ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

How can a person get into the EPI program?

ਆਪਣੇ ਲਈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਉਸ ਲਈ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰੋ।

ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਵੀ ਆਏ ਰੈਫ਼ਰਲ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਫ਼ੋਨ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਵਿਕਲਪ ਠੀਕ ਹੈ ਅਸੀਂ ਕਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦੇ ਹਾਂ।

ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਸੇਵਾਵਾਂ EPI services

ਸਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਫ਼ਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਅਡਲਟ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰ ਵਿਕਾਸ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਨੋਰੋਗੀ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ, ਸਮਾਜਿਕ ਵਖਰੇਵੇਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ, ਸਿਹਤ ਬਹਾਲ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਮਨੋਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ।

British Columbia Ministry of Children and Family Development

fraserhealth

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ?

Who do you call?

ਜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਜਾਂ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਉਸ ਵਿਚ ਨਜ਼ਰ ਆਏ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚਲੇ ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

- ਸੋਚ ਜਾਂ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿਚ ਅਸਾਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀ
- ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਵਖਰੇਵਾਂ
- ਸ਼ੱਕ ਕਰਨ, ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਫ਼ਿਕਰ ਦੀਆ ਭਾਵਨਾਵਾਂ

ਵ੍ਹਾਈਟ ਰਾਕ, ਲੈਂਗਲੇ, ਡੈਲਟਾ, ਸਰੀ ਲਈ
604-538-4278

ਬਰਨਬੀ, ਟ੍ਰਾਈ-ਸਿਟੀਜ਼ ਮੈਪਲ ਰਿੱਜ, ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਿਨਸਟਰ, ਲਈ
604-777-8386

ਚਿਲੀਵਾਕ, ਐਬਸਫ਼ੋਰਡ, ਮਿਸ਼ਨ, ਅਗਾਸਿਜ਼, ਹੋਪ ਲਈ
1-866-870-7847

ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ? ਸਾਡੇ ਲਈ ਸੁਨੇਹਾ ਛੱਡੋ।

ਮਦਦ ਲਈ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ
Earlypsychosis.ca

Earlypsychosis.ca

www.fraserhealth.ca

Catalogue #264961 (January 2022) Punjabi
To order visit: patienteduc.fraserhealth.ca

Punjabi

epi

earlypsychosis.ca

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਠੀਕ ਨਾ ਲੱਗਣ...ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਗਾ ਵਰਤਾਓ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ...

ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ – ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ!

ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਫ਼ਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
ਮਨੋਰੋਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਕਰੋ।

fraserhealth

ਮਨੋਰੋਗ ਕੀ ਹੈ?

What is psychosis?

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਅਸਮਰੱਥ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਾਲਤ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਬਿਆਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਿਕਰ, ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਇਸ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹਾਲਤ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ। ਪਰ ਮਨੋਰੋਗ ਵੀ ਇੱਕ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

'ਮਨੋਰੋਗ' ਦਿਮਾਗ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ ਹੈ। ਮਨ ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਚ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਪਨਾ ਜਾਂ ਕਲਪਨਾ ਕੀ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਐਸੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇਖਦਾ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲੀ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਐਸੀਆਂ ਸੱਚੀਆਂ ਭਾਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਮਨੋਰੋਗ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮਨੋਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣ

Symptoms of psychosis

- ਐਸੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇਖਣੀਆਂ, ਸੁਣਨੀਆਂ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀਆਂ ਜੋ ਉੱਥੇ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ (ਵਹਿਮ)
- ਐਸੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜੋ ਬਿਲਕੁਲ ਝੂਠੇ ਹਨ (ਭਰਮ)
- ਦੂਸਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਅਤਿਅੰਤ ਦਾ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ (ਸਵੈ ਭਰਮ)
- ਬੇਤਰਤੀਬੇ ਖ਼ਿਆਲ ਅਤੇ ਬੋਲ

ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਮਨੋਰੋਗ ਦੇ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਤਕਰੀਬਨ 100 ਵਿਚੋਂ 3 (3%) ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਮਨੋਰੋਗ ਦੀ ਘਟਨਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਘਟਨਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਜਵਾਨੀ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਰਿਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਵਰਗਾਂ ਦੇ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਇਸਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮਨੋਰੋਗ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਨੋਰੋਗ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਘਟਨਾ ਹੀ ਆਖਰੀ ਘਟਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਇਲਾਜ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਏ ਓਨਾ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਸਫ਼ਲ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦਖਲ ਹੈ।

'ਈ.ਪੀ.ਆਈ.' ਕੀ ਹੈ? What is 'EPI'?

ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਅਰਲੀ ਸਾਈਕੋਸਿਸ ਇੰਟਰਵੈਨਸ਼ਨ (ਮਨੋਰੋਗ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਖ਼ਲ)।

ਸਾਡਾ ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਮਨੋਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪਹਿਚਾਨਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਮਦਦ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

epi

earlypsychosis.ca

ਇਹ ਈ.ਪੀ.ਆਈ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਸ ਲਈ ਹੈ?

Who is this EPI program for?

ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ 13 ਤੋਂ 30 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦਾ ਹੈ ਅਤੇ...

- ਮਨੋਰੋਗ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਨੁਭਵ ਹੈ ਜਾਂ ਮਨੋਰੋਗ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੋਣਾ।
- ਮਨੋਰੋਗ ਦਾ ਪਰਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ ਸਕੂਲ, ਕੰਮ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਵਿਚ ਕਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।
- ਉੱਪਰ ਬਿਆਨ ਕੀਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪਰਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਹੈ।