**Kesihatan Mental Belia**

Penyakit mental menjejaskan kira-kira 14% remaja di seluruh dunia\*. Daripada keadaan, gangguan makan adalah antara yang paling mematikan. Bulan ini, dapatkan cerapan tentang cara untuk mengetahui sama ada kanak-kanak dalam jagaan anda mungkin bergelut dengan gangguan pemakanan dan cara membantu mereka.

|  |
| --- |
| **Disertakan dalam kit alat penglibatan bulan ini anda akan dapati:****Penyaring gangguan makan** untuk membantu anda mengenal pasti tanda gangguan makan dan jika penilaian perubatan disyorkan **Latihan** tentang keibubapaan dalam dunia yang sentiasa berubah dan bagaimana untuk membantu kanak-kanak berkembang maju**Artikel** tentang gangguan makan dan petua untuk ibu bapa tentang cara bercakap tentang kesihatan mental dengan anak-anak anda |

[Lihat kit alatan](https://optumeap.com/newthismonth/ms-MY)

**Perkara yang boleh dijangkakan setiap bulan:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Topik terbaharu** – Berhubung dengan kandungan terkini yang memfokuskan pada topik baharu setiap bulan |
|  | **Lebih banyak sumber** – Dapatkan akses kepada sumber tambahan dan alatan bantuan diri |
|  | **Perpustakaan Kandungan** – Akses berterusan kepada kandungan kegemaran anda |
|  | **Sokongan untuk semua orang** - Kongsi kit alat dengan mereka yang anda fikir mencari maklumat yang bermakna |

\* WHO, “Adolescent Mental Health.” <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> Accessed Nov. 3, 2022