

Vi er alle pårørende



Shutterstock

REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN



- vi er til for dig

Pjecen er udarbejdet af: Psykiatrien
Region Sjælland, PsykInfo -
Psykiatrisk Enhed for Information |
Brugerstyring | Recovery

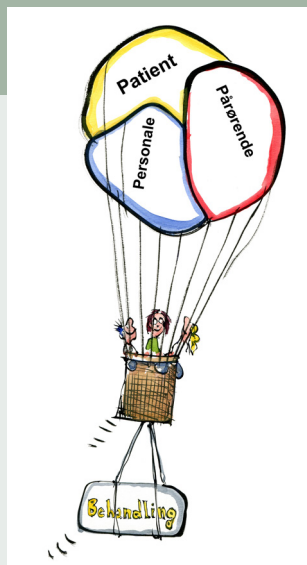
Kære pårørende

Du er en vigtig samarbejdspartner, da du har en viden om patientens liv.

Behandlingen i Psykiatrien er baseret på relationer og vi ønsker derfor at invitere dig til et nærmere samarbejde, i det omfang du og patienten ønsker det.

Som pårørende har du en særlig rolle. Du kan støtte og hjælpe den, der står dig nær, i det omfang han/hun ønsker det. Samtidig har du viden og erfaring om patientens sygdomsforløb, der er værdifuld for patienten og behandlingsforløbet.

Vi ønsker et samarbejde der er præget af gensidig respekt og tillid, og med patientens behov i centrum. Vi respekterer samtidig, at inddragelsen af dig skal ske i et omfang, der tager hensyn til dig og dine ressourcer.



Formålet med denne pjeces er at give dig et generelt overblik som pårørende i Psykiatrien, samt fortælle hvad vi kan tilbyde af hjælp og støtte.

Med venlig hilsen

Psykiatriledelsen i Region Sjælland
Michael Werchmeister
Søren Bredkjær
Dorthe Juul Lorenz

VI ER ALLE PÅRØRENDE

De fleste af os er på et tidspunkt i vores liv pårørende, når en af vores nærmeste bliver syg og dermed patient.

En pårørende er en, som patienten har en nær relation til, det kan eksempelvis være et familiemedlem, en partner eller en nær ven.

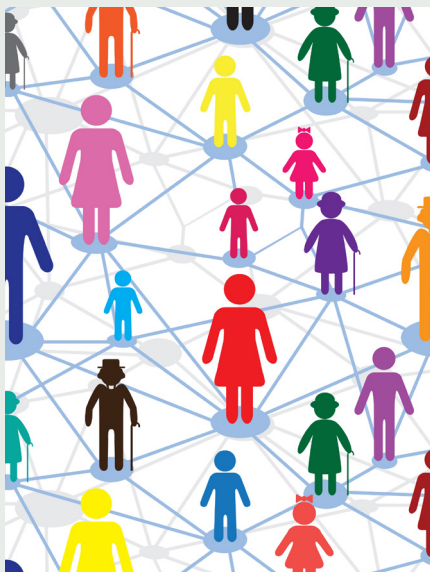
Uanset din tilknytning til patienten, er du den som kender mennesket bag

sygdommen og kan være med til at bevare håbet om at komme sig.

Psykisk sygdom kan være forbundet med afmagt og frustrationer for alle der er involveret. Som pårørende kan du være en støtte for den, der er i behandling.

Du kan være med til at sikre, at patientens holdninger bliver hørt og at patientens behov bliver mødt.

Din opbakning og omsorg er også en vigtig hjælp – både under og efter behandlingen.





Pårørende, patient og behandler i fælles indsats

GENERELT OM BEHANDLING I PSYKIATRIEN

Målet med behandlingen er at hjælpe patienten til at genvinde sine ressourcer, der gør det muligt at mestre dagligdagen og opleve en tilfredsstillende livskvalitet.

