

كيف

تتعامل مع وصمة العار المرتبطة بالمرض النفسي

كن داعماً لهم
وشجعهم على طلب
المساعدة
من قبل المختصين
إن أحتاج الأمر



ابتعد عن ذكر
المصطلحات الشائعة بين
الناس التي قد تؤدي
المريض، ولا تعبر عن
حقيقة المرض النفسي



ثقّف نفسك
وزد معلوماتك
عن الصحة
النفسية وشارك
الآخرين بها



كن قدوة للآخرين
وحارب وصمة العار
وعبر عن رفضك ورأيك
من خلال أسلوبك
الإيجابي



تذكر أن المرض النفسي
كالمرض الجسدي
مثل مرض السكري
ومرض ارتفاع ضغط الدم
يحتاج لعلاج ومتابعة

تواصل مع
المصابين بطريقة لائقة
ولا تقلل من شأنهم، فهذا
يشجع الآخرين على
التعامل معهم باحترام
وتقدير



سلطنة عمان - وزارة الصحة
المديرية العامة للرعاية الصحية الأولية
دائرة التثقيف وبرامج التوعية الصحية

دائرة الأمراض غير المعدية
Department of Non-Communicable Diseases



oman.moh.social@gmail.com



OmaniMOH



HealthOman



مركز الاتصال وزارة الصحة
CONTACT CENTER MINISTRY OF HEALTH
24441999