

COVID-19 (Vi-rút Corona)

Dấu Hiệu Cảnh Báo Tự Tử

Nếu quý vị hoặc một người thân yêu đang trải qua bất kỳ điều nào sau đây, hãy gọi Đường Dây Tư Vấn Cuộc Sống Ngăn Ngừa Tự Sát Toàn Quốc 800-273-8255

Nói về việc muốn tự tử hoặc tự sát

Biểu hiện lo âu hoặc bối rối; cư xử táo bạo

Tìm kiếm một cách tự sát

Ngủ quá ít hoặc quá nhiều

Nói về việc cảm thấy tuyệt vọng hoặc không có lý do nào để sống

Tự rút lui hoặc cô lập

Nói về việc cảm thấy bị kiềm hãm hoặc trong cơn đau không chịu đựng được

Tỏ ra thịnh nộ hoặc nói về việc tìm cách trả thù

Nói về việc đang là gánh nặng cho những người khác

Tâm trạng cực kỳ thay đổi

Gia tăng sử dụng rượu bia hoặc ma túy

Có vẻ tốt hơn nhiều một cách bất ngờ sau một thời gian trầm cảm nghiêm trọng



Chia sẻ thông tin chính xác

coronavirus.wa.gov