

KAPITEL 8

BESKRIVELSER AF DE FORSKELLIGE STEDER, DIN BEHANDLING KAN FOREGÅ EFTER UDSKRIVELSE. DU KAN LÆSE KAPITLET BÅDE NU OG SENERE.

UD I LIVET – PSYKIATRISK BEHANDLING EFTER UDSKRIVELSE

Det er vigtigt, at du ved, hvor og hos hvem din behandling fortsætter efter udskrivelsen, så det, du har opnået med din indlæggelse, ikke bliver tabt på gulvet.

Mange psykiatriske klinikker og ambulatorier har specialiseret sig i bestemte problemer f.eks. angst, depression eller spiseforstyrrelse.

Andre tilbud er rettet mod unge. F.eks. er OPUS et tilbud til unge med debuterende psykoser eller skizofreni.

Det er vigtigt, at du kommer i behandling det sted, der passer til dine behov.

Sig det til din læge, hvis du mener, at der er et bestemt behandlingssted, der er bedst for dig.

HVEM FØLGER OP PÅ DIN BEHANDLING, EFTER DU ER UDSKREVET?

Hvor din behandling fortsætter, når du er udskrevet, afhænger af mange ting: Din diagnose, hvor du bor og hvilken hjælp og støtte, du har brug for.

Spørg din behandler, hvis du er i tvivl om, hvorfor du har fået et bestemt tilbud.

Navnet på den læge, der er ansvarlig for din behandling, når du er udskrevet, skal stå på dit udskrivningskort på side 2



BEHANDLING EFTER UDSKRIVELSE

BEHANDLING EFTER UDSKRIVELSE

BEHANDLINGSSTEDERNE ER:

DISTRIKTSPSYKIATRISK CENTER

Du bor hjemme og får en tværfaglig behandling på centret. Du har en kontaktperson og kan tale med psykiatere, sygeplejersker, psykologer, ergoterapeuter og sagsbehandlere afhængigt af, hvad du har brug for. Bliver du henvist til et distriktspsykiatrisk center efter udskrivningen, er det her, din behandlingsansvarlige læge er, og her du får din medicin reguleret. Centeret kan ofte også tilbyde individuel eller gruppeterapi samt hjælpe dig i kontakten med kommunen i forhold til bolig, uddannelse, arbejde og økonomi.

AMBULATORIUM ELLER KLINIK PÅ ET PSYKIATRISK CENTER

En del af et psykiatrisk center, men du er ikke indlagt og der er kun behandling i dagtimerne. Du kan både få reguleret din medicin og deltage i individuel- og gruppeterapi. Ambulatorier tilbyder specialiseret behandling i for eksempel depression, angst, OCD, ADHD, skizofreni, flygtninges traumer, alvorlige personligheds- og spiseforstyrrelser eller ældres psykiske lidelser.

OPUS-TEAM

Er et særligt tilbud for unge mellem 18-35 år, der har en debuterende psykose eller skizofreni. I OPUS bliver din medicinske behandling fulgt op med individuel- eller gruppeterapi. OPUS tilbyder også familiebehandling og psykiatriundervisning til dig og dine nærmeste pårørende. Du får en fast kontaktperson, der kan hjælpe dig med uddannelse, arbejde, det daglige liv og med at håndtere din sygdom, så du kan få en stabil hverdag.

OPSØGENDE PSYKIATRISKE TEAM (OP-TEAM)

Hvis du har en debuterende psykose eller et langvarigt forløb med periodiske psykoser, kan det være, du bliver tilknyttet et OP-team, efter du er blevet udskrevet. OP-team'et hjælper dig med at forblive i behandling, tage medicin og undgå, at du får det dårligt igen. OP-team'et kan mødes med dig hjemme og andre steder, samt hjælpe dig med kontakt til kommunen.

AKUTTEAM – PSYKISK FØRSTEHJÆLP

Er et alternativ til en akut indlæggelse og kan komme hjem til dig for at yde en hurtig psykiatrisk indsats. Personalet kan tilknytte dig til et akut-team, og du kan også selv kontakte akutteamet. Arbejder tæt sammen med akutmodtagelsen. Findes flere steder i regionen.

FØLGE HJEM ORDNING

Hjælper dig med at sikre, at du får den støtte du har brug for, når du kommer hjem. Besøger dig hjemme og støtter dig med at komme i gang igen. Kan også tage med dig til kommune, værested, misbrugscenter og lignende. Vejleder dig i at undgå, at du bliver indlagt igen. Er særligt relevant, hvis du har et misbrugsproblem. Under indlæggelsen kan følge-hjem sygeplejersken forberede dig på udskrivelse, ved at tage med dig på hjemmebesøg eller besøg på dit botilbud.

EGEN LÆGE

Hvis behandlingen fortsætter hos din egen læge, vil lægen have ansvaret for din fortsatte behandling og opfølgning. Det er forskelligt, hvor meget en praktiserende læge ved om psykiske sygdomme og psykiatrisk behandling. Din

læge kan derfor henvise dig til en privatpraktiserende psykiater eller til et andet behandlingstilbud, der passer til dig.

PRIVATPRAKTISERENDE PSYKIATER

Hvis du vil gå hos en privatpraktiserende psykiater, skal du have en henvisning fra din læge, og der kan være ventetid. Nogle synes, det er mere personligt at gå hos en privatpraktiserende psykiater end for eksempel et distriktspsykiatrisk center. Det er en god idé at spørge sig for, da nogle psykiatere har særlige specialer, for eksempel inden for psykoterapi.

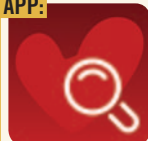
PSYKOLOG ELLER TERAPEUT

Når du er udskrevet, kan din læge henvise dig til en privatpraktiserende uddannet terapeut, som enten er psykolog eller læge. Du skal selv betale for psykologhjælp, men du kan få delvist tilskud fra sygesikringen efter en henvisning fra din læge. I særlige tilfælde kan du få tilskud fra kommunen til psykologbehandling. Du skal altid selv betale, hvis du bruger en psykoterapeut, der ikke er læge eller psykolog. Vær opmærksom på, at der også er psykoterapi mange steder, hvor psykiatrisk behandling finder sted – og her er det gratis.

ALTERNATIV BEHANDLER

Du skal selv betale for alternativ behandling. Alle kan kalde sig terapeut. Derfor er det en god idé at være opmærksom på, om du føler dig tryk ved terapeuten og om der findes nogen viden om, hvorvidt den alternative behandling virker. Hvis din alternative behandler råder dig til at ændre på din medicinske behandling, er det en god ide, at du først taler med din psykiater eller læge om det.

APP:



FIND BEHANDLER

-find den nærmeste læge, privatpraktiserende psykiater eller...