Behandling for en psykisk sygdom tager tid. Størstedelen af behandlingen foregår ambulant, fordi det griber mindst muligt ind i patientens liv. Indlæggelse kan være en del af behandlingen i svære faser. Når patienten udskrives er det til videre ambulant behandling og der er stadig et stykke til, at patienten bliver rask.

Psykiatriens opgaver:

- Undersøge symptomer
- Stille diagnose
- Lægge plan for behandling
- Give behandling og pleje
- Lægge plan for det videre forløb efter udskrivelse

Patienter henvises via Psykiatrisk Visitationsklinik.

Kontaktperson og behandlingsplan

Alle patienter får en sundhedsfaglig kontaktperson, der er ansat på det pågældende afsnit/distriktpsychiatriske center, som er ansvarlig for patientens behandling.

Kontaktpersonen skal sikre, at der er sammenhæng i behandlingen og at patienten og pårørende får den information de ønsker og har behov for.

Behandlingsplanen udarbejdes i samarbejde med patienten og det tværfaglige personale der er involveret i behandlingen. Som pårørende kan du inddrages i udarbejdelsen af behandlingsplanen, herunder planer for udskrivelse.

Hvis du har spørgsmål i forbindelse med behandlingsforløbet, er du altid velkommen til at tale med patientens kontaktperson.

Du kan finde mere på Psykiatriens hjemmeside:
www.regionsjaelland.dk/Psykiatrien

HVOR FOREGÅR BEHANDLINGEN

Psykiatrisk akutmodtagelse

Er en psykiatrisk skadestue, der har åbent 24 timer i døgnet. Man kan henvende sig uden forudgående aftale

Ambulant behandling

Betyder at patienten ikke er indlagt. Behandlingen foregår i distriktspsykiatriske centre eller psykiatriske klinikker og kan også omfatte behandling i eget hjem.

Indlæggelse på et sengeafsnit

Betyder at man er indlagt, hvor der er professionel støtte og behandling 24 timer i døgnet.

HVEM KAN DU MØDE I PSYKIATRIEN

- Læge / Psykiater
- Sygeplejerske
- Psykolog og socialrådgiver
- Ergoterapeut og fysioterapeut
- Diætist
- Social- og sundhedsassistent
- Plejer
- Sekretær
- Serviceassistent og teknisk personale

HVORNÅR BLIVER JEG INDDRAGET

For at du kan blive inddraget i behandlingsforløbet, kræver det at patienten giver samtykke til, at pårørende må inddrages.

Ved ambulant behandling:

- Senest ved 2. kontakt skal pårørende have et skriftligt tilbud om at deltage i en samtale.

Ved indlæggelse:

- Indenfor 5 hverdage inviteres pårørende til en samtale.

Se desuden afsnittet »Når patienten siger nej til inddragelse«.



STØTTE OG VEJLEDNING

Det kan være en stor belastning at være pårørende til et menneske med en psykisk sygdom.

Det er ofte en svær situation, der kan være meget vanskelig at håndtere, hvor du undervejs kan komme hele følelsesregisteret igennem, ved at blive forvirret, opleve frustration, være bange, føle sorg osv.

Det er normalt, at du som pårørende kan få brug for hjælp. Det er vigtigt at tage hånd om eventuelle problemer, så det ikke får unødigt store konsekvenser for dit eget liv.

Vi vil gerne hjælpe dig med informationer, samt vejledning om sygdommen og den behandling som patienten modtager.

Du er altid velkommen til at henvende dig til afdelingen som patienten er tilknyttet eller PsykInfo, for at høre om mulighederne for mere viden og støtte.

Se yderligere oplysninger på bagsiden af pjecen.



GODT AT HUSKE PÅ

- Man kan komme sig fra psykisk sygdom
- Psykisk sygdom er ikke nogens skyld
- Håb er afgørende for al behandling - vær med til at bevare håbet om at komme sig
- Det tager tid at komme sig - behandling af psykisk sygdom er ofte en lang proces

NÅR PATIENTEN SIGER NEJ TIL INDDRAGELSE

Af forskellige årsager ønsker nogle patienter ikke at inddrage pårørende i behandlingen.

