

4

Ugeskema



+ Fordele



Aktiviteter er fastlagte ud fra dine ønsker og muligheder



Nye rutiner, som også kan bruges derhjemme



Kan give struktur og balance i hverdagen



Personalet kan tilbyde hjælp og støtte



Oplevelse af at lykkes og styrket selvtillid

÷ Ulemper



Opleve manglende fleksibilitet



Risiko for overplanlægning



Manglende tilpasning til hverdagen efterfølgende



Oplevelse af manglende succes

4

Ophør af rusmiddel



+ Fordele



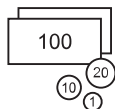
Have energi og overskud i hverdagen



Oplevelse af bedre livskvalitet, selvværd og selvtillid



Mulighed for stabilisering psykisk og fysisk



Bedre økonomi



Udvikler andre strategier



Mulighed for diagnostisk afklaring og bedre støtte muligheder

÷ Ulemper



Risiko for tilbagefald, fysisk og psykisk forværring



Ingen mulighed for selv-medicinering



Kan kræve store ændringer, selvdisciplin og støtte



Mulig ændring i miljø og omgangskreds



Kan kræve tid og planlægning af behandling



Identitetskrise

4

Ingen reduktion eller ophør af rusmiddel



+ Fordele



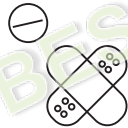
Behøver ikke at lave ændringer i hverdagen



Bliver udskrevet til det liv man kender



Behøver ikke inddrage andre i årsagen til forbrug

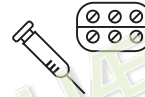


Mulighed for selv-medicinering



Begrænset efterbehandling efter udskrivelse

÷ Ulemper



Fastholdelse i potentielt skadeligt forbrug af rusmidler



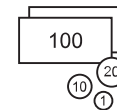
Man får mindre ud af indlæggelsen og behandlingen



Risiko for forværring af tilstand og genindlæggelse



Risiko for medicinsvigt



Høj økonomisk udgift til rusmidler



Begrænset mulighed for diagnostisk afklaring

4

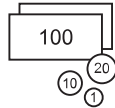
Reduktion af rusmiddel (Skadesreducering)



+ Fordele



Mulighed for bedre psykisk stabilisering



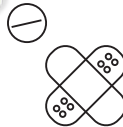
Bedre økonomi



Medbestemmelse i egne mål, ud fra eget perspektiv



Mulighed for at opnå mere kontrol over dit liv og hverdag



Fortsat mulighed for selvmedicinering

÷ Ulemper



Ændrer ikke nødvendigvis selve forbruget



Du kan opleve blandede følelser ved at passe på dig selv, samtidig med at have et forbrug



Kan være svært at huske de nye vaner



Kan give større risiko for tilbagefald til det samme misbrug

4

Funktionsevnevurdering



+ Fordele



Helhedsorienteret
beskrivelse både
psyisk og fysisk



Forståelse for eget
behov og støtte i
hverdagen



Få bedre indblik i
egne ressourcer via
test



Mulighed for at du får
den støtte du har
behov for efter
udskrivelse

÷ Ulemper



Kan kræve tid og
overskud at deltage i



Kræver planlægning
og deltagelse under
indlæggelse



Konfronteres med
ens udfordringer



Kan føles som en
længere
venteposition

4

Boligsøgning



+ Fordele



Mulighed for at have
et sted at blive
udskrevet til



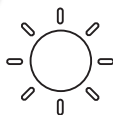
Oplevelse af større
frihed og
selvstændighed i
eget liv



