

မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားရှိ

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး



North Carolina Institute of Medicine နှင့် El Futuro သည် NC ရှိ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများက ၎င်းတို့၏ စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ရင်ဆိုင်နေရသည့် အားသာချက်များနှင့် စိန်ခေါ်မှုများကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ နားလည်ရန် အချက်အလက်များကို စုဆောင်းခဲ့သည်။ တွေ့ရှိခဲ့သော အတားအဆီးအချို့နှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းခေါင်းဆောင်များ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်သည့် အလားအလာရှိသော ဖြေရှင်းနည်းအချို့ကို ဤနေရာတွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

အတားအဆီးများမှ အရေးယူဆောင်ရွက်မှုများဆီသို့

ဖြစ်တင်ရှုတ်ချခြင်း



ဝေဖန်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝိုင်းပယ်ခြင်းခံရမည်ကို ကြောက်ရွံ့မှုကြောင့် လူအချို့က စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံလိုစိတ်မရှိခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်



ပိုမိုအာရုံစိုက်ခြင်း

သင့်လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ပိုမိုစကားစမြည်ပြောဆိုမှုများ ပြုလုပ်ပါ



လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းခေါင်းဆောင်များအကြား စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သိရှိနားလည်မှုနှင့် ပံ့ပိုးကူညီမှုရင်းမြစ်များကို မြှင့်တင်ပါ



ဘုရားကျောင်း သို့မဟုတ် အခြားအဖွဲ့များတွင် စိတ်ကျန်းမာရေးဆွေးနွေးပွဲများကို ထည့်သွင်းပါ



ဘာသာစကား လက်လှမ်းမီမှု



ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ မိခင်ဘာသာစကားကို ပြောဆိုတတ်သော ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများ မရှိခြင်းသည် စောင့်ရှောက်မှုအရည်အသွေးကို လျော့ကျစေနိုင်သည်



အတားအဆီးများကို ချိုးဖျက်ပါ

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများအား စနစ်များအသုံးပြုနည်း ကူညီလမ်းညွှန်ပေးရန် ဘာသာစကားနှစ်မျိုးပြောသော ဝန်ထမ်းများ တိုးတက်ရေးအတွက် ပိုမိုရင်းနှီးမြှုပ်နှံပေးပါ။



သင့်ဒေသအတွင်းရှိ ဘာသာစကားနှစ်မျိုးပြောသော ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများနှင့် ပံ့ပိုးကူညီမှုရင်းမြစ်များ၏ လမ်းညွှန်တစ်ခုကို ဖန်တီးပါ



ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူအိမ်နီးချင်းများအား ဘာသာစကားနှစ်မျိုးပြောသော စိတ်ကျန်းမာရေးကျွမ်းကျင်သူများ ဖြစ်လာရန် ပံ့ပိုးကူညီပါ



အာမခံ မရှိခြင်း



ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများစွာသည် အစိုးရအာမခံ ရွေးချယ်စရာများအတွက် သတ်မှတ်ချက်မပြည့်မီကြသ် အလုပ်ရှင်ပံ့ပိုးသော အာမခံကိုလည်း မရနိုင်ပါ



ပံ့ပိုးကူညီမှုရင်းမြစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ပါ

အာမခံမရှိသော လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကို အခမဲ့ရရှိနိုင်သော သို့မဟုတ် ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးပါ



သင့်လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကို ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများနှင့် ချိတ်ဆက်ရန် ဒေသတွင်းကျန်းမာရေးပြပွဲများကို စီစဉ်ပါ



အခြားသူများအား ထောက်ပံ့ကြေးပေးသော ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီစေရန် စာရွက်စာတမ်းကိစ္စများကို ကူညီလမ်းညွှန်ပေးပါ



ပိုမိုသိရှိလိုပါသလား။ အခြေအနေဆိုင်ရာ စိတ်ဖြာလေ့လာချက်အပြည့်အစုံကို ဝင်ကြည့်ရန် ဤ QR ကုဒ်ကို စကန်ဖတ်ပါ။



မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားရှိ

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး



မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားရှိ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများအကြောင်း အကျဉ်းချုပ်

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး တိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေရန် ကတိပြုသည့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ခေါင်းဆောင်များနှင့် အဖွဲ့အစည်းများအတွက် ရေးသားပြုစုထားသည်။

မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားတွင် နေထိုင်သည့် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများက ဘယ်သူတွေလဲ။

8%

NC လူဦးရေအနက် နိုင်ငံခြားတွင် မွေးဖွားသော ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ ရာခိုင်နှုန်း



NC ရှိ ကလေး 5 ဦးအနက် 1 ဦးတွင် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူမိဘ အနည်းဆုံး တစ်ဦး ရှိသည်



လက်တင်အမေရိက- ~520,000
အာရှ- ~264,000
ဥရောပ- ~104,000
အာဖရိက- ~85,000
သမုဒ္ဒရာဒေသ- ~2,500

မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားကို ပိုမိုခိုင်မာလာစေရန် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများက မည်ကဲ့သို့ ပံ့ပိုးနေကြသနည်း။



ဒေါ်လာ 9.8 ဘီလီယံ

မြောက်ကယ်ရိုလိုင်းနားရှိ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ အခွန်ဆောင်ငွေ စုစုပေါင်း



စီးပွားရေး

NC အခြေစိုက် Fortune ကုမ္ပဏီပေါင်း 500 အနက် 38% ကို ပထမ/ဒုတိယမျိုးဆက် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများက တည်ထောင်ခဲ့သည်



602,600

NC ရှိ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူ အလုပ်သမား စုစုပေါင်း

ဦးစားပေးမှုဆိုင်ရာ ခံယူချက်များ

လူများစွာအတွက် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးနှင့် အခြားအရေးကြီးလိုအပ်ချက်များနှင့်ယှဉ်လျှင် စိတ်ကျန်းမာရေးကို ဦးစားပေးမှုနည်းနိုင်သည်။ တည်ငြိမ်သောအလုပ်အကိုင်၊ နေထိုင်ရန် အိမ်ရာနှင့် အစားအစာရရှိရေးသည် မိသားစုဘဝသာယာရေးအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သဖြင့် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူအချို့သည် လက်ငင်းစိုးရိမ်မှုများထက် စီးပွားရေးအရ ရပ်တည်ရှင်သန်နိုင်ရေးကို ပဓာနထားနိုင်သည်။



“ပြစ်တင်ရှုတ်ချမှုတွေ၊ ကြောက်ရွံ့မှုတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ ‘ဒီမှာ လာဆွေးနွေးနေတာကို မိသားစုကို မသိစေချင်ဘူး’ လို့ လူနာအများစုက ပြောကြပါတယ်။”

-ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများကို ဝန်ဆောင်မှုပေးနေသော ဆရာဝန်ထံမှ ကိုးကားချက်

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူ အသိုင်းအဝိုင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ရရှိနိုင်သောဒေတာက ဘာကြောင့်အလွန်နည်းရသလဲ။

ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူ အသိုင်းအဝိုင်းများစွာတွင် စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့်ဆက်စပ်၍ ယဉ်ကျေးမှုအရ ပြစ်တင်ရှုတ်ချမှု အများအပြားရှိပြီး ၎င်းတို့အနေဖြင့် လူမှုရေးအရ ငြင်းပယ်ခံရမည်ကို ကြောက်ရွံ့သည့်အတွက် ဤပြဿနာများကို ပွင့်လင်းစွာ ဆွေးနွေးရန် သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်သူ၏အကူအညီကို ရယူရန် ရှောင်ကြဉ်လေ့ရှိသည်။

ဤထိပ်တန်းဘာသာစကားအမျိုး 20 ကို ပြောဆိုသူအများစုသည် အင်္ဂလိပ်စကားကို “အလွန်ကျွမ်းကျင်ကျင်” မပြောတတ်ကြပါ (ပြောဆိုသူဦးရေ 2022 ခုနှစ်)

စပိန်ဘာသာစကား	330,018 ဦး (ပြောဆိုသူဦးရေ)
တရုတ်ဘာသာစကား (မန်ဒရင်၊ ကန်တို)	17,062
ဗီယက်နမ်ဘာသာစကား	13,592
အာရဗီဘာသာစကား	10,910
ကိုရီးယားဘာသာစကား	8,208
ဂျာမန်ဘာသာစကား	6,845
ပြင်သစ်ဘာသာစကား	6,425
ရုရှားဘာသာစကား	5,397
တယ်လူဂူဘာသာစကား	4,860
အင်္ဂလိပ်၊ ဆာမိုအာ၊ ဟာဝိုင်းအီသို့မဟုတ် အခြားအော်စထရိုနီးရှား ဘာသာစကားများ	4,748
ထိုင်းဘာသာစကား	4,288
အမ်ဟားရစ်ဘာသာစကား	4,121
ဟင်ဒီဘာသာစကား	4,062
မူဘာသာစကား	3,912
ပေါ်တူဂီဘာသာစကား	3,885
ဂျပန်ဘာသာစကား	3,566
ဂျာမန်ဘာသာစကား	3,400
တဂါလော့ဘာသာစကား	3,349
နီပေါဘာသာစကား	3,104
ဟေတီ ဒေသခံဘာသာစကား	3,012

ပိုမိုလေ့လာလိုပါက၊ နောက်ထပ်ဘာသာပြန်ဆိုချက်များကို ရယူလိုပါက သို့မဟုတ် Immigrant Mental Health Solidarity Network (IMHSN) ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စည်းလုံးညီညွတ်မှုကွန်ရက်) နှင့်အတူ ဤကြိုးပမ်းမှုတွင် ပါဝင်လိုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ဝက်ဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ

