



Patient- og pårørendepolitik

# Samarbejdet mellem patienten, de pårørende og Psykiatrien

PSYKIATRIEN

# Indholdsfortegnelse

Forord.....	3
-------------	---

## Del 1

### Samarbejde mellem patienten, de pårørende og Psykiatrien

Åben dialog.....	5
Vejledning og information .....	6
Indflydelse på egen behandling.....	8

## Del 2

### Behandling og patientforløb

Kontakt til Psykiatrien.....	11
Henvist til Psykiatrien – hvad sker der så? .....	11
Behandlingsplan .....	12
Aktivitetsplan .....	13
Psykiatrisk behandling .....	14
Kontaktperson .....	15
Støtte og vejledning til pårørende.....	15
Afslutning på behandling .....	16
Brobygning.....	17
På tværs af faggrænser.....	19
Sundhed og forebyggelse .....	20
Omdømme og nedbrydning af tabu .....	22
Forskellige oplysninger og muligheder.....	23

## Del 3

### Andre tilbud

Frivillige foreninger og andre organisationer .....	26
---	----

## Forord

Psykiatrien i Region Nordjylland ønsker at medvirke til en positiv udvikling for hvert enkelt menneske, der kommer i kontakt med Psykiatriens behandlingstilbud. I ethvert patientforløb er samarbejdet mellem patient og behandler det altafgørende omdrejningspunkt. De pårørende er også vigtige samarbejdspartnere gennem hele forløbet.

Personale i Psykiatrien i Region Nordjylland arbejder ud fra et fælles værdigrundlag, og følgende værdier er grundlæggende for mødet mellem patient, pårørende og personale:

- Respekt
- Ansvarlighed
- Åbenhed, imødekommenhed og tilgængelighed
- Faglighed
- Fleksibilitet

Denne patient- og pårørendepolitik synliggør de holdninger, målsætninger og forpligtigelser Psykiatrien i Region Nordjylland har i dialogen og samarbejdet med patienten og de pårørende.

Politikken har derfor til formål at informere patienter og pårørende om, hvad de kan forvente af mødet med Psykiatrien, så de får en god introduktion til, hvad samarbejdet i praksis indebærer.



## DEL 1:

# Samarbejde mellem patienten, de pårørende og Psykiatrien

### Patienten

I ethvert behandlingsforløb er det vigtigt, at der etableres et godt samarbejde mellem patient og behandler. Psykiatrien ser patienten som en aktiv medspiller og møder ham eller hende med fokus på dennes behov og med fokus på at hjælpe på de områder, hvor det er muligt.

Indledende er det centralt at finde frem til, hvad patienten fejler. Psykiatrien vil derfor i samarbejde med patienten afklare behov for undersøgelse, pleje og behandling. Den enkeltes behov er afgørende for, hvor og hvordan undersøgelse, pleje og behandling mest hensigtsmæssigt finder sted.

Psykiatrien ser patienten som en aktiv medspiller, og der etableres samarbejde ved bl.a. at spørge til:

- grunden til du er kommet
- hvornår dine problemer begyndte
- hvad du selv tænker om din situation og din fremtid
- hvad du selv mener, der skal til, for at du kan få det bedre og mestre dit liv.

### Pårørende

Pårørende er vigtige samarbejdspartnere i det enkelte behandlingsforløb. De er en vigtig del af patientens netværk – både mens behandlingen står på og i tiden efter, hvor også de skal være i stand til at håndtere sygdommen. Hvordan og hvilket samarbejde, der kan foregå, vil være meget individuelt.

# Åben dialog

## Patienten

En åben dialog er en vigtig forudsætning for et godt samspil og samarbejde mellem Psykiatrien og patienten. Desuden er dialogen et væsentligt grundlag for at afklare behov og imødekomme disse.

Det tilstræbes, at alle samtaler og møder afvikles på en sådan måde, at patienten har reel mulighed for at deltage.

Psykiatrien vil bidrage til en åben dialog ved at:

- lægge op til et ligeværdigt samarbejde
- lade ethvert møde være præget af tillid og åbenhed
- lytte til patientens synspunkter og meninger – og i videst muligt omfang respektere dem
- spørge, når der er tvivl om, hvad patienten mener - og give mulighed for, at han/hun kan stille opklarende spørgsmål
- gå engageret og ansvarligt ind i dialogen.

## Pårørende

Psykiatrien ønsker en god og gensidig dialog med de pårørende – med henblik på at understøtte en positiv udvikling både for patienten og de pårørende, der ofte er i en vanskelig situation.

