một trong các trung tâm của họ và yêu cầu được nói chuyện với nhân viên tiếp nhận:

- Dịch Vụ Sức Khỏe Thanh Thiếu Niên Corner (Bankstown) theo số 9726 8633
- Nhóm Sức Khỏe Thanh Thiếu Niên Fairfield Liverpool (FLYHT) theo số 8717 1717
- Traxside (Campbelltown) theo số 4625 2525

Headspace cung cấp các dịch vụ tư vấn thanh toán ưu đãi cho thanh thiếu niên từ 12-25 tuổi. Hãy liên hệ với một trong các trung tâm của họ để đặt lịch hẹn:

- Bankstown theo số 9393 9669
- Liverpool theo số 8785 3200
- Macarthur theo số 4627 9089

Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần của Mạng Lưới Sức Khỏe Chính Tây Nam Sydney cung cấp hai dịch vụ để cải thiện khả năng tiếp cận các dịch vụ sức khỏe tâm thần cho trẻ em và thanh thiếu niên. Star4kids dành cho trẻ em từ 3 đến 12 tuổi và You In Mind dành cho thanh thiếu niên trên 12 tuổi. Cả hai dịch vụ đều có các tiêu chí cần đáp ứng và giấy giới thiệu của Bác Sĩ Gia Đình. Trao đổi với Bác Sĩ Gia Đình của quý vị về dịch vụ này và xem liệu giấy giới thiệu có hữu ích hay không.

Tùy chọn riêng

Có rất nhiều chuyên gia tư nhân và nhà cung cấp dịch vụ y tế liên kết có thể điều trị tình trạng lo âu cho trẻ. Trao đổi với Bác Sĩ Gia Đình của quý vị về tiền điều trị được giảm.

Tôi có thể tìm hiểu thêm thông tin ở đâu?

- **Bullying No Way** - dành cho trẻ em và phụ huynh: bullyingnoway.gov.au
- **Đường Dây Trợ Giúp Trẻ Em:** kidshelpline.com.au
- **Mạng Lưới Nuôi Dạy Trẻ (Raising Children):** raisingchildren.net.au

Tài liệu này sẽ được sử dụng theo hướng dẫn từ Bác Sĩ Gia Đình của quý vị. Không nên sử dụng tài liệu này để chẩn đoán bệnh trạng hoặc thay thế cho hoạt động chăm sóc y tế đang thực hiện

Tờ thông tin về Hướng Dẫn Tiện Ích Chăm Sóc Sức Khỏe được xác nhận bởi Ủy Ban Tư Vấn Cộng Đồng của Hệ Thống Y Tế Chính Thức Tây Nam Sydney và Bác sĩ Gia đình địa phương

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY

An Australian Government Initiative