

Praktijkondersteuning GGZ

U bent door de huisarts verwezen naar de POH-GGZ voor begeleidings- of behandelgesprekken. POH-GGZ staat voor *praktijkondersteuner huisartsenzorg voor geestelijke gezondheidszorg*.

De POH-GGZ heeft kennis en ervaring in de geestelijke gezondheidszorg en werkt samen met de huisarts bij het behandelen en begeleiden van mensen met psychische klachten. Samen met u wordt er gekeken naar de mogelijke oorzaken van de problemen en op welke manier hierbij hulp geboden kan worden. In veel gevallen is een kortdurende behandeling of ondersteuning bij deze klachten mogelijk. Wanneer blijkt dat specialistische hulp nodig is, wordt er samen gekeken welke hulp passend is. In overleg kan een doorverwijzing volgen.

Ook voor kinderen en jeugd is er een POH-GGZ beschikbaar. Samen met de ouders/verzorgers en het kind wordt een plan opgesteld dat passend is bij de problemen die er spelen.

Met welke problemen kunt u terecht?

Klachten van angst en paniek, stress en spanning, somberheid, overspannenheid, burn-out, faalangst, gedragsproblemen, rouwverwerking en (vermoeden van) een psychische stoornis.

De POH-GGZ kan helpen door: het verhelderen van de problemen, het geven van advies over aanpak, verwijzen, en/of kortdurende behandeling bieden. Daarnaast wordt er nazorg geboden na specialistische behandeling.

Wat kunt u verwachten? In het eerste gesprek zullen uw klachten en vragen in kaart gebracht worden, waarbij gesproken wordt over de verloop van uw klachten en wat u reeds geprobeerd heeft om van uw klachten af te komen. Voor kinderen wordt dit gesprek samen met de ouders/verzorgers gevoerd. Het kind wordt ook apart gesproken wanneer de situatie dit toelaat.

Vervolgens adviseert de POH-GGZ u en uw huisarts over een mogelijke aanpak van de klachten en biedt de POH-GGZ begeleiding of behandeling ten aanzien van de klachten. De duur van begeleiding/ behandeling hangt af van de hulpvraag en de ernst van de klachten.

Naast de gesprekken wordt ook ondersteuning geboden door middel van

een programma via internet. Er zijn verschillende behandelprogramma's beschikbaar, waarmee u thuis (in beveiligde internetomgeving) aan de slag kunt en die weer besproken kunnen worden tijdens de sessies bij de POH-GGZ. Daarnaast wordt halfjaarlijks, in samenwerking met fysiotherapiepraktijk Fytac de groepscursus 'Spanning de Baas' aangeboden, waarin geleerd wordt om beter met spanningsklachten om te gaan.

Wie is verantwoordelijk voor de zorg en wat zijn de kosten?

De gesprekken die u of uw kind heeft, zijn onderdeel van huisartsenzorg en vallen onder de verantwoordelijkheid van uw huisarts. Er is regelmatig overleg tussen uw huisarts en de POH-GGZ. De kosten van de gesprekken worden vergoed door de zorgverzekeraar.

Huisartsenpraktijk het Dok
Vlechttuinen 1-G
8322 BA Urk
Tel. 0527247024
www.hetdokurk.nl

