

Mental Health Services Glossary

لغت نامه خدمات صحت روان

This bilingual glossary explains common mental health terms used in the Victorian Mental Health System. It is designed to help people better understand the mental health system, their rights, and the roles of different professionals involved in care and support.

این لغت نامه دو زبانه اصطلاحات رایج صحت روان را که در سیستم صحت روان ویکتوریا استفاده می‌شود، توضیح می‌دهد. این لغت نامه برای کمک به مردم طراحی شده است تا سیستم صحت روان، حقوق خود و نقش‌های متخصصان مختلف را که در مراقبت و حمایت دخیل هستند، بهتر درک کنند.

لغت نامه خدمات صحت روان

ENGLISH	DARI
This information has been drawn from a range of healthcare and government websites	این معلومات از طیف وسیعی وبسایت های خدمات صحتی و دولتی گرفته شده است
1. Anonymous: Means 'not identified by name' or 'with no name'. For instance, an anonymous letter is one that is not signed.	1. ناشناس: به این معنی که "به نام شناسایی نشده" و یا "بدون نام" باشد. بطور مثال، یک نامه ناشناس نامه ایست که امضا نشده است.
2. Assessment: When a health practitioner asks you questions about your mental or physical health. They may also do tests or a physical examination. This will help identify any problems or needs and find the best ways to address them. See also 'Diagnosis'.	2. ارزیابی: وقتی یک متخصص صحتی سوالاتی درمورد صحت روانی یا جسمی شما میکند. آنها همچنین ممکن آزمایش یا معاینه فیزیکی انجام دهند. این به شناسایی هر گونه مشکلی یا نیازمندی کمک میکند و بهترین شیوه هایی را برای حل آنها پیدا میکند. همچنین به "تشخیص" مراجعه کنید.
3. Care: Giving support and help to another person.	3. مراقبت: ارائه حمایت و کمک به یک شخص دیگر.
4. Carer: A family member or friend who provides unpaid care and support to someone who needs help with daily activities or health issues.	4. مراقبت کننده: یک عضو فامیل یا دوست که مراقبت و حمایت بدون معاش را به یک کسی که برای فعالیت های روزمره یا مشکلات صحتی خود به کمک نیاز دارد، فراهم میسازد.
5. Care Coordination: Ways in which help from different services are set up to meet a person's needs.	5. هماهنگی مراقبت: راه هایی که از طریق آن ها خدمات مختلف برای برآورده کردن نیازمندی های یک شخص تنظیم می شوند.
6. Care / Support Team: The workers who give the treatment, provide care and help with the wellbeing of the person needing care.	6. تیم مراقبت / حمایت: کارمندانی که معالجه ارائه می کنند، مراقبت فراهم می سازند و به سلامتی شخص نیازمند به مراقبت کمک می کنند.

ENGLISH	DARI
7. Case Manager: Someone who assesses your needs, advises you, and can represent your needs with services (with your permission). A case manager may link you with services and activities that can help you. They are the central point of contact for you so that you do not have to ask different people for help.	7. مدیر دوسیه: کسی که نیازمندی های شما را ارزیابی می کند، به شما مشوره میدهد و میتواند نیازمندی های شما را با مراجع خدمات (با اجازه شما) برساند. مدیر دوسیه ممکن است شما را با خدمات و فعالیتهایی که میتواند به شما کمک کند، وصل دهد. آنها نقطه مرکزی برای تماس شما هستند تا شما مجبور نباشید از افراد مختلف طالب کمک شوید.
8. CAT Team: The Crisis Assessment and Treatment Team (CATT) is a team of mental health professionals. They provide assessment and intensive community treatment to people who are in crisis or experiencing serious mental illness. This is a crisis service only.	8. تیم CAT: تیم درمان و ارزیابی بحران، (CATT) یک تیم مسلکیان صحت روانی میباشد. آنها ارزیابی و درمان بسیار جدی را برای افرادی که در معرض بحران یا بیماری جدی روانی در جامعه قرار می گیرند، فراهم میسازند. این یک خدمت در شرایط بحرانی است.
9. Clinical: Describes the direct examination, observation and treatment of signs and symptoms in patients.	9. کلینیکی: به معاینه مستقیم، مشاهده و تداوی علایم و نشانه ها در مریضان اشاره دارد.
10. Clinician: A healthcare professional that has direct contact with patients. For example, nurses, doctors, dentists or psychologists are 'clinicians'.	10. کلینیشن: یک متخصص مراقبتهای صحتی که تماس مستقیم با بیمار دارد. بطور مثال، نرس ها، داکتران، داکتر دندان و داکتر روانشناس، اینها "کلینیشن" هستند.
11. Community Mental Health Services: Are generally for people with severe forms of mental illness. They are generally based in a clinic and free to the public. They have different types of mental health professionals, including case managers, psychiatrists, social workers, occupational therapists, psychologists and drug and alcohol workers.	11. خدمات صحت روانی در جامعه: بطور کلی برای افراد مبتلا به انواع شدید بیماری روانی است. آنها معمولاً در یک کلینیک هستند و عموم مردم به آن دسترسی دارند. آنها متخصصان مختلف از صحت روانی را که شامل مدیران دوسیه، داکتر روانی، کارمندان اجتماعی، درمانگران شغلی، روانشناسان و کارمندان با مواد مخدر و الکحل را دارند.

