

## مسائل روانشناسی

اگر زبان سوئدی شما به اندازه کافی خوب نیست حق دارید در مراجعات خود به بخش خدمات درمانی از مترجم استفاده کنید. بهنگام رزرو وقت درخواست مترجم کنید.

بسیاری از تجربیات و حوادث بر روی تندرستی روانی تأثیر گذارده و اثرات آنها در روح انسان باقی میمانند. هرکس در طول زندگی خود دچار ناراحتیهای روحی از قبیل نگرانی و افسردگی میشود. عکس العمل انسان عجیب نیست. این فقط عکس العمل طبیعی جسم و روح است نسبت به حوادث و وقایعی که در زندگی فرد اتفاق افتاده است.

در اینگونه موارد دانستن مطالب زیر مفید است:  
کمک تخصصی وجود دارد و میتوان درخواست کمک نمود.  
درمان وجود دارد.

درخواست فوری کمک حائز اهمیت است. در غیر اینصورت ناراحتی بصورت مزمن درآمده و انسان چندین سال بیمار خواهد شد.

بخاطر خودتان و خانواده تان قبول و پذیرفتن خدمات تخصصی و مدرن سوئد در زمینه روانپزشکی ارزشمند است. شانس زیادی وجود دارد که حال فرد پس از مداوای دارویی و/یا گفتار درمانی بهبود یابد. داروهای مدرن نه اعتیادآور هستند و نه برای مغز زیان آورند ولی برای تأثیر مطلوب بایستی مطابق تجویز مصرف شوند.

بخاطر داشته باشید:

بدون موافقت شما هیچ فردی از اینکه شما درخواست کمک کرده اید مطلع نخواهد شد.  
کارکنان، مترجم و سایر دست اندرکاران طبق قانون دارای وظیفه رازداری هستند.

امکانات شما در بازار کار منتفی یا محدود نمیشوند.  
درخواست کمک بر روی تحصیل، کار یا برنامه های آتی شما تأثیر منفی نخواهد گذارد.

**برای درخواست کمک میتوانید به درمانگاه محل Vårdcentralen مراجعه کنید.**

چگونه متوجه شوید که بایستی درمان روانپزشکی درخواست کنید؟

موارد زیر نمونه ای از علائم این امر هستند:

اگر غمگین هستید و شوق زندگی را از دست داده اید

اگر اشتهای خود را از دست بدهید

اگر خوابیدن برایتان دشوار شود

اگر احساس اضطراب کنید

اگر تمرکز حواس برایتان دشوار شود

اگر در خواب کابوس ببینید

اگر در بیداری کابوس ببینید