Dialogen skal bl.a. afklare de gensidige forventninger mellem pårørende og personale samt afdække mulighederne for, hvordan de pårørende kan inddrages i behandlingsforløbet.

Psykiatrien respekterer altid patientens ret til selv at bestemme, hvilke pårørende, der skal inddrages i behandlingsforløbet - og i hvilket omfang.

## Vejledning og information

### Patienten

I Psykiatrien arbejdes der med grundig og relevant gensidig information – gennem hele behandlingsforløbet.

Psykiatrien har den generelle holdning, at vejledning og information er et vigtigt grundlag for gensidig forståelse, indflydelse og samarbejde.

Den enkelte patient skal informeres om relevante behandlingstilbud – og skal efterfølgende give sit samtykke til at modtage behandling på baggrund af informationen.

Den enkelte patient tilbydes information og vejledning om:

- relevante pleje-, behandlings- og forebyggelsesmuligheder
- rettigheder (både mundtligt og skriftligt)
- dagligdagen, døgnets rytme og husorden på den afdeling, hvor man evt. er blevet indlagt.

Psykiatrien vejleder og informerer gennem:

- tildeling af kontaktperson
- samtaler og besvarelse af spørgsmål
- opsøgende og hyppige kontakter
- skriftligt materiale om bl.a. rettigheder og medicin
- samarbejde om en skriftlig behandlingsplan

## Pårørende

Pårørende informeres om de muligheder, der er for hjælp og vejledning til pårørende.

Psykiatrien er opmærksom på, at pårørende til sindslidende er i en svær situation - og anerkender det. Derfor er der mulighed for aftale om støttende samtaler og undervisning vedrørende patientens situation.

Der er for alle adgang til generel information og rådgivning i Psykiatriens InformationsCenter.



# Indflydelse på egen behandling

## Patienten

Psykiatrien ønsker og forventer, at patienten deltager aktivt i eget behandlingsforløb. Derfor opfordres patienten til at deltage i samtaler og møder vedrørende egen situation.

Patienten får indflydelse ved at deltage aktivt i

- at udarbejde egen behandlingsplan
- at vurdere igangværende og gennemførte behandlingsforløb
- at planlægge fremtiden – herunder evt. kontakt til andre myndigheder.

## Anvendelse af tvang

I nogle tilfælde kan patientens sygdom medføre en adfærd, hvor han eller hun ikke kan tage vare på sig selv. I en sådan situation kan patientens behandlende overlæge træffe afgørelse om, at en bestemt form for behandling er nødvendig for at sikre patientens sundhed og sikkerhed. Det kan medføre anvendelse af forskellige former for tvang. I de fleste sådanne tilfælde vil patienten blive tildelt en patientrådgiver, der kan vejlede og rådgive om retssikkerhed og klagemuligheder omkring tvangsbehandlingen, (jf. Psykiatrilovens bestemmelser om tvang, kap. 3 og 4).

Der kan læses yderligere om tvangsbehandling på [www.retsinfo.dk](http://www.retsinfo.dk) eller i pjecen ”Tvang i Psykiatrien – om psykiatriske patienters rettigheder ved tvangsindgreb”.

For retslige patienter gælder det særlige forhold, at en dom til psykiatrisk behandling tilsidesætter den enkelte patients ret til at frasige sig behandling.



## Pårørende

Det er hensigtsmæssigt, at patienten har en pårørende eller en bisidder med til de møder, hvor der træffes beslutninger om f.eks. behandling, udskrivning og fremtid. Det sikrer god mulighed for gensidig udveksling af viden og informationer.

Gennem hele behandlingsforløbet tilstræber Psykiatrien at fremme dialog og samspil mellem patient og pårørende – også i tilfælde, hvor der gennem længere tid ikke har været megen kontakt mellem dem. Herved ønsker Psykiatrien at medvirke til at styrke forholdet mellem patient og pårørende.

## Lovgrundlag

I Psykiatrien arbejdes der ud fra Sundhedsloven og Psykiatriloven. Det indebærer bl.a., at alle ansatte har tavshedspligt og kun kan videregive oplysninger om patienten, såfremt han eller hun giver sit samtykke hertil.

Tavshedspligt indebærer begrænsninger i forhold til at videregive fortrolige oplysninger (oplysninger af følsom karakter). Det er oplysninger om personlige og økonomiske forhold – f.eks. vedrørende en patients helbred, indlæggelser, sociale problemer, misbrug, strafbare forhold og økonomiske forhold.