ENGLISH	DARI
12. Confidentiality: This means that the information you give to a healthcare professional is private. The healthcare professional must get your agreement before sharing the information with anyone. They need your permission ('consent') to share your information.	12. محرمت: این به این معناست که معلومات را که به کارمند مسلکی صحی می‌دهید محرم می‌باشد. کارمند متخصص صحی باید قبل از به اشتراک گذاشتن معلومات با هرکسی دیگر، موافقت شما را دریافت کند. آنها نیاز به اجازه "موافقت" شما برای به اشتراک گذاشتن معلومات شما را دارند.
13. Counselling: Is a conversation or a series of conversations between you and a counsellor. Counselling usually focuses on a specific problem and the steps to address or solve it. It can help you deal with a problem or make decisions when you are unsure which one is best.	13. مشاوره: عبارت از یک مکالمه یا مجموعه‌ای از مکالمات بین شما و یک مشاور است. مشاوره معمولاً بر یک مشکل خاص و مراحل حل یا رفع آن تمرکز دارد. مشاوره می‌تواند به شما کمک کند تا با یک مشکل مقابله کنید یا زمانی که در انتخاب بهترین راه حل مطمئن نیستید، تصمیم‌گیری کنید.
14. Counsellor: A counsellor is a trained professional who provides guidance, support, and advice to individuals or groups to help them manage personal, emotional, psychological, or social challenges.	14. مشاور: مشاور عبارت از یک شخص مسلکی و آموزش‌دیده است که به اشخاص یا گروهها راهنمایی، حمایت و مشوره ارائه می‌کند تا آنان بتوانند چالش‌های شخصی، عاطفی، روانی یا اجتماعی خود را مدیریت نمایند.
15. Diagnosis: The identification of an illness or other problem (see also 'assessment').	15. تشخیص‌ها: شناسایی یک بیماری یا یک مشکل دیگر (همچنان مراجعه کنید به "ارزیابی").
16. Disability Pension: Provides financial support if you have a physical, intellectual or psychiatric condition that stops you from working.	16. معاش (پنشین) معلولیت: به کسانی که دارای تکلیفی فیزیکی، ذهنی و روانی هستند که مانع کار کردن شان میشود، حمایت مالی فراهم میکند.

لغت نامه خدمات صحت روان

ENGLISH	DARI
17. Disability Support Worker: Provides you with personal, physical and emotional support if you require assistance with daily living. A Disability Support Worker can help with showering, dressing and eating, and assist with outings and other social activities.	17. کارمند حمایتی معلولین: اگر در زندگی روزمره خود به کمک نیاز دارید، به شما حمایت شخصی، جسمی و عاطفی فراهم می‌کند. یک کارمند حمایتی از معلولیت می‌تواند با حمام گرفتن، پانسمان و خوردن غذا و کمک به گردش یا سفر کوتاه و سایر فعالیت‌های اجتماعی کمک کند.
18. Eligibility Criteria: Rules about who can use a service.	18. معیار واجد شرایط بودن: مقررات راجع به اینکه کی‌ها می‌توانند از یک خدمت استفاده کنند.
19. Episode: A period of time in which someone is affected by a specified illness, such a psychosis. An 'episode' has a beginning and an end (as opposed to a chronic condition).	19. دوره: یک دوره زمانی که در آن یک فرد مبتلا به یک بیماری مشخص است، مانند بیماری روانی. یک "دوره" دارای یک آغاز و یک انجام می‌باشد (بر خلاف یک بیماری مزمن).
20. General Practitioner (GP): Family doctors in Australia are also called General Practitioners (GP). Some doctors work in health centres and hospitals and some work in their own offices. All GPs have university degrees. You can make your own appointment with the GP when you are sick or feeling unwell, or if you want a health check-up to make sure you don't have any health problems.	20. داکتر عمومی (GP): داکتران خانواده را در استرالیا داکتران عمومی (General Practitioner - GP) خطاب می‌کنند. بعضی از داکتران در مراکز صحتی و شفاخانه‌ها کار می‌کنند و بعضی از آنها در دفاتر خود کار می‌کنند. همه داکتران عمومی دارای مدرک دانشگاهی هستند. شما می‌توانید زمانی که بیمار یا احساس ناتوانی می‌کنید، یا اگر بخواهید یک بررسی صحتی داشته باشید تا مطمئن شوید که هیچ مشکلی صحتی ندارید، وقت ملاقات خود را با داکتر عمومی بگیرید.
21. Harm / self-harm: Means 'injury'. It can be physical, psychological, sexual or due to neglect. 'Self-harm' describes what happens when someone intentionally hurts themselves.	21. صدمه / آسیب به خود رساندن: به معنی "جراحت" این می‌تواند فیزیکی، روانی، جنسی یا به دلیل غفلت باشد. "آسیب به خود رساندن" آنچه را که اتفاق می‌افتد زمانی که کسی عمداً خود را صدمه می‌زند، توصیف می‌کند.

لغت نامه خدمات صحت روان

ENGLISH	DARI
22. Individual Capacity Building: Helping the person receiving care to be actively involved in decisions that affect them.	22. ظرفیت سازی فردی: کمک نمودن به شخصی که مراقبت دریافت می‌کند تا به‌گونه فعال در تصمیم‌هایی که بر او تأثیر می‌گذارد، دخیل باشد.
23. Initial Discussion: The first conversation between a worker and the person needing care to decide what help is needed and how urgent it is.	23. گفتگوی ابتدائی: اولین گفتگو بین یک کارمند و شخص نیازمند به مراقبت تا تصمیم گرفته شود که به چی کمک‌های و چقدر فوری نیاز است.
24. Lived / Living Experience: A person who has experience of trauma or mental health challenges. The person uses their experience to improve mental health services.	24. تجربه زیسته / زندگی: یک کسی که تجربه تروما یا چالش‌های صحت روانی را داشته است. این شخص از تجربه خود برای بهبود خدمات صحت روانی استفاده می‌کند.
25. Mental Health and Wellbeing: This is when a person feels they are coping with the normal stresses of life and can connect with others. Mental health can change over time and can depend on what happens in a person's life.	25. صحت روانی و سلامتی: این زمانی است که یک شخص احساس می‌کند قادر به مقابله با فشارهای عادی زندگی بوده و می‌تواند با دیگران ارتباط برقرار کند. وضعیت صحت روانی می‌تواند به مرور زمان تغییر کند و به واقعات و شرایطی که در زندگی یک شخص رخ می‌دهد، وابسته باشد.
26. Mental Illness: Mental illness is when problems with feelings or thoughts make daily life hard. Mental illness can change how a person thinks, feels, or acts. Examples of mental illness are anxiety, depression, and schizophrenia.	26 مریضی روانی: مریضی روانی زمانی بوجود می‌آید که مشکلات مرتبط با احساسات یا افکار، انجام امور روزمره را دشوار می‌سازد. مریضی روانی می‌تواند طرز فکر، احساس یا رفتار یک فرد را تغییر دهد. از جمله نمونه‌های مریضی روانی می‌توان به اضطراب، افسردگی و اسکیزوفرنیا اشاره کرد.

