



Servicios de salud mental y bienestar

SU MENTE ES IGUAL DE IMPORTANTE COMO SU CUERPO

El estrés, la depresión y la ansiedad le pueden suceder a cualquier persona. Afectan a las personas en diferentes maneras. Si su estado de ánimo ha cambiado o está teniendo problemas relacionándose con amigos y familiares, estamos aquí para ayudar.

Se Siente:

- | | Si |
|---|--------------------------|
| • Decaído(a), deprimido(a) o sin esperanzas? | <input type="checkbox"/> |
| • Nervioso(a), ansioso(a) o con los nervios de punta? | <input type="checkbox"/> |
| • No capaz de parar o controlar su preocupación? | <input type="checkbox"/> |
| • Con poco interés o placer en hacer cosas? | <input type="checkbox"/> |
| • Hombres, ¿están bebiendo más de 14 bebidas alcohólicas en una semana? | <input type="checkbox"/> |
| • Mujeres, ¿están bebiendo más de 7 bebidas alcohólicas en una semana? | <input type="checkbox"/> |

Si ha respondido 'sí' a cualquiera de estas preguntas, informe a su médico. También puede ponerse en contacto con la Trabajadora de Salud Mental en su clínica.

Información de contacto para la trabajadora de salud mental:

- Holy Cross, Aspen Hill: (301) 557-1992
- Holy Cross, Gaithersburg: (301) 557-1809
- Holy Cross, Germantown: (301) 557-1992
- Holy Cross, Silver Spring: (301) 557-1882
- Kaseman Clinic: (301) 917-6815
- Mercy Health Clinic: (240) 773-0362
- Muslim Community Center Clinic: (301) 384-2166 x1013
- Proyecto Salud Clinic: (301) 832-2480/(301)830-1164



TRISTESA

ACHAQUES Y DOLORES

DIFFICULTAD CON EL SUEÑO



ABUSO DE ALCOHOL O DROGAS

PROBLEMAS DE PAREJAS



PREOCUPACIONES

La trabajadora de salud mental es un miembro importante de su equipo de atención aquí en la clínica. Trabaja estrechamente con usted y sus médicos, y también puede proporcionar terapia.

El psiquiatra ayuda a su trabajadora y médico a decidir qué tratamiento ofrecer.

SERVICIOS

- Medicamentos para la depresión o la ansiedad
- Consejería y terapia
- Conexiones con organizaciones externas

El médico puede referirle a una Trabajadora de Salud Mental si parece tener mucho estrés en su vida. También puede prescribir medicamentos.

El coordinador de recursos de la comunidad le ayuda a encontrar los servicios que necesita.

Juntos trabajaremos para conseguirle el cuidado que usted necesita.