

# LETTERE PSYKISKE LIDELSER

Dagbasert rehabiliteringstjeneste for Helse Sør-Øst | \* Raskere tilbake ordningen



Med forhøyd arm endringer og fell.  
Versjon 1 - 2016

## Målsetting

Styrke personens mestringsevne i hverdag og arbeidsliv. Oppfølgingsenheten Frisk tilbyr behandling for arbeidstakere med lettere psykiske lidelser gjennom avtale med Helse Sør-Øst og "Raskere Tilbake" ordningen. Vi gir et tilbud med fokus på muligheter og ressurser.

## Innhold - utredning

Ved oppstart utredes den henviste av psykolog eller av spesialsykepleier innen psykisk helse. Om prognosen for full friskmelding innen 18 uker vurderes å være god, iverksettes behandlingen.

## Innhold - behandling

Individuell samtaleterapi med psykolog eller spesialsykepleier innen psykisk helse. I behandlingen vektlegges terapeutiske metoder med god dokumentert effekt. Gjennom strukturert målarbeid og fokus på yrkesdeltakelse, jobbes det mot full friskmelding. Kontakt opprettes med fastlege, og med arbeidsgiver ved behov.

## Varighet

Behandling i inntil 18 uker. Pasienter som er minimum 40% friskmeldt etter 18 uker kan tilbys vedlikeholdsbehandling i inntil 8 uker. Totalrammen for behandling, inklusive vedlikeholdsbehandling, er 18 timer.

## Henvisningsinformasjon

Alle pasienter med sykepengerrettigheter kan henvises til lettere psykiske lidelser gjennom Raskere tilbake. Gjelder både arbeidstakere og selvstendig næringsdrivende.

Leger (primærleger og spesialister), manuellterapeuter, kiropraktorer og psykologer i spesialisthelsetjenesten kan henvise. Henvisingsskjema finner du på [www.oppfrisk.no](http://www.oppfrisk.no) eller det kan benyttes standard skjema. Henvising sendes direkte til Oppfølgingsenheten Frisk.

## Du finner oss

Oppfølgingsenheten Frisk leverer tjenesten Lettere psykiske lidelser ved følgende avdelinger:

HAMAR

ELVERUM

KONGSVINGER

LILLEHAMMER

GJØVIK

Henvising sendes til Oppfølgingsenheten Frisk - hovedkontor i Moelv:  
Postboks 14 | 2391 Moelv | 62 33 01 33 | [post@oppfrisk.no](mailto:post@oppfrisk.no) | [oppfrisk.no](http://oppfrisk.no)

**OPPFØLGINGSENHETEN**  
*frisk*

LAGSPILLER INNEN ARBEID OG HELSE