

Etaale Elikin Pād Imerjenji Ruum kōn Kōjerbale Wuno ko Rekajur



Armej ro epen an bojrak ak kōjerbale arkool ak kōjerbale wūno ko jōt rekajur (abuse or dependence, AOD) emaroñ ikkūt aer deloñ lowaan imerjenji ruum ñe epen an wōr aer maroñ ñan kea. Aōrok ñan kabbok lale in etaale ñan AOD abiñōñō ko ñan kadiklok kōjerbale wūno ko rekajur, deloñ ilowaan ER ilju jeklaj, im pād lowaan aujpitōl.

Aōrok in etaale:

- ▶ Ien etaale ko rej bar jipañ ilo an wonṃaanlok iaḷ in lale eo am.
- ▶ Ien loelok ko remaroñ jipañ elolo ta ko rej kōmman an jinoe im kōmman bulāān in kabojrak kōjerbale wūno ko rekajur.
- ▶ Etaale lale emaroñ kwalok jekjek ko rej tōl ñan kōjerbale wūno ko rekajur im jipañ kōn kōttōpar in kajur lak ilo ien-aitok.
- ▶ Ekatak kake kein jerbal ko jōt im jerbal in jipañ ko rej iwaj ñan eok ilo ien im elikin ien loelak.
- ▶ Etaale kea ej jipañ eok kantūrol ājmour eo am. Mennin ej tōl ñan an eman lok jemlok ko im juon mour eo elaplok an eman ñan ājmour.

Aōrok ñan etal ñan ien loelak ko elikin juon pād ER ñan kōjerbale wūno ko rekajur.

Waween jipañ armej kabojrak aer kōjerbale wūno ko rekajur:

- ▶ Bukōt jipañ jen jikin jerbal ko.
- ▶ Bukōt im uwaak ta ko rej kōmman an jinoe.
- ▶ Kōmman waween eñjake ko remman ñan ājmour.
- ▶ Nīknik ilo am konan kajur lak.

Kōn jipañ ko an jikin jerbal, jipañ jen jukjukin pād, im am māke niknik, kwomaroñ kōmman bwe en eman lak bwe kwon jab aitok ien-aitok ñan kajur lak.

Ta eo ñan kōmmane elikin am tal ñan imerjenji ruum:

- ▶ Etaale ippān taktō eo am ilowaan jimjuon raan jen ien eo kwar pād ER.
- ▶ Kūrlok Arkansas Total Care 24/7 Nōōj Lain in Rojāñ ilo 1-866-282-6280 (TTY: 711).

Meḷeḷe kōn ia eo ñan etal ñan e ñan jipañ ej bellok ilo webjait eo ad ilo ArkansasTotalCare.com.

Jen:
samhsa.gov