

Mental Health Services Glossary

واژه نامه خدمات سلامت 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 واژه‌نامه دوزبانه، اصطلاحات رایج برای سلامت روان که در نظام سلامت روان ایالت ویکتوریا مورد استفاده قرار می‌گیرند را توضیح می‌دهد. این واژه نامه جهت کمک به افراد برای درک بهتری از نظام سلامت روان، آگاهی از حقوق خود، و شناخت نقش‌های مختلف متخصصان مرتبط در ارائه مراقبت و حمایت، طراحی شده است.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
This information has been drawn from a range of healthcare and government websites	این اطلاعات از تعدادی از سایت ها یا تارنماهای دولتی و سلامت پزشکی 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: یعنی نام ندارد و یا بدون نام است. برای مثال نامه ناشناس، نامه ای است که نام و امضا نداشته باشد.
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: زمانی که متخصص حوزه ی سلامت از شما سوالاتی در مورد سلامت جسمی و یا روانی شما می پرسد، ممکن است معاینه پزشکی و یا آزمایشاتی را نیز انجام دهند. این کمک خواهد کرد که هر گونه مساله و احتیاجاتی تشخیص داده شده و به بهترین وجه مورد رسیدگی قرار بگیرند. همچنین به "تشخیص طبی" مراجعه کنید.
3. Care: Giving support and help to another person.	3. مراقبت: ارائه حمایت و کمک به فرد 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. مراقب: یک عضو خانواده یا دوستی که مراقبت و حمایت بدون دستمزد به فردی ارائه می دهد که در انجام فعالیت های روزمره یا مسائل سلامتی به کمک نیاز دارد.
5. Care Coordination: Ways in which help from different services are set up to meet a person's needs.	5. هماهنگی مراقبت ها: روش هایی که از طریق آنها کمک رسانی از سوی خدمات مختلف هماهنگ می شود تا نیاز های یک فرد برآورده گردد.
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: افرادی که درمان فراهم میکنند، مراقبت های لازم را انجام می دهند و به بهزیستی فرد نیازمند به مراقبت، کمک می کنند.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
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 پرونده: فردی که نیازهای شما را ارزیابی کرده به شما مشورت داده و درباره نیازهای تان شما را به خدمات مربوطه وصل میکند (با اجازه شما). مدیر پرونده ممکن است که شما را به خدمات و فعالیتهایی متصل کند که برای شما مفید است. این مدیران مسئول رابط اصلی شما هستند که دیگر احتیاج نباشد که شما از افراد مختلف تقاضای کمک بکنید.
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 ارزیابی و رسیدگی به بحران: 'CAT' CATT تیم ارزیابی و رسیدگی به بحران، تیمی است مرکب از متخصصین سلامت روان. این افراد حرفه ای، اشخاصی را که دچار نابسامانی شده اند و یا مورد روانی جدی دارند را ارزیابی کرده و درمان های متمرکز برایشان در سطح اجتماعی مهیا مینمایند. این خدمات فقط برای موارد بحرانی است.
9. Clinical: Describes the direct examination, observation and treatment of signs and symptoms in patients.	9. بالینی: به توصیف معاینه و مشاهده مستقیم بیماران و رسیدگی درمانی مبتنی بر علائم و نشانه های بیماری اطلاق می شود.
10. Clinician: A healthcare professional that has direct contact with patients. For example, nurses, doctors, dentists or psychologists are 'clinicians'.	10. متخصص: یک متخصص حوزه ی سلامت که مستقیماً با بیماران در تماس است. برای مثال، پرستاران، پزشکان، دندانپزشکان یا روانشناسان همگی 'متخصصان' می باشند.
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 سلامت روان جامعه: عموماً برای افرادی که بیماری های روانی جدی دارند می باشد. معمولاً در کلینیک بوده و برای عموم رایگان است. متخصصین سلامت روان متفاوتی در آن مشغول به کار هستند از جمله مدیران پرونده، روانپزشکان، مددکاران اجتماعی، کار درمانگر ها، روانشناسان و مددکاران مبارزه با الکل و مواد مخدر.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
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. محرمانه بودن: این بدین معنی است که اطلاعاتی را که شما به یک متخصص حوزه ی سلامت ارائه می دهید، اطلاعات خصوصی شما می باشد. متخصص حوزه ی سلامت قبل از در میان گذاشتن این مطالب با دیگر مسئولین باید از شما کسب اجازه نماید. مسئولین موظفند که از شما برای به اشتراک گذاشتن اطلاعات شما کسب اجازه (رضایت) بنمایند.
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: این عبارت از یک و یا چندین جلسه گفتگو بین شما و یک مشاور است. مشاوره معمولاً بر روی یک مشکل خاص و مراحل رسیدگی و حل آن مشکل متمرکز میشود. مشاوره همچنین می تواند به شما کمک کند تا با یک مشکل کنار بیایید یا وقتی مطمئن نیستید کدام تصمیم بهترین است، انتخاب 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 فردی آموزش دیده است که به افراد یا گروه ها راهنمایی، حمایت و مشاوره ارائه می دهد تا به آن ها در مدیریت چالش های شخصی، هیجانی، روان شناختی یا اجتماعی کمک کند.
15. Diagnosis: The identification of an illness or other problem (see also 'assessment').	15. تشخیص طبی: شناسایی بیماری یا مشکلات دیگر (همچنین به "ارزیابی" مراجعه کنید).
16. Disability Pension: Provides financial support if you have a physical, intellectual or psychiatric condition that stops you from working.	16. کمک هزینه ناتوانی: حمایت مالی به شما می باشد اگر که وضعیت جسمی، روحی و یا هوشمندی دارید که از کارکردن شما جلوگیری میکند.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
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. مددکار حامی معلولین: اگر در زندگی روزمره نیاز به کمک های شخصی و جسمی و عاطفی داشته باشید، حمایت میکند. مددکار حامی معلولین میتواند شما را در دوش گرفتن، لباس پوشیدن و غذا خوردن کمک کند و در بیرون رفتن و فعالیتهای اجتماعی شما را یاری دهد.
18. Eligibility Criteria: Rules about who can use a service.	18. معیارهای واجد شرایط بودن: قوانینی درباره اینکه چه کسانی 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: مدت زمانی که در آن فردی تحت تاثیر بیماری خاصی مثلا روان پریشی قرار داشته باشد. یک 'دوره' شروع و پایان دارد (برعکس یک وضعیت مزمن و کهنه).
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. پزشک عمومی (GP): پزشک خانوادگی در استرالیا همچنین "GP" پزشک عمومی (General Practitioners) نامیده میشود. بعضی از پزشکان در مراکز پزشکی و بیمارستان ها و برخی در مطب های خودشان طبابت می کنند. تمام GP ها مدرک دانشگاهی دارند. شما می توانید وقتی مریض هستید و یا احساس ناخوشی می کنید، وقت ملاقات با پزشک بگیرید و یا اینکه برای اطمینان از اینکه مشکل سلامتی ندارید، یک معاینه یا بازرسی کلی انجام دهید.
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 / خودزنی: به معنی 'آسیب' می باشد. می تواند جسمی، روانی، جنسی و یا بر اساس قصور و سهل انگاری باشد. 'خودزنی' زمانی اتفاق می افتد که فردی از قصد به خود صدمه بزند.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
22. Individual Capacity Building: Helping the person receiving care to be actively involved in decisions that affect them.	22. توانمندسازی فردی: کمک به فرد دریافت‌کننده مراقبت برای مشارکت فعال در تصمیماتی که بر او تأثیر می‌گذارد.
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. گفت‌وگوی اولیه: اولین گفت‌وگو بین یک کارمند و فرد نیازمند مراقبت برای تعیین نوع کمک مورد نیاز و میزان فوریت آن.
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 / تجربه زندگی: فردی که تجربه آسیب روانی یا چالش‌های سلامت روان را داشته است. این فرد از تجربه خود برای بهبود خدمات سلامت روان 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. سلامت روان و بهزیستی: این زمانی است که فرد احساس می‌کند می‌تواند با فشارهای معمول زندگی کنار بیاید و با دیگران ارتباط برقرار کند. سلامت روان می‌تواند در طول زمان تغییر کند و به وقایعی که در زندگی فرد رخ می‌دهد بستگی دارد.
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. اختلال روانی: اختلال روانی زمانی است که مشکلات مربوط به احساسات یا افکار، زندگی روزمره را دشوار می‌کند. اختلال روانی می‌تواند نحوه تفکر، احساس یا رفتار فرد را تغییر دهد. مثال‌هایی از اختلال روانی شامل اضطراب، افسردگی و اسکیزوفرنی است.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
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. برنامه مراقبت سلامت روانی: افراد حرفه ای سلامتی پزشکی مختلفی با آنهایی که بیماری روانی دارند کار می کنند. برنامه مراقبت در مورد حمایت ارائه شده توسط هر یک از افراد حرفه ای توضیح داده و اینکه چه زمانی نیاز به معالجه است. پزشک خانوادگی شما از یک برنامه مراقبتی استفاده میکند تا که شما را در زمینه خدمات مورد نیاز کمک نموده، اهدافی را در نظر میگیرد و بعد تصمیم میگیرد که بهترین درمان برای شما چیست.
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 بیمه ملی معلولین (NDIS): استرالیایی هایی را که معلولیت دارند و نیز خانواده ها و مراقبین آنها را پشتیبانی می کند. بودجه آن توسط دولت استرالیا تامین می شود.
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 بدان معناست که نحوه تفکر، یادگیری و رفتار افراد می تواند بسیار متنوع باشد. این به معنای نادرست بودن نیست، بلکه تنها متفاوت بودن است.
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 (پا 'OT): این کارکنان روی توانایی انجام کارهای روزمره تان تمرکز می کنند. هدف آنان بهبود استقلال شماست. آنها مهارتهای خاصی در حل مشکلات و ریز کردن فعالیتها یا تکالیف دارند که انجام یا مدیریت و یادگیریشان را آسانتر می سازد. آنها همچنین می توانند در جهت اینکه چه وسایلی بیشتر کمک می کند، مشورت و کمک رسانی نمایند.
