

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 jobbmestring 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 HSO: 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 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.

HSO: Henvisning sendes lokal DPS for rettighetsvurdering, merk gjerne henvisningen «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.