ENGLISH	DARI
27. Mental Health Care Plan: For people with a mental illness who have several healthcare professionals working with them. A Care Plan explains the support provided by each of those professionals and when treatment is necessary. Your GP will use a Care Plan to help you work out what services you need, set goals, and decide on the best treatment for you.	27. پلان مراقبت صحت روانی: برای افراد مبتلا به مریضی روانی که چندین مراقب مسلکی صحتی با آنها کار می کنند. یک پلان مراقبت که توسط هر یک از این متخصصان ارائه گردید، حمایت فراهم شده را توضیح می دهد و زمانی که تدای آن ضروری است. GP شما از یک پلان مراقبت برای کمک شما در انجام اینکه به کدام خدمات نیاز دارید، تعیین اهداف و تصمیم گیری در مورد بهترین درمان برای شما استفاده میکند.
28. National Disability Insurance Scheme (NDIS): Provides support for Australians with disability, their families and carers. It is funded by the Federal Government.	28. طرح ملی بیمه معلولیت (NDIS): برای استرالیایی های معلول و خانواده ها و مراقبین شان حمایت فراهم میکند. این توسط دولت فدرال تامین میشود.
29. Neurodiversity: This means that the way people think, learn and behave can be very diverse. It does not mean it is wrong, just different.	29. تنوع عصبی: این به این معناست که شیوه فکر کردن، یادگیری و رفتار اشخاص می تواند بسیار متنوع باشد. این تفاوت به معنای نادرست بودن نیست، بلکه صرفاً متفاوت بودن را نشان می دهد.
30. Occupational Therapist (OT): These workers focus on your ability to perform your daily activities. They aim to improve your independence. They have particular skills in problem solving, and breaking down activities or tasks to make them easier to manage and learn. They can also provide advice and assistance on what equipment can help.	30. کار-درمانگر (OT): این کارگران بر توانایی شما در انجام فعالیت های روزمره تمرکز میکنند. هدف آنها بهبود دادن استقلالیت شما میباشد. آنها مهارتهای خاصی در حل مشکلات را دارند و فعالیت ها یا وظایف را تقسیم کرده تا آنها را برای مدیریت و یادگیری آسان تر کنند. آنها همچنین میتوانند مشوره و کمک در مورد تجهیزاتی که میتواند به شما کمک کند، ارائه دهند.
31. Peer Worker: A person who understands your needs based on their own experience. For instance, a Peer Worker providing support about a mental health problem will themselves have experienced problems with their mental health.	31. کارگر همکار: یک فرد که نیازهای شما را بر اساس تجربه خود درک میکند. بطور مثال، یک کارگر همکار از یک مشکل صحت روانی حمایت میکند، که خودش آن مشکلات روحی و روانی را تجربه کرده باشد.

ENGLISH	DARI
32. Psychiatrist: A doctor who has additional qualifications in helping people with mental health problems. As well as therapy, they may prescribe medications.	32. داکتر روانشناس: یک داکتر با تحصیلات اضافی در کمک به افراد مبتلا به مشکلات روانی است. همچنین درمان که ممکن است نسخه برای ادویه نیز بدهند.
33. Psychologist: A professional that can help you develop healthy coping and problem-solving skills. People with anxiety and depression will often be referred to a psychologist. Psychologists seek to build a relationship of trust so you will feel safe in sharing your thoughts and feelings. A psychologist cannot prescribe medications.	33. روانشناس: یک متخصص که میتواند شما را در توسعه مهارت های کنار آمدن و حل مسائل کمک کند. افراد دچار اضطراب و افسردگی اغلب به روانشناس معرفی میشوند. روانشناسان در پی ایجاد رابطه با اعتماد با شما هستند تا احساس امن کرده و احساسات و افکار خود را با ایشان شریک سازید. یک روانشناس نمیتواند نسخه دوا ها را بدهد.
34. Psychosocial: An approach that looks at you in the context of your social environment. It looks at how the combination of social environment and psychological factors affect your physical and mental health.	34. روانشناسی: یک روشی که به شما در محیط اجتماعی شما یک نگاه کلی میکند. این نظر به چگونگی تاثیر ترکیب از محیط اجتماعی و عوامل روانشناختی بر صحت جسمی و روانی شما میکند.
35. Referral: A letter from your doctor to a specialist asking for an appointment for you. If the referral is to a specialist in a public hospital, the hospital will contact you to make an appointment. If it is to a private specialist, you will need to make the appointment yourself.	35. ارجاع: یک نامه از داکتر به یک متخصص که درخواست ملاقات برای شما را میکند. اگر معرفی نامه به یک متخصص در یک شفاخانه دولتی باشد، شفاخانه با شما برای قرار وقت ملاقات تماس خواهد گرفت. اگر با یک متخصص خصوصی باشد، شما نیاز دارید خودتان وقت ملاقات را بگیرید.
36. Rehabilitation: The action of helping you go back to health or normal life through training and therapy, for instance after an illness or an operation.	36. توانبخشی دوباره: یک عمل کمک به شما برای بازگشت به سلامتی یا زندگی عادی از طریق آموزش و درمان، بطور مثال پس از یک بیماری یا یک عمل جراحی.

