

Làm Thế Nào Để Tránh Bị Cách Ly/ Khống Chế:

- **Hãy tránh đe dọa hay tỏ vẻ đe dọa.**
Ví dụ: Quơ tay, siết chặt nắm đấm, tiến lại sát gần, đe dọa bằng lời nói, la hét, hoặc lớn tiếng.
- **Tránh Đối Đầu**
Học cách bỏ đi nơi khác.
- **Biết những gì quý vị có thể làm để giữ cho mình bình tĩnh.**
Ví dụ: âm nhạc, hít thở sâu, khu vực yên tĩnh, nói chuyện với người nào đó.
- **Hãy để cho nhân viên biết điều gì làm mình giận dữ**
Ví dụ: tiếng ồn ào, khu vực đông đúc, nói lớn tiếng.

Điều quan trọng là phải hiểu được chính mình:

Biết những gì giúp quý vị bình tĩnh khi giận dữ hay lo lắng và hãy chia sẻ điều đó với nhân viên:

- Lắng nghe âm nhạc
- Nói ra với bạn bè
- Chia sẻ trong nhóm
- Đi đến một khu vực yên tĩnh để bình tĩnh lại
- Thử hít thở sâu / thiền
- Viết nhật ký
- Xin nói chuyện với một nhân viên

Hãy cho nhân viên biết quý vị đang gặp khó khăn; họ ở bên cạnh để giúp quý vị vượt qua.

SỰ KHÓNG CHẾ ĐƯỢC SỬ DỤNG NHƯ LÀ MỘT BIỆN PHÁP CUỐI CÙNG – QUÝ VỊ CÓ QUYỀN ĐƯỢC CÁCH LY VÀ KHÓNG CHẾ BẰNG NHỮNG CÁCH NHẸ NHÀNG NHẤT.

Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi hoặc quan tâm gì về quyền lợi của một bệnh nhân tâm thần, xin vui lòng gọi Văn Phòng Dịch Vụ Bệnh Vực Quyền Lợi Bệnh Nhân.



Nếu quý vị có câu hỏi hoặc khiếu nại nào về quyền lợi của mình, xin gọi cho nhân viên bệnh vực quyền lợi tại:

Văn Phòng Bệnh Vực Quyền Lợi Bệnh Nhân của Quận Cam

600 West Santa Ana Blvd., Suite 805
Santa Ana, CA 92701

(714) 276-8145

(800) 668-4240

Fax: (714) 242-1579

Giờ Làm Việc

Thứ Hai đến thứ Sáu
8:00 giờ sáng – 5:00 giờ chiều

mhsinc.org/pras

MHSPRAS_102V-06.20

HƯỚNG DẪN BỆNH NHÂN VỀ VIỆC CÁCH LY VÀ KHÓNG CHẾ HÃY HIỂU BIẾT VỀ QUYỀN LỢI CỦA QUÝ VỊ

Dịch Vụ Bệnh Vực Quyền Lợi Bệnh Nhân Của Quận Cam



mhs MENTAL HEALTH SYSTEMS



Hướng Dẫn Trong Trường Hợp Bị Cách Ly và Không Chế:

Nhân viên sẽ hỏi quý vị những câu hỏi khi nhập viện, liên quan đến những điều sẽ giúp quý vị. Các câu hỏi trong bản Hướng Dẫn Về Cách Ly Và Không Chế sẽ giúp nhân viên hỗ trợ quý vị tốt hơn trong lúc quý vị cảm thấy mất kiểm soát về cảm xúc. Hãy dành thời gian để trả lời những câu hỏi của họ. Quý vị sẽ tránh được việc bị cách ly / không chế bằng cách cho nhân viên biết những điều làm quý vị bức tức và những gì giúp quý vị bình tĩnh.

Định Nghĩa:

Không Chế: Bằng bất kỳ phương tiện nào về tay chân, thể chất hoặc công cụ để ngăn ngừa quý vị di chuyển cơ thể một cách tự do.

Cách Ly: Sự giam hãm một người trong một căn phòng hay khu vực để ngăn chặn đương sự không rời khỏi được.

Các Thể Loại Không Chế:

- **Kiểm Hãm (Containment):** Một cách thức không chế thể chất của một người trong lúc hung hãn hoặc bị kích động hoặc là mối nguy hiểm cho bản thân hoặc người khác. Đây là một phương cách để đạt được kiểm soát nhanh chóng.

Ví Dụ: giữ một cánh tay để hộ tống quý vị lúc bước đi.

- **Thể Chất / Hành Vi (Physical/ Behavioral):** Dùng tay chân để khống chế sự cử động của tất cả hoặc một phần cơ thể - Được dùng trong việc kiểm chế hành vi.

Ví Dụ: Nhân viên giữ tay và/hoặc chân quý vị và đè người xuống sàn để giữ cho quý vị hoặc những người khác được an toàn.

- **Công Cụ (Mechanical):** Việc sử dụng một thiết bị máy móc, công cụ hoặc thiết bị để gắn vào cơ thể của quý vị. Công cụ khống chế sự cử động của tất cả hoặc một phần cơ thể quý vị. Những vật này không dễ dàng được gỡ bỏ.

Ví Dụ: Còng bằng da để giữ cổ tay và/ hoặc cổ chân của quý vị, dây đai da cột chặt quý vị vào chiếc giường.



Các Nhân Viên Không được:

- Đặt một cái gối, chăn, hoặc những thứ khác trên mặt quý vị.
- Cản trở sự hô hấp của quý vị bằng cách đặt áp lực trên ngực hoặc lưng.
- Sử dụng đồ kiểm chế để gây nguy hiểm cho tính mạng quý vị vì tình trạng sức khỏe thể lý.
- Nếu quý vị được đặt úp mặt xuống, phải có một nhân viên theo dõi quý vị cho bất kỳ dấu hiệu khó thở hoặc đau nào.

Sự không chế không thể được sử dụng:

- Cho sự thuận tiện của nhân viên
- Để trừng phạt hoặc trả thù
- Để kỷ luật
- Như là một đe dọa để làm cho quý vị tuân theo

Sự không chế chỉ có thể được sử dụng khi:

- Quý vị trở thành mối nguy hiểm cho bản thân hoặc người khác

Tội cần biết điều gì sẽ xảy ra nếu tôi ở trong tình trạng bị không chế:

- Quý vị sẽ có một nhân viên luôn ở cạnh khi bị cách ly và không chế
- Nhân viên sẽ làm kiểm tra an toàn mỗi 15 phút. Nhân viên sẽ kiểm tra thiết bị không chế để bảo đảm rằng nó không quá chặt, sự hô hấp của quý vị không có vấn đề, và không có khó khăn thể lý nào
- Nhân viên sẽ cho quý vị đi vệ sinh, cung cấp thực phẩm và/hoặc thức uống mỗi 2 tiếng
- Nhân viên sẽ nói chuyện với quý vị về trải nghiệm trong 24 giờ không chế, việc này được gọi là **đối chất**. Mục đích là để giúp mọi người tìm ra giải pháp để tình trạng này không xảy ra nữa.
- Quý vị có quyền chỉ định bất cứ ai quý vị để gọi khi bị không chế.