Det kan være en svær oplevelse, når man ikke får lov at deltage som aktiv part i behandlingen.

Personalet vil gerne inddrage pårørende i behandlingsforløbet, men skal respektere patientens valg.

Overholdelse af tavshedspligten er vigtig som led i at personalet får patientens tillid.

Hvis patienten ikke ønsker inddragelse, kan du som pårørende henvende dig til personalet, hvor patienten er tilknyttet, for generel vejledning om psykisk sygdom og støtte til det at være pårørende. Du kan også henvende dig til PsykInfo (se oplysninger på bagsiden).

Det kan desuden være en god idé at kontakte en bruger-/pårørendeforening, hvor du kan tale med mennesker der har været i en lignende situation, samt få støtte og vejledning.





NÅR BØRN ER PÅRØRENDE

Når forældre eller søskende har en psykisk sygdom, påvirker det børnene.

Psykiatrien tilbyder familiesamtaler, som har til formål at støtte dialogen i familien om sygdommen og dens indvirkning på barnet og resten af familien.

Du kan henvende dig til patientens kontaktperson i afdelingen, for at høre mere om særlige tilbud til børn og unge under 18 år.

Børn der er over 18 år, tilbydes samme hjælp som andre voksne pårørende.

GODE RÅD TIL PÅRØRENDE

- Tal sammen om sygdommen - det hjælper at få sat ord på
- Spørg hvordan det går – som du ville gøre ved en fysisk sygdom
- Sæt dig ind i sygdommen - viden hjælper dig til at forstå og acceptere (det kan anbefales at læse bogen »Pårørende« af Jes Gerlach)
- Tag kontakt - og forvent ikke at der ringes tilbage, men vis at du er der
- Tilbyd at være til stede – både psykisk og praktisk - mød op med lidt mad, tag opvasken eller vær sammen med børnene
- Støt patienten i at søge professionel hjælp og i at gennemføre behandlingsforløbet
- Husk at bede om hjælp fra andre i patientens netværk, hvis rollen som pårørende bliver for omfattende



FRIVILLIGE OG PRIVATE ORGANISATIONER

Organisationer hvor du kan få meget nyttig viden, støtte og rådgivning:

Landsforeningen Bedre Psykiatri

Pårørendeforening

Tlf.nr. 53 52 99 00

www.BedrePsykiatri.dk

LAP

Landsforening af nuværende og tidligere psykiatribrugere

Tlf.nr. 66 19 45 11

www.LAP.dk

Landsforeningen SIND

Landsforening for alle med interesse i psykisk sundhed

Tlf.rådgivning 70 23 27 50

www.Sind.dk

Psykiatrifonden

Privat humanitær organisation

Tlf.rådgivning 39 25 25 25

www.psykiatrifonden.dk

Det sociale netværk

Forening

Tlf.nr. 50 84 68 46

www.detsocialenetvaerk.dk



Find flere frivillige og private organisationer på Psykiatriens hjemmeside:

www.regionsjaelland.dk/psykiatrien



Som en uventet paraply i regnvej

PÅRØRENDE PÅ INTERNETTET

Find flere oplysninger på
Region Sjællands hjemmeside:

www.regionsjaelland.dk/psykiatrien

PsyInfo

Psykiatrisk Enhed for Information |
Brugerstyring | Recovery

Har en åben og anonym psykiatrisk
rådgivning for patienter, pårørende
og andre med brug for viden.

Man kan henvende sig både
telefonisk eller personligt.

PsyInfo afholder hver måned 2-3
gratis og åbne arrangementer i
Region Sjælland, hvor emner kan
være skizofreni, depression, angst,
retspsykiatri, pårørendeproblematik-
ker, recovery og meget mere.

PsyInfo har kontorer i Næstved
og Roskilde, desuden kan du efter
nærmere aftale få rådgivning andre
steder i Regionen.

Tlf.nr. 70 25 02 60
psykinfo@regionsjaelland.dk

www.regionsjaelland.dk/Psykinfo