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. مددکار تجربی: فردی که نیازهای شما را بر اساس تجربه شخصی خودش درک می کند. برای مثال یک مددکار تجربی که در مورد یک مشکل سلامت روانی از شما حمایت می کند، خودش در مورد مشکلات سلامت روانی خود تجربه کسب کرده است.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
32. Psychiatrist: A doctor who has additional qualifications in helping people with mental health problems. As well as therapy, they may prescribe medications.	32. روانپزشک: پزشکی که در زمینهٔ امورات مربوط به مسائل روحی و روانی مردم تخصص گرفته است و علاوه بر مشاوره میتواند دارو هم تجویز کند.
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: فردی حرفه ای که به شما جهت توسعه مهارتهای حل مشکلات و سازگاری سالم کمک می کند. افرادی که اضطراب و افسردگی دارند اغلب به روانشناس معرفی می شوند. روانشناسان سعی می کنند با شما رابطه ای بر اساس اعتماد ایجاد کنند تا شما با آنها احساس راحتی داشته بلکه افکار و احساسات تان را با ایشان در میان بگذارید. روانشناس اجازه تجویز دارو ندارد.
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. روانی-اجتماعی: روندی که به شما بر اساس محیط اجتماعی که در آن هستید نگاه می کند و این ترکیبی است از عوامل روانی و محیطی اجتماعی که سلامت روانی و جسمانی شما را تحت تاثیر قرار داده.
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. معرفی نامه: نامه ای از جانب دکترتان به متخصص که از آنها درخواست وقت ملاقات برای شما می کند. اگر معرفی نامه به متخصصی در بیمارستان عمومی است، بیمارستان با شما برای وقت قرار ملاقات تماس می گیرد. اگر برای متخصص خصوصی باشد، شما باید وقت ملاقات را خودتان 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: روند کمک به شما جهت بازگشت به زندگی عادی و بازیابی سلامت از راه آموزش و درمان، مثلاً بعد از بیماری و یا یک عمل جراحی.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
37. Respite: Short-term rest for carers. During respite, you will be looked after by someone else than your usual carer.	37. استراحت کوتاه: استراحت کوتاه مدت برای مراقبین. در طول استراحت کوتاه مدت، فردی غیر از مراقب همیشگی، 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 فرد: مراجعه مستقیم به یک مرکز خدماتی برای دریافت کمک، بدون نیاز به مراجعه اولیه به پزشک یا متخصص (همچنین به «معرفی نامه» نگاه کنید).
39. Social and Emotional Wellbeing: This is about a person being resilient and feeling safe within themselves and connected with people.	39. سلامت اجتماعی و روانی: این مربوط به توانمندی فرد در مقابله با مشکلات، احساس امنیت درون خودش و ارتباط با دیگران است.
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. ارجاع اجتماعی: این مربوط به ارتباطی افراد توسط متخصصان سلامت با فعالیت‌های اجتماعی است که برای سلامت روان آن‌ها مفید تلقی می‌شود. این فعالیت‌ها می‌توانند شامل داوطلبی، باغبانی، آشپزی، مشاوره تغذیه سالم و ورزش باشند.
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. مددکار اجتماعی: مددکاران اجتماعی قادرند حمایت‌های عملی، مشاوره، آگاهی‌رسانی و همچنین عاطفی ارائه دهند. خانواده‌ها، فرزندان، دانش‌آموزان، بیماران بیمارستان یا افراد سالمند همگی می‌توانند از خدمات مددکار اجتماعی برخوردار شوند. مددکاران اجتماعی می‌توانند در مورد مسائلی از قبیل بی‌خانمانی، خشونت خانوادگی، اعتیاد به مواد مخدر و الکل، تعرض جنسی و سوء رفتار با کودک کمک‌رسانی نمایند. مددکاران اجتماعی برای ارائه خدمات خود به مدرک دانشگاهی نیاز دارند.

واژه نامه خدمات سلامت روان

ENGLISH	FARSI
42. Symptoms: A sign or indication of something, for instance an illness or other problem with your health.	42. علائم: علامت یا نشانه چیزی، برای مثال، یک بیماری و یا مشکلات دیگر پزشکی.
43. Treatment: Medical care given for an illness or injury.	43. معالجه: دارو و درمان برای بیماری و یا جراحات.
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. رویکرد مبتنی بر آگاهی از تروما: این مربوط به ایجاد محیط‌های ایمن و حمایت‌کننده است که در آن افراد احساس کنند شنیده و محترم شمرده می‌شوند. این شامل ارائه مراقبت توسط متخصصان به‌گونه‌ای میشوند که باعث تجربه دوباره تروما برای فرد نشود.
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. رده بندی درمانی: عمل تصمیم گیری در مورد ترتیب رسیدگی به بیماران بر اساس اضطراری بودن صدمات یا بیماری شان. معمولاً واحد اورژانس بیمارستان یک 'پرستار رده بندی کننده درمانی' دارد که او تصمیم می‌گیرد که چه کسانی بیشترین مورد اضطراری را برای دیدن پزشک دارند.