

## **Informasjon om Arbeidsrettet behandling for angst og depresjon**

### **ved Institutt for Psykologisk Rådgivning (IPR)**

Henvisninger sendes til DPS/helseforetak hvor henvisningen blir vurdert og sendt videre til IPR etter vår kapasitet:

For pasienter i Helse Førde sitt opptaksområde ber vi om at henvisningen sendes til:

Helse Førde HF,

Psykiatrisk klinikk,

Postboks 1000, 6807 Førde

Elektronisk innsending: Psykiatrisk klinikk, Førde sentralsjukehus (Her-id: 90400)

Henvisningene bes merket med: «Arbeid og Helse-IPR»

Institutt for psykologisk rådgivning har siden 01.01.18 hatt avtale med Helse Vest om leveranse innenfor tiltaket Arbeidsrettet behandling for angst og depresjon innen psykisk helsevern.

Dette er et korttidsterapeutisk opplegg, med målsetting å bidra til bedret livskvalitet og økt deltagelse i arbeidslivet. Henvisning skjer via fastlegen.

#### **Hvem dette passer for**

Pasientene må ha rett til nødvendig helsehjelp for å få tilbudet. Det vil si at de må ha angst eller depresjon i moderat grad. Det er også en forutsetning at de har funksjonstap i forhold til deltagelse i arbeidsliv eller utdanning.

Tilbudet passer for personer som er sykemeldte fra sin jobb eller står i fare for å bli det. Videre er også personer uten arbeidsforhold, men der behandlingen kan hjelpe disse inn i dette, inkludert. Tilbakeføring/oppstart til et utdanningsforløp likestilt med tilbakeføring/oppstart til et arbeid.

Problematikken må være av en slik art at sannsynligheten er stor for at pasienten kan nyttiggjøre seg et arbeids/utdanningsrettet tilbud av relativt kort varighet. Tilbudet passer ikke for pasienter som har alvorlig psykiatrisk problematikk som suicidproblematikk, psykose eller rusproblematikk. Det passer ikke for pasienter som trenger behandling over lengre tid, eller innleggelse.

De pasienter som på bakgrunn av henvisningen vurderes å ha rett til nødvendig helsehjelp i Arbeidsrettet behandling blir kalt inn til en utredningssamtale der det blir kartlagt i forhold til om dette er et egnet tilbud for den enkelte.

### Henvisning til oss

Henvisning til oss skjer via pasientens fastlege. Siden en vurdering av om pasienten fyller kriteriene for rett til nødvendig helsehjelp i Arbeidsrettet behandling gjøres på bakgrunn av henvisningen så trengs en del informasjon i henvisningen. **Det må gjøres tydelig i henvisningen at det er Arbeidsrettet behandling det henvises til, dette bør fremgå av henvisningens overskrift. Husk å merke henvisningen med "Arbeid og helse" (Helse Førde)** Det er også svært viktig å påse at henvisningen inneholder riktig (oppdatert) telefonnummer og adresse til pasienten.

Henvisningen må inneholde følgende:

- 1) En beskrivelse av pasientens psykiske helseplager og funksjonstap. Det må komme frem at pasienten ikke er innenfor den gruppen som ikke er inkludert i tiltaket. (se over)
- 2) En beskrivelse av pasientens arbeidsforhold, sykmeldingshistorikk og en begrunnet vurdering av behovet for og forventet nytte av en arbeidsrettet behandling innen de tidsrammer som behandlingstilbudet har.

### Tilbudets innhold

Tilbudets innhold er poliklinisk psykologisk individualbehandling med en målsetting å hjelpe pasientene til, eller tilbake til arbeid eller utdanning. Vi vil benytte gradvis tilbakeføring til arbeid /utdanning som en viktig del av vårt arbeid. Behandlingen vil alltid være utformet ut fra den enkelte pasients ønsker og behov. Vi tilstreber mest mulig individuelt tilpasset behandling. Vi tilstreber også å starte opp behandlingen så raskt som mulig, helst i god tid før fristen for nødvendig helsehjelp.

Behandlingstilbudet er delt inn i fase 1 og fase 2. Fase 1 er et intensivt korttidsterapeutisk opplegg med maksimalt 14 behandlingstimer. Etter en særskilt vurdering på slutten av behandlingen i fase 1 kan pasientene også tilbys behandling utover dette. Da tilbys fase 2 som er en mindre intensiv behandling, maksimalt 4 behandlingstimer. Dette er først og fremst ment som vedlikehold/videreføring av det som er oppnådd i behandlingens fase 1. Behandlingsforløpet i sin helhet gjennomføres normalt i løpet av 28 uker fra utredningssamtalen.

Behandlerne er psykologer, psykologspesialister, fysioterapeuter med utdanning/spesialitet i psykomotorisk fysioterapi eller kognitiv terapi.

Behandlingen dekkes i all hovedsak av det offentlige, pasientene betaler kun egenandel.

Om Institutt for psykologisk rådgivning:

Telefon: 55317425

Vi har kontor tre ulike steder i Bergen:

Bergen sentrum: Christian Michelsens gate 4 og Lodin Lepps gate 2B

Kokstad: Kokstadveien 9

Vi har to kontor i Førde sentrum:

Førdegården, Naustdalsvegen 5

Storehagen 9

Det er informasjon om tilbudet på vår nettside: [ipr.no](http://ipr.no)

Og på Helse Vest sin nettside: [helse-vest.no](http://helse-vest.no)