

# Lokal tryggleik

## *Psykiatrisk klinikk*



Velkommen til oss!

Lokal tryggleik er ein av fleire seksjonar i Psykiatrisk klinikk og har 3 sengeplassar. Vi tek imot pasientar i Helse Førde sitt opptaksområde under både frivillig og tvungen psykisk helsevern, inkludert pasientar som har dom på overføring til tvungen psykisk helsevern. Lokal tryggleikspost held til i Førde.

Vårt mål er å gje pasientane moglegheit til auka meistring av eige liv i ulike fasar av livet. Behandlinga innfattar utredning, individuell behandling og rehabilitering/re-etablering i samfunnet.

Telefon: 948 37 503

E-post: [post@helse-forde.no](mailto:post@helse-forde.no)

Internett: [www.helse-forde.no](http://www.helse-forde.no)

Besøksadresse: Psykiatrisk klinikk, Svanehaugvegen 2, 6812 Førde

*Utgjeve av Psykiatrisk klinikk, august 2022*

*Oppdatert august 2022*

### **Behandlingstilbod**

Målet med behandlinga er å lindre/oppnå betring av sjukdom, helse og livskvaliteten. Du skal bli i betre stand til å meistre dagleglivet ute i samfunnet. Behandlingstilbodet og oppfølging etter utskriving vil bli tilpassa deg og dine utfordringar og behov. I behandlinga vil du sjølv spele ei sentral rolle og din eigen innsats er medverkande til å nå måla for behandlinga.

### **Kompetanse**

Lokal tryggleik har brei kompetanse for å gje eit heilskapleg, kunnskapsbasert tilbod. Personalet er tværfagleg samansett og består av lege, psykolog, sjukepleiarar, vernepleiarar og hjelpepleiarar, sosionom, aktivitør, helsesportspedagog, fysioterapeut og musikkterapeut.

### **Primærteam og behandlar**

Ved innlegging får du eit primærteam som skal ivareta ditt behandlingssopplegg og dine interesser. Primærteam består av miljøpersonale, sosionom og behandlar (lege eller psykolog).

### **Sosionomtenester**

Sosionomen kan hjelpe til med spørsmål i samband med rehabilitering i høve arbeid, omskulering, skulegang, økonomi og bustad. Sosionomen samarbeider med ditt lokale NAV-kontor.

### **Individuell plan og kriseplan**

Dersom du har bruk for langvarige og koordinerte helesetjenester så har du rett på individuell plan (IP). Planen inneheld dine mål, ressursar og behov for tenester. Kriseplan er eit verktøy for deg og dei rundt deg. Den fortel kva du og dei rundt deg kan gjere dersom det oppstår ei krise eller sjukdomsforverring.

### **Ambulant tryggleiksteam**

Ambulant tryggleiksteam er eit integrert poliklinisk tilbod ved Lokal tryggleikspost som fylgjer opp utvalde tryggleikspyskiatriske pasientar etter utskriving. Ambulant tryggleiksteam er meint som eit bindeledd mellom Lokal tryggleikspost og kommunane og har som mål å sikre kompetanseoverføring, rettleiing og informasjonsutveksling i sårbare overgangsfasar.

### **Aktivitetstilbod**

Vi har eige lokale der du kan delta i ulike aktivitetar, både kreative, sosiale, kunst og kultur (utflykter) og daglegdagse aktivitetar som til dømes matlaging. Her legg ein vekt på meistring i eit trygt og inkluderande miljø, der alle skal kjenne seg velkomne. Våre aktivitørar vil finne aktivitetar som passar for deg både individuelt og i grupper.

### **Treningsterapi**

Målretta bruk av allsidig og variert fysisk aktivitet/trening kan nyttast som del av behandlinga. Det gir i tillegg energi og overskot til å mestre utfordringar på ein betre måte. Vi har tilsett personale som har stor kunnskap og erfaring på dette området.

### **Pårørande**

Pårørande er ein viktig ressurs og vi ynskjer eit godt samarbeid med dei. Alle pårørande kan få tilbod om samtale. Dette avtalast saman med deg. Vi har ein barneansvarleg som ivaretek arbeidet med barn som pårørande.

### **Besøk**

Det er høve til å motta besøk mellom kl. 16:00 og 20:00. Besøk foregår på eige besøksrom. Besøk må vere avtala og planlagt dagen i førevegen. Besøk andre tider enn det som er oppgitt, ta kontakt med personalet.

Det er ikkje høve til å ha besøk av medpasientar på pasientromma, men du kan møte medpasientar i fellesrom.

### **Måltid**

Vi legg vekt på eit sunt kosthald og legg til rette for allergiar/matintoleranse o.l. Gi beskjed om du har særskilde kostbehov. Måltid blir servert i kantina og det vil vere personale som et saman med pasientane. Du vil få informasjon om tidspunkt for måltider.

### **Søvn**

God søvn er viktig for helsa vår. Det er derfor ei stille tid i sengeposten mellom kl. 23.00 og 07.00.

### **Livssynsteneste**

Sjukehusprest kan treffast etter avtale, men vi kan og formidle kontakt med andre trusretningar. Ta kontakt med personalet om du ynskjer slik samtale.

### **Klage**

Er du innlagt mot din vilje har du høve til å klage. Du kan og klage på behandlinga du får. Personalet kan hjelpe deg med dette. Klagen vert behandla i Kontrollkommissjonen for Psykiatrisk klinikk, som har møte kvar 14. dag. Du kan bruke eigen advokat eller ein som vert oppnemnt til å hjelpe deg med klagen. Advokathjelp er gratis.

### **Reglar og rutinar**

Vi har rutinar for å ivareta pasientar og tilsette, og for at sengeposten skal fungere best mogeleg. Du får einerom med eige bad og har høve til å vaske klede på vaskerom. Vi ynskjer at mobiltelefon og PC skal nyttast på eige rom. Fotografering/videopptak er ikkje tillate. Det er høve til å røyke ute mellom kl. 07.30 og 22.30. Det er røykfritt inne i sengeposten. Det er ikkje høve til å nytte rusmiddel. Du kan trenge å ha personale med deg om du vil ut av sengeposten. Dette må avtalast på førehand og turar ut må tilpassast drifta. Tilstanden din kan gjere til at du treng tett oppfølging og i periodar ha personalet hjå deg heile tida.

Ta gjerne kontakt med personalet dersom du har spørsmål.