Visse grupper af pårørende er omfattet af særregler, som i en vis udstrækning tilsidesætter tavshedspligten og patientens selvbestemmelsesret:

- **Forældre til psykisk syge børn og unge**

Forældrene inddrages i behandlingen, når psykisk syge børn og unge er under 18 år. Er patienten over 15 år, giver han eller hun selv informeret samtykke til behandling ud fra retten til selvbestemmelse.

- **Pårørende til demente**

Information videregives i visse tilfælde til nærmeste

pårørende eller værge, som på den baggrund kan give informeret samtykke til behandling.

- **Pårørende til patienter, der varigt mangler evnen til at give samtykke**

Information videregives i visse tilfælde til nærmeste pårørende eller værge, som på den baggrund kan give informeret samtykke til behandling.

Psykiatrien må gerne modtage informationer fra pårørende, uden at det er i strid med tavshedspligten. Personale i Psykiatrien kan også gå i dialog med pårørende om deres egne oplevelser som pårørende. Pårørende vil altid kunne forvente information om generelle forhold, f.eks. behandling af psykiske sygdomme.

Tavshedspligten er således ikke en hindring for dialog med pårørende, men lovgivningen bestemmer, hvad der kan tales om.



## DEL 2:

# Behandling og patientforløb

På de følgende sider beskrives forskellige faser, som et behandlingsforløb i Psykiatrien ofte omfatter. Undervejs beskrives også, hvor pårørende kan have en vigtig og støttende rolle gennem forløbet.

### Kontakt til Psykiatrien

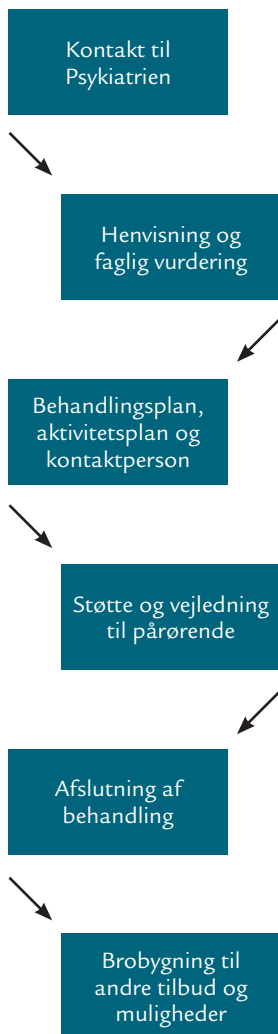
Patienter kommer i kontakt med Psykiatrien, når de henvises af den praktiserende læge, praktiserende speciallæge eller lægevagt.

Børn og unge kan også blive henvist via kommunens socialforvaltning, f.eks. gennem en kontakt med kommunens PPR (Pædagogisk Psykologisk Rådgivning).

### Akut Hjælp

Patienter, som er i behandling i Psykiatrien, kan henvende sig i Psykiatrisk Skadestue, Aalborg Psykiatriske Sygehus, hvis de får akut brug for hjælp. De kan henvende sig på telefon 96 31 12 50 eller selv møde op i skadestuen. Det anbefales, at man henvender sig telefonisk til skadestuen, før man møder op.

Borgere, som ikke er i behandling i Psykiatrien, skal ved akut behov henvende sig til egen læge eller lægevagten på telefon 70 15 03 00, som kan visitere til Psykiatrisk Skadestue.



### Henvist til Psykiatrien – hvad sker der så?

En læge i Psykiatrien modtager henvisningen og vurderer patientens situation.

Hvis lægen vurderer, at der er behov for behandling, indkaldes patienten til en samtale. I samtalen deltager patienten, en behandler og andet relevant personale. Patienten kan vælge at medbringe pårørende eller anden bisidder.

Vurderes det herefter, at der er behov for behandling i Psykiatrien, kan det foregå som enten ambulantly behandling, dagbehandling eller døgnbehandling.

- Ambulantly behandling kan f.eks. foregå ved, at patienten møder ind til samtaler og/eller undersøgelser i et ambulatorium eller i en specialklinik. Ambulantly behandling omfatter også distriktpsikiatrien, hvor behandlingen i nogle tilfælde foregår i patientens eget hjem.
- Dagbehandling kan f.eks. foregå ved, at patienten hyppigt og typisk gennem længere tid møder ind til samtaler, træning, undersøgelser m.v. i en klinik.
- Døgnbehandling omfatter indlæggelse på et sengeafsnit. Der findes både åbne afsnit og intensive afsnit i Psykiatrien.

De forskellige behandlingsformer kan afløse hinanden, f.eks. vil døgnbehandling ofte blive fulgt op af ambulantly behandling.

Tidligt i patientforløbet træffes der beslutning om, hvilket behandlingstilbud, der umiddelbart passer bedst til den enkeltes situation.

### Behandlingsplan

En patient i Psykiatrien har ifølge Psykiatriloven krav på en behandlingsplan.

Behandlingsplanen udformes i et gensidigt samarbejde mellem patient og behandlere, hvor synspunkter, vurderinger, muligheder og ønsker kommer i spil. Så vidt det er muligt, skal patienten give sit samtykke til behandlingsplanen. Herefter udgør behandlingsplanen ”den røde tråd” gennem hele behandlingsforløbet, uanset om behandlingstilbuddet foregår ambulantly eller som dag- eller døgnbehandling.

### Aktivitetsplan

I Psykiatrien i Region Nordjylland udarbejdes desuden en aktivitetsplan for alle dag- og døgnindlagte patienter. Denne udarbejdes i samarbejde med patienten og indeholder en plan over relevante behandlingsrettede aktiviteter for patienten.

Psykiatrien lægger vægt på, at pårørende inddrages i det forløb, der tager sin begyndelse, når patienten kommer i kontakt med Psykiatriens behandlingstilbud:

- Pårørende kan bidrage med nyttig viden og information om den akutte situation og om patientens livshistorie og hidtidige sygdomsforløb
- Pårørende udgør både i behandlingsforløbet og fremover et vigtigt netværk for patienten og kan være med til at give en værdifuld støtte
- Pårørende kan, i tilfælde hvor patienten selv har svært ved at udtrykke behov og ønsker, være behjælpelige med at formidle dem.

Derfor indbydes pårørende (såfremt patienten giver sit samtykke) til en samtale inden for en uge efter påbegyndt behandling.

Patienter og pårørende vil få udleveret informationsmateriale i den tidlige kontakt til Psykiatrien. Psykiatrien udleverer særskilt materiale til patienter og til pårørende, men parterne kan have godt udbytte af at læse hinandens materiale.

Informationsmaterialet indeholder bl.a. oplysninger om:

- kontaktperson-ordning eller teampleje-ordning
- besøgstider, træffetider og husorden
- dagligdagen i afsnittet
- behandlingsforløb, behandlingsplan og -principper
- pårørendesamtaler
- patient- og pårørendeundervisning
- Psykiatriens InformationsCenter
- foreninger for patienter og pårørende og andre tilbud udenfor Psykiatrien
- sygehuspræsten
- tavshedspligt
- klagemuligheder
- patientrettigheder

Patienter og pårørende opfordres til – gennem hele behandlingsforløbet - at henvende sig til personalet, når der opstår spørgsmål, tvivl og usikkerheder.

### **Psykiatrisk behandling – hvad er det?**

Psykiatrisk behandling kan bestå af flere dele, f.eks. både af psykofarmakologisk behandling, ECT, samtaler, aktiviteter og undervisning. Samvær med andre kan også være en vigtig del af en behandling. De forskellige behandlingsformer, som tilbydes, skal betragtes som behandlinger, der supplerer hinanden.

Som patient skal man give samtykke til at modtage behandling. Det vil sige, at patienten skal vurdere, om han eller hun ønsker tilbuddet om behandling.

En del af behandlingen i Psykiatrien er tilbud om undervisning samt forskellige sundhedsfremmende og forebyggende tilbud. Der kan bl.a. være mulighed for at modtage undervisning om sygdom, forebyggelse af sygdomstilbagefald og livsstilssygdomme.

Børn og unge i den skolepligtige alder, der modtager dag- eller døgnbehandling i Børne- og Ungdomspsykiatrien får vedligeholdende undervisning i hele forløbet. Det samme gælder børn og unge, der er i ambulante psykiatrisk behandling, og som har et undervisningsbehov.

### **Kontaktperson**

Patienten vil få tildelt en kontaktperson i løbet af første indlæggelsesdøgn eller senest ved andet ambulante besøg. Kontaktpersonen sætter sig grundigt ind i, hvem patienten er, hvad han eller hun interesserer sig for, og hvilke behov der er for pleje og behandling. Kontaktpersonen er særligt ansvarlig for sammenhæng og støtte i behandlingsforløbet.

Det kendskab, kontaktpersonen får til patienten, gør ham/hende til et vigtigt bindeled mellem patienten, de pårørende og kollegaer, som ikke har så indgående kendskab til patienten. Derfor er det også kontaktpersonen, som patienten og pårørende med fordel kan henvende sig til med spørgsmål.

Kontaktpersonen følger patienten under behandlingsforløbet og er med, når der træffes væsentlige beslutninger vedr. patienten.

Patienten kan opleve at skulle skifte kontaktperson, bl.a. hvis der som led i behandlingen sker et skift mellem forskellige afdelinger eller afsnit i Psykiatrien.

### **Støtte og vejledning til pårørende under patientens behandling**

For at styrke pårørendes forudsætninger for at støtte patienten arrangeres der undervisning om psykiske sygdomme, sygdomsforløb, behandlingsmuligheder mv. - kaldet pårørendeundervisning eller psykoekudation. Undervisningen kan foregå dels ved individuelle samtaler med personalet og dels som et systematiseret undervisningsforløb i grupper.

Pårørende kan henvende sig til patientens kontaktperson og få information om de forskellige aktuelle undervisningsmuligheder samt søge information på Psykiatriens hjemmeside.

Formålet med undervisningen er at give pårørende kendskab til sygdommen og redskaber til at håndtere udfordringer, herunder bl.a. mulighed for at fokusere på sig selv og egne behov – og på andet end patienten og sygdommen.

### **Børn af psykisk syge forældre**

Mindreårige børn af psykisk syge er ofte i en vanskelig situation. Psykiatrien er opmærksom på, hvordan de har det. Patienten kan derfor forvente, at der bliver spurgt til, om han/hun har børn. I givet fald tilbydes børnene en samtale med personale om deres forælders situation og sygdom.

Psykiatrien tilstræber at være opmærksom på, om børn af psykisk syge lever under forhold, der kan bringe deres sundhed og udvikling i fare.

Det kan være nødvendigt at kontakte socialforvaltningen i den kommune, hvor patienten bor, så der sammen med relevante samarbejdspartnere kan igangsættes initiativer, som kan forbedre børnenes vilkår. Ud over socialforvaltningen kan samarbejdspartnerne f.eks. være familiens netværk, den praktiserende læge eller skolen.

Børn af psykisk syge i alderen 6-18 år tilbydes efter forudgående visitation og familiesamtale deltagelse i netværksgrupper.

### **Afslutning af behandling**

Det er hensigten at arbejde frem mod en god afslutning på behandlingen i Psykiatrien. Der arbejdes målrettet gennem hele forløbet mod at sikre sammenhæng og en



god overgang til videre behandlingstilbud hos kommune, praktiserende læge eller praktiserende speciallæge, hvis der er behov for det.

Som patient kan man forvente, at der ved afslutningen af behandlingsforløbet eller ved overgang til anden behandling vil blive afholdt et møde, hvor patienten, patientens behandlere, andre relevante personer og pårørende inviteres (efter aftale med patienten).

### **Særlige udskrivningsvilkår - udskrivningsaftale og evt. udarbejdelse af koordinationsplan**

Det kan forekomme, at patientens behandlende overlæge ved udskrivning vurderer, at der skal iværksættes bestemte behandlingstilbud eller sociale tilbud af hensyn til patientens videre velbefindende og helbred. Dette er aktuelt, hvis patientens behandlende overlæge vurderer, at en patient ikke selv kan eller vil søge den behandling og de sociale tilbud, der vurderes nødvendige for patientens helbred og sikkerhed.

I sådanne situationer udarbejdes der en udskrivningsaftale mellem patienten, Psykiatrien og de myndigheder, som skal støtte og vejlede efter endt behandling i Psykiatrien. Det kan f.eks. være den praktiserende læge, en støtte- og kontaktperson eller en sagsbehandler ved kommunen.

Hvis en patient af den ene eller den anden årsag ikke kan eller vil medvirke til at lave en udskrivningsaftale, udarbejdes der i stedet en koordinationsplan for det videre forløb i forhold til behandling samt andre relevante og nødvendige tilbud. (Jf. Psykiatrilovens bestemmelser om tvang, kap. 4 § 13 a og b. Se [www.retsinfo.dk](http://www.retsinfo.dk)).

### **Brobygning til andre psykiatriske tilbud**

Psykiatrien ønsker at skabe et godt afsæt for videre kontakt til andre tilbud ved afslutning af behandlingen i Psykiatrien.

Der er både regionale og kommunale myndigheder i spil, når det handler om psykiatri og sindslidelser. Den regionale myndighed har behandlingsansvaret, og den kommunale myndighed har det sociale ansvar.

Psykiatrien stiller behandlingstilbud til rådighed og arbejder sammen med kommunale myndigheder om patientens videre behov og muligheder. Herved samarbejdes der om at skabe gode muligheder for, at patienten kan opnå støtte til aktivt at skabe sig en god dagligdag oven på et sygdomsforløb.

Psykiatrien bygger bro mellem forskellige tilbud ved at:

- informere patienten om forskellige relevante tilbud
- planlægge skift mellem regionale og kommunale tilbud i samarbejde med patienten og så vidt muligt sammen med pårørende
- påbegynde fremtidsplanlægning så tidligt som muligt i behandlingsforløbet
- hjælpe patienten til at få afklaret tvivlsspørgsmål og usikkerheder
- videregive relevante oplysninger til andre myndigheder og tilbud – såfremt patienten giver specifikt samtykke til det.

Pårørende kan understøtte ”brobygningsfasen” og et overgangsforløb, hvor patienten går fra ét tilbud til et andet. Det kan de gøre ved at gå ind i en dialog og et positivt samarbejde mellem de to myndigheder, der er i spil, f.eks. et sygehus og et socialt botilbud.

## På tværs af faggrænser

I Psykiatrien møder patienter og pårørende en række medarbejdere, som har forskellig uddannelsesbaggrund. Der er læger, psykologer, sygeplejersker, social- og sundhedsassistenter, ergoterapeuter, fysioterapeuter, socialrådgivere, pædagoger m.fl. De forskellige faggrupper arbejder sammen om at give pleje og behandling.

Psykiatriens medarbejdere arbejder sammen ved at

- udveksle informationer og erfaringer
- arbejde i teams
- respektere hinandens faglighed
- gøre brug af hinandens ekspertise og supervisere hinanden.



## Sundhed og forebyggelse

Psykiatrien i Region Nordjylland har fokus på sundhed, sundhedsfremme og forebyggelse. Formålet er at fremme patienters sundhed og velbefindende samt forebygge tilbagefald i sygdom.

### At være aktiv i egen behandling

Jo mere viden patienten har om sin sygdom, jo mere kan han eller hun være opmærksom på symptomer på tilbagefald og være aktiv i sin egen behandling.

Psykiatrien stiller forskelligt informationsmateriale til rådighed.

### Psykatriens InformationsCenter

Informationscentret på Aalborg Psykiatriske Sygehus stiller viden om psykiatri til rådighed for alle!

Informationscentret har en stor samling af bøger, pjecer, film m.v. om psykiatrifaglige emner, og der er en bibliotekar til rådighed, der kan hjælpe med at søge materiale.

Som hovedregel er Informationscentret åbent i dagtimerne, hvor centrets personale står til rådighed med viden og information i forhold til forskellige spørgsmål.

Én gang om ugen er der åben rådgivning i Informationscentret. Rådgiverne er bl.a. brugerlærere, erfarne psykiatriske sygeplejersker samt repræsentanter fra brugerorganisationerne SIND, LAP og Bedre Psykiatri.

Oplysninger om Psykiatriens InformationsCenter findes på Psykiatriens hjemmeside [www.psykiatri.rn.dk](http://www.psykiatri.rn.dk) og kan fås på tlf. 96 31 12 18 eller 96 31 12 17.

## Brug Psykiatriens hjemmeside

Psykiatriens hjemmeside [www.psykiatri.rn.dk](http://www.psykiatri.rn.dk) er en central informationskilde i forhold til psykiatriens forskellige tilbud – både for patienter og pårørende.

Der er mulighed for at gå på Internettet i Psykiatriens InformationsCenter på Aalborg Psykiatriske Sygehus – både på Mølleparkvej og Brandevej.

Der er i varierende omfang mulighed for adgang til Internettet fra afsnit i Aalborg, Brønderslev og Thisted.



## Kost, røg, alkohol og motion

I Psykiatrien sættes der som led i behandlingen og generel trivsel fokus på helbredsmæssige risikofaktorer og på fremme af sund livsstil. Det sker ved bl.a. at give patienterne viden om og tilbud i forhold til sund kost, fysisk aktivitet, rygestop og nedsættelse af alkoholforbrug.

For at forebygge sundhedsskadelige virkninger af passiv rygning er Psykiatrien røgfrit område. Det betyder, at der ikke må ryges indendørs i Psykiatrien. Dette omfatter både patienter, pårørende og personale.

