



## Velkommen til Ungdomspsykiatrisk afsnit, U1 almen

Vi er et døgnafsnit for unge med psykiske lidelse, som har brug for behandling og støtte gennem det meste af døgnet. Under indlæggelsen vil man også være hjemme på orlov for at bevare kontakten til hjemmet.

Vi vil gøre vores bedste for, at dit ophold bliver så godt som muligt.

Vi skal i et samarbejde finde frem til den rette behandling for dig.

Det er derfor vigtigt, at du fortæller os, hvordan du har det, og hvordan vi bedst kan hjælpe dig – for ingen kender dig bedre end dig selv.

I vores afsnit arbejder vi som en helhed. Det betyder, at læger, psykologer, sygeplejersker, pædagoger, socialrådgivere, lærer, kokke og sekretærer samarbejder om at finde den bedste behandling til dig.

I det daglige vil du høre ord som miljøterapeuter, som er pædagoger og sygeplejersker. Din behandler kan enten være læge eller psykolog.

### Dine kontaktpersoner

To af miljøterapeuterne vil blive udpeget som dine faste kontaktpersoner.

I hver vagt vil du have en kontaktperson. Så vidt muligt, vil det blive en af dine faste kontaktpersoner, men da personalet arbejder på skift, kan det blive en af de andre miljøterapeuter, som er på arbejde.

Kontaktpersonerne skal hjælpe dig igennem dit forløb og hjælpe med svar på dine spørgsmål. Det kan eksempelvis være:

- Information og rådgivning om sygdommen og din behandling
- Støtte og vejledning i forhold til din hverdag, fx ønsker om skole og uddannelse.
- Hjælp til at koordinere kontakten til fx kommune eller andre offentlige myndigheder.

Vores socialrådgiver samarbejder med din hjemkommune, så der kan laves en god plan for dig, når du kommer hjem igen.

Ungdomspsykiatrisk afsnit,  
U1 almen, Bygning 29  
Smedegade 16  
4000 Roskilde  
Tlf. 58 53 80 30

### Om U1 almen

U1 almen er et ungdomspsykiatrisk afsnit under Afdeling for Børne- og Ungdomspsykiatri. Vi har 8 sengepladser, og vi modtager patienter i alderen fra 14 - 17 år inkl.

### Mad og drikke

Du får mad og drikke, når du er hos os. Vi serverer måltiderne i spisestuen.



Morgenmad kl. 8.00 - 8.20  
Middagsmad kl. 12.00 - 12.20  
Aftensmad kl. 17.30 - 17.50

### Indretning og faciliteter

På afsnittet er der enkeltværelser. Alle værelser har eget badeværelse.

Der er en vaskemaskine på afsnittet, hvor du kan vaske dit tøj.

### Skole

Skolen er en integreret del af afsnittet. Den ligger i parterre. Skolen har undervisning alle hverdage og undervisningen bliver tilpasset dit niveau og dit behov. Vi har undervisning i afsnittet 1 time hver dag



## Stil dine spørgsmål

Det er vigtigt for os, at du får svar på dine spørgsmål. Vi vil løbende tale med dig om, hvad der skal ske, og hvad du kan forvente, når du er indlagt.

## Hverdagen i afsnittet - miljøterapi

Miljøterapien foregår i hverdagsaktiviteterne. Når man har en psykisk lidelse, er det meget almindeligt, at man ikke kan klare så meget, som man har kunnet før.

Hverdagens almindelige aktiviteter giver god mulighed for, at dine problemer bliver synlige og kan håndteres, hvilket er dét, der arbejdes med i miljøterapien. Vi arbejder blandt andet med struktur, hvor der er faste tidspunkter for måltider, skole og møder. Du vil få et ugeskema, som er tilpasset din situation.

Den første tid på afsnittet bruger vi på at lære dig at kende. I takt med, at du bliver mere tryk i afsnittet, vil vi via miljøterapien hjælpe dig med at udvikle mere selvstændighed. For nogle er det en vanskelig proces. Det er vi er meget bevidste om.

