

شاید اوضاع به نظر شما درست نیست...

شاید شخصی که او را می شناسید  
مثل سابقش نباشد...

## شاید روان پریشی باشد - و ما می توانیم کمک کنیم

خدمات ما شامل جلسات گروهی در محل های مختلف است که با مدیریت کارشناسان گروه درمانی برگزار می گردد. گروه ها مکان های امنی برای ملاقات با افراد دیگری هستند که در وضعیت مشابه شما قرار دارند. شما در جلسات با مشاهده فیلم، برنامه های سخنرانی، مطالعه مطالب نوشتاری و شرکت در بحث های گروهی اطلاعات بیشتر درباره روان پریشی بدست خواهید آورد.

انواع گروه ها:

- گروه های نوجوانان
- گروه های بزرگسالان جوان
- گروه های آموزش و حمایت از خانواده ها
- گروه آموزش خانواده های آسیای جنوبی (به زبان های پنجابی و هندی ارائه می گردد)
- گروه آموزش برادران و خواهران
- روان درمانی مخصوص خانواده ها
- برنامه های تفریحی گروه های هم سن و سال

### تحصیل و آموزش

در برنامه های "EPI" ما مواردی مانند سخنرانی های آموزشی، کارگاه ها و اطلاعاتی درباره روان پریشی، تشخیص زودهنگام، دلایل، ارجاعات و درمان ارائه می شود. ما همچنین ابزارها و منابعی برای حمایت های مستمر ارائه می کنیم. با کارشناس آموزشی برنامه "EPI" در منطقه خود تماس بگیرید.

[earlypsychosis.ca](http://earlypsychosis.ca)

خدمات ما برای افراد و خانواده های آنها می باشد.

کارشناسان بالینی و روانپزشکان ما در مراکز محلی بهداشت روانی مخصوص بزرگسالان Fraser Health و در وزارت توسعه و رشد کودکان و خانواده مشغول فعالیت هستند. آنها آموزش های خاصی دیده اند و تجربه کار و درمان نوجوانان و جوانان مبتلا به روان پریشی و تعامل با خانواده های آنها را دارند. هدف ما ارتقای سطح رفاه و سلامتی، کاستن از میزان رفتارهای منزوی کننده و بازگرداندن سطوح فعالیت گذشته به افرادی است که از روان پریشی رنج می برند.



## روان پریشی

### قابل درمان است زود کمک بگیرید

مداخله زودهنگام روان پریشی ارائه دهنده خدمات و حمایت برای نوجوانان و جوانانی که با معضل روان پریشی روبرو هستند و خانواده های آنها.



[earlypsychosis.ca](http://earlypsychosis.ca)



[www.fraserhealth.ca](http://www.fraserhealth.ca)

Catalogue # 265546 (July 2016) Persian  
To order: [patienteduc.fraserhealth.ca](mailto:patienteduc.fraserhealth.ca)



Persian

فکر می کنم  
مرا تعقیب می کنند مراقب من هستند

من صداهائی می شنوم  
و هیچکس آنجا نیست

من پیام های مخفی در  
تلویزیون، رادیو و اینترنت  
می بینم که برای من نوشته شده اند

فکر می کنم علیه من توطئه ای  
در کار باشد

فکر می کنم توانائی ها  
یا قدرت های  
ویژه ای دارم

پیش می آید که روزهای متمادی  
نمی خوابم اما احساس می کنم  
انرژی کافی دارم

## آشنا به نظر

می رسد؟  
از وضعیت کسب اطلاع کنید

[earlypsychosis.ca](http://earlypsychosis.ca)

# مداخله زودهنگام مؤثر است

## روان پریشی چیست؟

هنگامی که شخص در کنار آمدن با وضعیتی مشکل دارد، ممکن است به طرق مختلفی آنرا بازتاب دهد. اضطراب، یا استرس از جمله علائم مشکلات احتمالی هستند. اما... روان پریشی هم می تواند یک علامت باشد.

"روان پریشی" یک عارضه پزشکی است که بر مغز اثر می گذارد. مغز مرز میان واقعیت و خواب و خیال را تشخیص نمی دهد. شخص چیزهایی می بیند و احساس می کند که واقعی نیستند. آنها می توانند آنقدر واقعی به نظر برسند که حتی به فکرش هم نرسد دچار روان پریشی شده است.