Der skabes røgfrie miljøer i Psykiatrien ved, at

- der anvises rygemuligheder, når man befinder sig i Psykiatrien. Det vil typisk være i en udendørs ryge-

- pavillion. Herved er det muligt at ryge – uden at andre personer ufrivilligt udsættes for uønsket røg
- indlagte patienter har mulighed for at modtage abstinenslindrende midler
  - indlagte og ambulante patienter tilbydes en rygevanesamtale hvorefter der kan være mulighed for at modtage rygestopvejledning af en uddannet rygestopinstruktør, hvis man ønsker det.

## Omdømme og nedbrydning af tabu

Psykiatrien arbejder målrettet med at nedbryde tabu og fordomme om psykiatri og psykiske sygdomme. Bl.a. udbydes der jævnligt åbne, offentlige foredrag, forskellige temaarrangementer og møder samt offentlige borgermøder.

Ved aktivt at medvirke til øget viden og åben debat om psykiske sygdomme og psykiatrisk behandling ønsker Psykiatrien at modvirke stigmatisering af den enkelte patient - og af psykiatrien som fagområde.

Alle i Psykiatrien kan bidrage til at nedbryde stigmatisering, tabu og fordomme. Det kan bl.a. ske ved at fortælle åbent om psykiske sygdomme og psykiatrisk behandling og give omverdenen indblik i, hvad der foregår i Psykiatrien. ”Gode historier” og positive erfaringer er med til at skabe et godt omdømme både ud ad og ind ad til – til gavn for patienter, pårørende og personale.

Psykiatrien arbejder med ”Bruger-til-Bruger-teams”, hvor tidligere psykiatriske patienter tilbyder nuværende patienter samtale bl.a. om de erfaringer, de har gjort sig - og hvordan de er kommet videre og har fået det bedre.

Patientens og de pårørendes perspektiv og erfaringer er vigtige for udvikling og forbedring af den psykiatriske behandling. Der laves løbende evalueringer, tilfredshedsundersøgelser og opfølgning, som hjælper Psykiatrien til at forbedre behandlingen. Desuden er der nedsat et ”brugerråd”, der fungerer som høringsorgan og løbende inddrages i Psykiatriens drifts- og udviklingsarbejde.

## Forskellige oplysninger og muligheder

Det kan være belastende at være patient – og det kan være belastende at være pårørende. Derfor har Psykiatrien forskellige hjælpemuligheder, som patienter og pårørende kan benytte i forhold til krise og andre belastningssituationer:

### Telefonrådgivning - Psykiatrisk Skadestue

- Skadestuens telefonrådgivning er døgnåben på tlf. 98 13 42 02. Patienter, pårørende, samarbejdspartnere m.fl. kan henvende sig for at få råd og vejledning i akutte situationer.

### Krisehjælp

- I forbindelse med tvangsindlæggelser og andre krisesituationer skal pårørende snarest tilbydes en samtale med en af Psykiatriens medarbejdere.
- Pårørende til alvorligt psykisk syge kan i forbindelse med krisesituationer få tilskud til psykologhjælp (max. 12 konsultationer). Kontakt egen læge for at drøfte muligheder for henvisning.

### Center for Selvmordsforebyggelse

- Rådgivning og behandling ved forsøg på selvmord eller ved vedvarende selvmordstanker. Også rådgivning

for pårørende og efterladte. Kontakt egen læge for henvisning.

Flere oplysninger på [www.selvmordsforebyggelse.rn.dk](http://www.selvmordsforebyggelse.rn.dk) og på tlf. 96 31 16 54.

### Opsøgende psykoseteam

- Opsøgende psykoseteam er et intensivt, ambulante behandlingstilbud for mennesker med en alvorlig psykisk lidelse, som har brug for særlig støtte, for at den nødvendige behandling kan opretholdes. Flere oplysninger på Psykiatriens hjemmeside ([www.psykiatri.rn.dk](http://www.psykiatri.rn.dk)).

### Telefonrådgivning - spiseforstyrrelser

- Rådgivning vedrørende spiseforstyrrelser. Ved telefonen sidder faguddannet personale fra Børne- og Ungdomspsykiatrisk afdeling på Aalborg Psykiatriske Sygehus. Rådgivningen er åben hver torsdag fra kl. 15-16 på tlf. 96 31 15 93.  
E-mail: [spiseproblem@rn.dk](mailto:spiseproblem@rn.dk)

### Team Børn af Psykisk syge

- Når en forælder er psykisk syg påvirkes hele familien – også børnene. Teamet stiller rådgivning samt tilbud om familiesamtaler, samtalegrupper og konsulentbistand til rådighed. Flere oplysninger på Psykiatriens hjemmeside ([www.psykiatri.rn.dk](http://www.psykiatri.rn.dk)) og på tlf. 72 13 72 10. E-mail: [psyk.teamboern@rn.dk](mailto:psyk.teamboern@rn.dk)