I praksis betyder det, at du i din behandling bliver stillet overfor nye opgaver, som måske kan virke overvældende for både dig og dine forældre, men som vi i fællesskab vil tilpasse, så du kan klare opgaven. I takt med at du klarer opgaverne, vil din følelse af selvværd stige.

Der er således en forventning om, at både du og dine forældre indgår i samarbejdet om miljøterapien.

Du vil ikke tale med din behandler lige så ofte som med miljøterapeuterne, men behandlere og miljøterapeuter taler sammen hver dag til konference, hvor både frem- og tilbageskridt drøftes og ud fra denne samtale tilpasses rammen, så din udvikling fremmes. Miljøterapeuterne deltager også i samtalerne med dig og din behandler, så de kan høre om dine tanker og overvejelser om din situation og behandling.

## Besøgstid

Du er velkommen til at få besøg efter aftale med personalet. Besøg finder sted på værelset eller I kan gå en tur i vores smukke omgivelser.

Hvis du vil have besøg af venner, så skal det være aftalt med personalet.

## Dine pårørende

Dine forældre eller andre pårørende er vigtige personer for dig. Derfor vil vi samarbejde med dem om din behandling.

## Peer

En gang om ugen har du mulighed for at tale med en, som selv har prøvet at være indlagt, men nu har fået det så godt, at hun eller han kan hjælpe andre, det kalder vi for peer medarbejder. Dine forældre har også mulighed, for at tale med en, som har prøvet at være forældre til et indlagt barn.

## Orlov

Man er vanligvis hjemme på orlov fra fredag eftermiddag til søndag aften.

Mange er også hjemme fra onsdag eftermiddag til torsdag morgen.

## Adgang til internet

Få en kode af personalet, hvis du vil bruge det trådløse net.

## Rygning

Psykiatrien Region Sjælland er røgfrit område. Det vil sige, at al rygning kun er tilladt udendørs i særligt afmærkede områder.

## Pas på dine ejendele

Vi anbefaler, at du undgår at medbringe mange penge og smykker, når du er indlagt.

## Udlevering af medicin

Når du er indlagt i Psykiatrien, får du udleveret den ordinerede medicin.

## Kend dine rettigheder

Du kan læse om, hvornår du skal give samtykke, og om dine rettigheder som patient i Psykiatrien på Region Sjællands hjemmeside eller få udleveret en pjece af personalet.

[www.regionsjaelland.dk/rettighederPsyk](http://www.regionsjaelland.dk/rettighederPsyk)

## Flere informationer

Du kan læse mere om Psykiatrien i Region Sjælland på

[www.regionsjaelland.dk/psykiatrien](http://www.regionsjaelland.dk/psykiatrien)

Opstår der spørgsmål efter din udskrivelse, er du velkommen til at kontakte os:

Tlf. 58 53 80 30 (receptionen)





## Din journal

I journalen beskriver vi løbende din sygdom, behandling og virkningen af behandlingen. På »Min Sundhedsplatform« har du eller dine forældre adgang til en elektronisk udgave af din journal (adgang via [www.minsundhedsplatform.dk](http://www.minsundhedsplatform.dk)). Dette kræver MIT-id. Oplysningerne kan læses i Min Sundhedsplatform nogle dage efter, at de er skrevet i journalen. Du har også mulighed for at få en kopi af journalen udleveret efter aftale med personalet.

Af og til har vi brug for at kunne udveksle helbredsoplysninger om dig med din læge og eventuelt din kommune, for at kunne tilrettelægge din behandling bedst muligt. Dette gør vi kun efter aftale med dig/dine forældre, da det kræver samtykke.

*Med venlig hilsen*

Personalet på U1 Almen og

Julie Klahn, led. overlæge og Heidi Bokkenheuser, oversygeplejerske

## Rygning

Psykiatrien Region Sjælland er røgfrit område. Det vil sige, at al rygning kun er tilladt udendørs i særligt afmærkede områder.

## Ved behov for akut hjælp efter din udskrivelse:

Psykiatrisk akutmodtagelse, **ring 1818** eller:

Roskilde, tlf. 58 53 75 00

Slagelse, tlf. 58 53 64 20

Vordingborg, tlf. 58 53 70 30