



# ត្រូវការជំនួយ?

ត្រូវចាំថាអ្នកមិនមែននៅម្នាក់ឯងឡើយ  
សូមហៅទូរសព្ទ ឬផ្ញើសារទៅកាន់ខ្សែទូរសព្ទផ្តល់ជំនួយបន្ទាន់  
1-888-404-7763

**ស្ត្រី 1 នាក់**  
**ក្នុងចំណោម 5 នាក់**  
**ហើយ បុរស 1 នាក់**  
**ក្នុង 10 នាក់**

មានជម្ងឺចប់បារម្ភ មានការគិត  
ងប់ងុលខុសប្រក្រតី មាន  
អារម្មណ៍អស់សង្ឃឹម មាន  
អារម្មណ៍ថាភាពគ្មានតម្លៃ និង  
សូម្បីតែការគិតចង់ធ្វើអត្តឃាត  
អំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ  
ឬក្រោយពេលសម្រាលកូន

ទទួលការគាំទ្រ  
ដោយឥតគិតថ្លៃ  
និងធានារក្សា  
ការសម្ងាត់  
ទាក់ទងនឹងផ្លូវ  
អារម្មណ៍ពី  
ឪពុកម្តាយ  
ដូចគ្នា

ឆ្លើយសំណួរដោយ  
ផ្ទាល់ចាប់ពី  
9AM-4PM, M-F  
នាពេលល្ងាចនិងចុង  
សប្តាហ៍ហើយ  
យើងនឹងឆ្លើយរាល់  
សារក្នុងរយៈពេល  
14 ម៉ោង។

បញ្ជូនទៅកាន់  
អ្នកជំនាញមាន  
វិជ្ជាជីវៈ រួមជាមួយ  
ក្រុមផ្តល់ជំនួយ  
គាំទ្រ  
ព្រមទាំងធនធាន  
ជំនួយផ្សេងទៀត

ក្រុមផ្តល់ជំនួយគាំទ្រក្នុងអំឡុងនឹងក្រោយពេលសម្រាលកូន (PS-WA)  
គឺជាអង្គការមិនរកប្រាក់កម្រៃទូទាំងរដ្ឋដែលបានប្តេជ្ញាថិត្តក្នុងការផ្តល់ជំនួយទាក់ទងនឹងសុខភាពផ្លូវចិត្តអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ  
ដើម្បីគាំទ្រដល់គ្រួសារ និងសហគមន៍ទាំងមូល។ យើងជួយគាំទ្រមនុស្សក្នុងការរឹត ផ្លូវអារម្មណ៍ទៅកាន់ភាពជាឪពុកម្តាយ  
រួមទាំងអ្នកដែលមានជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត ចប់បារម្ភ ទទួលការបាត់បង់ គ្មានកូន រីឯប្តីសង្ឃឹមចិត្ត និងផ្សេងៗទៀត។



## ខ្សែទូរសព្ទផ្តល់ជំនួយ

- នឹងត្រូវឆ្លើយតបដោយឪពុកម្តាយដែលមានបទពិសោធន៍ និងធ្លាប់ជាសះស្បើយពីបញ្ហាសុខភាពផ្លូវចិត្តអំឡុង និងក្រោយពេលសម្រាល
- ដែលនាំមុខក្នុងការផ្តល់ជំនួយផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត រៀបចំផែនការសុខភាព និងជាអ្នកផ្តល់សេវាតាមគោលដៅ ឬបញ្ជូនបន្តតាមសហគមន៍
- មិនត្រឹមតែសម្រាប់ម្តាយប៉ុណ្ណោះទេ យើងក៏ជួយដល់ដៃគូ ដូចជាឪពុកសមាជិកគ្រួសារ មិត្តភក្តិ និងអ្នកផ្តល់សេវាដទៃទៀតផងដែរ
- អាចហៅទូរសព្ទបានច្រើនជាងម្តង យើងនៅទីនេះដើម្បីជួយអ្នកក្នុងដំណើរវិវត្តផ្លូវអារម្មណ៍របស់អ្នក។

អ្នកមិនចាំបាច់គិតរឿងនេះតែឯកឯងទេ។ ការហៅទូរសព្ទទៅកាន់ខ្សែទូរសព្ទផ្តល់ជំនួយ និងជួយអ្នកប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងភាពឯកោតាមរយៈការនិយាយជាមួយឪពុកម្តាយដែលធ្លាប់នៅស្ថានភាពនោះ ហើយតាមរយៈការសន្ទនា ដែលធ្វើឱ្យ អារម្មណ៍ខាងក្នុង និងបញ្ហាថប់បារម្ភត្រឡប់មកភាពប្រក្រតីឡើងវិញ។ យើងផ្តល់ការធានាថា មិនមែនមានផ្លូវតែមួយសម្រាប់បញ្ហាសុខភាពឡើយ។

- ទូរសព្ទ ឬផ្ញើសារ៖ 888.404.7763
- មានអ្នកបកប្រែចាំជួយ
- អ៊ីមែល៖ [warmline@perinatalsupport.org](mailto:warmline@perinatalsupport.org)
- ចូលមើល៖ [perinatalsupport.org](http://perinatalsupport.org)