از جمله علائم روان پریشی می توان به این موارد اشاره کرد:

- دیدن، شنیدن، یا احساس کردن چیزهای غیر واقعی (توهم)
- باورهایی که مشخصاً نادرست هستند (وهم)
- بی اعتمادی شدید و غیرمنطقی نسبت به دیگران (پارانویا)
- افکار و گفتار درهم ریخته

افرادی که دچار روان پریشی می شوند شاید علائم و نشانه های یکسانی نداشته باشند. علائم و نشانه ها می توانند از یک شخص به شخص دیگر و اپیزود به اپیزود متفاوت باشند.

حدود 3 نفر از هر 100 نفر (3%) در مقطعی از زندگی خود یک اپیزود روان پریشی را تجربه خواهند کرد. نخستین اپیزود معمولاً در سنین نوجوانی یا جوانی رخ می دهد. مردان و زنان از تمام فرهنگ ها و طبقات اجتماعی ممکن است دچار روان پریشی شوند.

روان پریشی می تواند در میان نسل ها انتقال یابد یا عامل آن شاید یک عارضه پزشکی باشد. سوء مصرف مواد، علائم ترک مواد یا استرس شدید هم شاید باعث آن شوند.

▶ اولین اپیزود برای بسیاری از افراد، آخرین نیز هست.

▶ درمان وقتی بیشترین تأثیر را دارد که هرچه زودتر شروع شود.

▶ کلید موفقیت در بهبودی "مداخله زودهنگام" است.

## "epi" چیست؟

**"E P I" مخفف "Early Psychosis Intervention" به معنی "مداخله زودهنگام روان پریشی" است.**

هدف برنامه EPI ما کمک به افراد در تشخیص سریع علائم و نشانه های روان پریشی است تا بتوان هرچه سریعتر فرد را تحت حمایت و درمان قرار داد.

هدف ما بهبود بخشیدن به خدمات برای جوانانی است که در مراحل اولیه روان پریشی هستند. برنامه ما فاصله میان خدمات سلامت روانی جوانان و بزرگسالان و نیز میان بیمارستان ها و جوامع محلی را پر می کند.

## برنامه epi برای چه کسانی است؟

◀ کلیه افراد در سنین 13 تا 30 سالگی که...

- نخستین اپیزود روان پریشی را تجربه کرده اند یا مشکوک به روان پریشی هستند
- سابقه روان پریشی در خانواده آنها وجود دارد و اخیراً دچار افت عملکرد در محیط مدرسه، کار یا خانه شده اند

◀ اعضای خانواده افراد فوق

توجه: اگر نوجوان یا جوانی که علائم روان پریشی را تجربه می کند از مواد استفاده نماید، باز هم می تواند از کمک های برنامه "EPI" استفاده کند.

## چگونه می توان به این برنامه پیوست؟

از کمک خواستن برای خود یا آشنایان واهمه نداشته باشید.

ما از تمام ارجاعات استقبال می کنیم.

ما ابتدا تلفن خواهیم کرد. ما تعدادی سؤال خواهیم پرسید تا ببینیم آیا برنامه "EPI" یا سایر خدمات محلی گزینه مناسبی هستند یا خیر.

# epi

Early Psychosis Intervention

## با چه کسی باید تماس گرفت؟

اگر متوجه هریک از علائم زیر در خود یا آشنایان شدید با برنامه محلی "EPI" تماس بگیرید:

- تغییرات غیر عادی در افکار یا رفتارها
- انزوای اجتماعی
- احساس سوءظن، افسردگی یا اضطراب

Surrey, Delta, Langley, White Rock

604.538.4278

Maple Ridge, Tri-Cities, Burnaby  
New Westminster

604.777.8386

Mission, Abbotsford, Chilliwack  
Hope, Agassiz

1.866.870.7847

اگر برای صحبت درباره وضعیت سلامتی خود تسلط کافی بر گفتار یا درک زبان انگلیسی ندارید، لطفاً نام، شماره تلفن و زبانی که به آنها صحبت می کنید را به انگلیسی بگوئید. به محض اینکه یک مترجم در اختیار داشتیم تا در صحبت با شما به ما کمک کند، با شما تماس خواهیم گرفت.

بعد از ساعات کاری؟ برای ما پیام بگذارید.



earlypsychosis.ca