

# Arbeidsrettet behandling ved angst & depresjon

Dagbasert rehabiliteringstjeneste for Helse Sør-Øst og Helse Vest



Version 2 - 2018

## Målsetting

Hovedmålet med behandlingen er bedret psykisk helse og økt arbeidsdeltakelse. I tillegg skal behandlingstilbudet bidra til økt jobb-mestring og livskvalitet. Med arbeid forstås også skole og utdanning.

## Målgruppen

Målgruppen for tilbudet er personer med angst og depresjon som er i ferd med å miste sin tilknytning til arbeidslivet eller til et utdanningsløp. Tilbudet er for personer som vurderes å ha rett til helsehjelp i spesialisthelsetjenesten, og hvor det blir vurdert å være økt fare for funksjonsfall uten tilbud om arbeidsrettet behandling.

## Behandling

Behandlingstilbudet består av jobbfokusert poliklinisk samtalebehandling. I jobbfokusert behandling vil det samtidig med behandling av de psykiske vanskene være et fokus på arbeidsdeltakelse og jobbmestring. Vi samarbeider med den enkelte om å finne strategier som bidrar til god mestring av de aktuelle vanskene. Vi vet også etter hvert mye om at deltakelse i arbeid for de fleste er helsefremmende i seg selv. Derfor vil det ofte være en fordel å jobbe for å opprettholde eller øke arbeidsdeltakelsen samtidig som man følger behandling. Samtaler om tilrettelegging, og utarbeidelse av gode planer for tilbakeføring kan være viktige elementer i en slik prosess. Ofte er det også nyttig med et samarbeid med arbeidsgiver og fastlege. Samarbeid med andre involverte aktører kan også være aktuelt.

Våre behandlere er: psykologspesialister, psykologer og psykiatriske sykepleiere.

## Varighet og kostnad

Behandlingstilbudet består av poliklinisk samtalebehandling med et gjennomsnittlig behandlingsforløp på 10-15 konsultasjoner. Hver behandlingstime varer i 45 minutter, og det betales vanlig egenandel for behandling i spesialisthelsetjenesten, for tiden kr 345,-. For dem som har frikort er behandlingen gratis.

## Tilbudet leveres

For HSØ: Oslo (Nationaltheateret), Drammen, Sandvika, Jessheim, Hamar, Kongsvinger, Elverum, Lillehammer.

For Helse Vest: Randaberg og Sandnes

## Henvisningsinformasjon

Leger (primærleger og spesialister) og psykologer i spesialisthelsetjenesten kan henvise. Henvisningsskjema finner du på [www.oppfrisk.no](http://www.oppfrisk.no) eller det kan benyttes standard skjema. Det vil ved mottak av henvisning bli gjort en vurdering av om pasienten har rett til nødvendig helsehjelp fra spesialisthelsetjenesten, og der pasienten vurderes å ha slik rett vil det fastsettes en frist for når helsehjelpen senest skal gis, jf. pasient- og brukerrettighetsloven § 2-1b annet ledd jf. § 2-2.

HSØ: Henvisning sendes lokal DPS for rettighetsvurdering, merk «Oppfølgingsenheten Frisk – Helse og Arbeid». Det vil ved mottak av henvisning bli gjort en vurdering av om pasienten har rett til nødvendig helsehjelp fra spesialisthelsetjenesten.

Helse Vest: Henvisning sendes direkte til Oppfølgingsenheten Frisk, Randabergveien 300B, 4070 Randaberg.

Henvisningen bør inneholde informasjon om: 1) Aktuelle symptomer 2) Aktuell livssituasjon, 3) Arbeidssituasjon; type jobb og eventuelle belastninger/funksjonsfall, sykmeldingsstatus, 4) Tidligere sykdomshistorikk. 5) Behandlingsbehov/ønsket terapeutisk prosjekt.