ENGLISH	DARI
37. Respite: Short-term rest for carers. During respite, you will be looked after by someone else than your usual carer.	37. وقفه موقت: استراحت کوتاه مدت برای مراقبین. در زمان استراحت کوتاه، فرد دیگری غیر از مراقب معمول تان از شما مراقبت خواهد کرد.
38. Self-referral: Going straight to a service for help, without needing to go to a doctor or professional first (see also 'Referral').	38. ارجاع توسط خود شخص: رفتن به یک مرکز خدماتی جهت دریافت کمک، بدون اینکه نیاز باشد در قدم اول به یک داکتر یا شخص مسلکی مراجعه کند (به «ارجاع» نیز مراجعه کنید).
39. Social and Emotional Wellbeing: This is about a person being resilient and feeling safe within themselves and connected with people.	39. سلامتی اجتماعی و عاطفی: این در مورد آن است که یک شخص استقامت داشته، در درون خود احساس مسئولیت و امنیت کند و با دیگران احساس پیوند و ارتباط داشته باشد.
40. Social Prescribing: This is about health professionals linking people to social activities considered to be helpful for their mental health. These activities may include volunteering, gardening, cooking, healthy eating advice and sports.	40. معرفی اجتماعی: این به نقش متخصصین صحت در ملحق نمودن افراد با فعالیت‌های اجتماعی که برای صحت روانی آنان مفید دانسته می‌شود، اشاره دارد. این فعالیت‌ها می‌تواند شامل داوطلبی، باغداری، آشپزی، مشوره در مورد تغذیه سالم و ورزش باشد.
41. Social Worker: Social workers can provide practical support, counselling, information and emotional support. Families, children, students, hospital patients or the elderly may all see a social worker. Social workers can help with problems such as homelessness, domestic violence, alcohol and drug addiction, sexual assault and child abuse. Social workers need a university degree to be able to practice.	41. کارمند اجتماعی: کارمندان اجتماعی می‌توانند حمایت عملی، مشوره، معلومات و حمایت عاطفی را فراهم سازند. خانواده‌ها، کودکان، دانشجویان، بیماران در شفاخانه یا سالمندان ممکن است همه یک کارمند اجتماعی را ببینند. کارمندان اجتماعی می‌توانند با مشکلات مانند بی‌خانمانی، خشونت خانوادگی، اعتیاد به الکل و مواد مخدر، تجاوز جنسی و سوء استفاده از کودک کمک کنند. کارمندان اجتماعی نیاز به یک مدرک دانشگاهی دارند تا بتوانند کار بکنند.

لغت نامه خدمات صحت روان

ENGLISH	DARI
42. Symptoms: A sign or indication of something, for instance an illness or other problem with your health.	42. علائم: یک نشانه یا علامه از چیزی، بطور مثال یک بیماری یا مشکل دیگر صحت شما.
43. Treatment: Medical care given for an illness or injury.	43. تداوی: ارائه مراقبت صحت برای یک بیماری یا آسیب.
44. Trauma-Informed Practice: This is about creating safe, supportive environments where people feel that they are listened to and respected. It includes professionals delivering care that does not make people re-live their trauma.	44. شیوه های آگاه از تروما: این در مورد ایجاد محیط های امن و حمایتی است که در آن اشخاص احساس می کنند به صحبت های شان گوش داده می شود و مورد احترام قرار می گیرند. همچنین شامل ارائه مراقبت توسط متخصصین به گونه ای است که باعث زنده شدن دوباره تجربه های تروما در افراد نگردد.
45. Triage: The action of deciding the order in which patients will be treated, based on the urgency of their injuries or illness. Typically, the Emergency Department in a hospital has a 'triage nurse' who makes the decision of who needs to see a doctor most urgently.	45. پذیرش (تریاج): عمل تصمیم گیری در مورد نحوه برخورد با بیمار، بر اساس ضرورت آسیب ها یا بیماری آنها انجام می شود. بطور معمول، بخش عاجل در یک شفاخانه دارای یک "نرس تریاج" است که تصمیم می گیرد که چه کسی باید فوراً داکتر را ببیند.