### Psykiatrien i Region Nordjylland – Telefon 96 31 12 00

- Psykiatrien er en stor organisation med mange afdelinger, funktioner, ansatte mv. som kan være svær at overskue. Er du tvivl om, hvem du skal ringe til, så brug Psykiatriens hovednummer 96 31 12 00, herfra kan der stilles om til et sengeafsnit, personale mv. Psykiatrien i Region Nordjylland kan også kontaktes via email på [psykiatri@rn.dk](mailto:psykiatri@rn.dk)





## DEL 3:

# Andre tilbud

### Frivillige foreninger og andre organisationer

I Psykiatrien lægges der stor vægt på at samarbejde med frivillige foreninger og andre organisationer, som varetager patienters og pårørendes interesser.

Nogle foreninger har Psykiatrien et mere formelt samarbejde med. Dette bevirker bl.a., at der indgår repræsentanter fra frivillige foreninger i projekter, arbejdsgrupper og informationsmøder i Psykiatrien – bl.a. har der været pårørende- og patientforeninger med til at udarbejde denne politik.

Foreningerne har tilbud om rådgivning, hjælp og støtte til både patienter og pårørende - og er dermed med til at supplere de tilbud, Psykiatrien kan give. Der opfordres til brug af de frivillige foreningers tilbud om information, vejledning og støtte. De frivillige foreninger er også et godt sted at få mulighed for at dele erfaringer med andre patienter eller pårørende.

### Frivillige foreninger, brugerorganisationer mv.:

- ADHD-foreningen, [www.adhd.dk](http://www.adhd.dk)  
tlf. 70 21 50 55
- Alzheimerforeningen, [www.alzheimer.dk](http://www.alzheimer.dk)  
tlf. 39 40 04 88
- Angstforeningen, [www.angstforeningen.dk](http://www.angstforeningen.dk)  
tlf. 70 27 13 20
- Borderlineforeningen, [www.borderlineforeningen.dk](http://www.borderlineforeningen.dk)

- Depressionsforeningen, [www.depressionsforeningen.dk](http://www.depressionsforeningen.dk) tlf. 33 12 47 27
- Foreningen NEFOS, Netværket for selvmordsramte. [www.nefos.dk](http://www.nefos.dk)
- Landsforeningen af nuværende og tidligere psykiatribrugere – LAP, [www.lap.dk](http://www.lap.dk) tlf. 66 19 45 11
- Landsforeningen Bedre Psykiatri – pårørende til sindslidende, [www.bedrepsykiatri.dk](http://www.bedrepsykiatri.dk) tlf. 35 25 46 00 (Foreningen i Nordjylland, tlf. 98 17 61 12)
- Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser og Selvskade – LMS, [www.spiseforstyrrelser.dk](http://www.spiseforstyrrelser.dk) tlf. 35 36 49 13
- Landsforeningen SIND, [www.sind.dk](http://www.sind.dk) tlf. 35 24 07 50. (Foreningen i Nordjylland, tlf. 23 27 00 34 eller 70 20 04 24)
- OCD-foreningen, [www.ocd-foreningen.dk](http://www.ocd-foreningen.dk) tlf. 35 82 64 84
- PsykiatriFonden, [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk) tlf. 39 29 39 09
- Videnscenter for Autisme, [www.autisme.dk](http://www.autisme.dk) tlf. 45 11 41 91
- Videnscenter for Socialpsykiatri, [www.socialpsykiatri.dk](http://www.socialpsykiatri.dk) tlf. 33 93 44 52
- Videnscenter for Demens i Region Nordjylland, [www.demensportalen.dk](http://www.demensportalen.dk) tlf. 98 77 10 50

På Psykiatriens hjemmeside [www.psykiatri.rn.dk](http://www.psykiatri.rn.dk) findes yderligere information om foreninger og tilbud for patienter og pårørende.

Udarbejdet af: Chefsygeplejerske Helle Jørgensen i samarbejde  
med et bredt sammensat arbejdsgruppe

Layout og tryk: Prinfo Aalborg



REGION NORDJYLLAND

**Psykiatrien i Region Nordjylland**

Mølleparkvej 10

9000 Aalborg

Telefon 96 31 12 00

[psykiatri@rn.dk](mailto:psykiatri@rn.dk)

[www.psykiatri.rn.dk](http://www.psykiatri.rn.dk)

PSYKIATRIEN • AARHUS UNIVERSITETSHOSPITAL

Maj 2008