Hjælp og
støtte til
realistisk
boligsøgning



Mulighed for
at finde bolig
efter eget
ønske

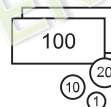


Mindsker
risikoen for
midlertidige
og ustabile
boligforhold

÷ Ulemper



Kan være
tidskrævende
og stressende



Kræver
økonomisk
ansvar



Kan belaste
nære
relationer



Behov for
MitID og
økonomiske
oplysninger



Afslag kan
være de-
motiverende



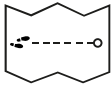
Kan opleves
som et pres
fra personalet

4

Kort udslningsplan



+ Fordele



Hurtig tilbage til
hverdagen og egne
omgivelser



Kan styrke
selvtilliden og troen
på at man kan klare
sig selv



Oplevelse af, at
personalet tror på, at
man kan klare det



Mindre planlægning
af transport og
hjemmebesøg

÷ Ulemper



Måske ikke tid nok til
at forberede og øve
sig på at komme
hjem



Svært at bevare
rutiner, struktur og
motivation



Begrænset mulighed
for koordinering med
f.eks. bostøtte,
behandler og
kommune



Risiko for psykisk
forværring og
genindlæggelse

4

Lang udslusningsplan



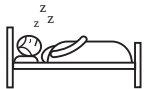
+ Fordele



Længere
forberedelse på at
komme hjem



Bedre mulighed for
at træne færdigheder
i eget liv



Øvelse i at
overnatte
hjemme inden
udskrivelse



Mulighed for
at tilpasse
udslusning
efter behov



Langsom
tilvænning til
mindre støtte
fra personalet

÷ Ulemper



Kan opleves som en
længere indlæggelse
og en følelse af en
venteposition



Kan være
ressourcekrævende i
en længere periode



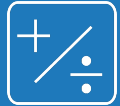
Svingende
motivation for at
følge planen



Planlægning af
transport og følelsen
af at "bo i en kuffert"

4

Medicin (tablet)



+ Fordele



Varetager aktivt
behandlingen selv



Dosis kan hurtigt
justeres op og ned



Dæmper og
lindrer
symptomer



Ofte øget
stabilitet i
hverdagen



Ofte ses et
bedret
funktions-
niveau

÷ Ulemper



Bivirkninger
og tilvænning



Risiko for at
glemme at
tage sin
medicin



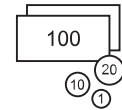
Svingende
mængde
medicin i
kroppen over
døgnet



Risiko for
overdosering



Kan føle sig
stempleet som
syg



Belaster
økonomien

4 Depotmedicin (injektion)



+ Fordele



Kan give øget stabilitet i hverdagen



Mindsker risiko for tilbagefald



Ikke nødvendigt at huske på daglig medicin

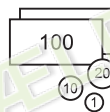


Evt. mindre kontakt til psykiatrien og hjemmepleje



Jævn medicindosis hele døgnet

÷ Ulemper



Dyrere end tabletbehandling



Kan være ubehagelig, hvis man er bange for nåle



Muskler kan være lidt ømme efter injektion



Kan tage tid at justere dosis op eller ned



Følelse af manglende kontrol

4

Ingen medicin



+ Fordele



Alternative
behandlingsformer
(yoga, mindfulness,
meditation, motion)



Skal ikke huske at
tage/møde op til
medicin



Ingen udgifter til
medicin



Lære at være i egne
følelser

÷ Ulemper



Risiko for forværring



Kan reducere
funktionsniveau



Hindring af
stabilisering



Overvældende at
være i egne følelser

4

Deltagelse i køkkenet



+ Fordele



Mulighed for at styrke egne ressourcer og selvstændighed



Mulighed for at opleve socialt fællesskab



Mulighed for at indarbejde struktur og rutine



Kan give øget selvtilid

÷ Ulemper



Begrænset udvikling af ressourcer



Oplevelse af krav og forventninger



Manglende interesse og lyst



Udfordrende at samarbejde og følge anvisninger

4

ADL-Træning*



+ Fordele



Styrke, udvikle og vedligeholde færdigheder



Øget selvstændighed i eget liv



Mulighed for støtte af personalet



Kan give en følelse af kontrol og mestring

÷ Ulemper



Tidskrævende



Manglende motivation for opgaverne



Kan kræve planlægning



Føle at man skal præstere



Opleve mangel på ressourcer

*ADL: Almindelig daglig livsførelse (fx. indkøb, madlavning, rengøring og personlig hygiejne)

4

Ingen aktiviteter



+ Fordele



Man bliver ikke forstyrret



Man kan koble fra i en svær periode



Tid til andre gøremål



Man kan bruge dagen som man vil

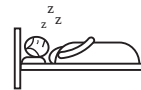
÷ Ulemper



Frustration over ikke at få nok ud af dagen



Går glip af fællesskaber i afsnittet



Man kan risikere at blive for inaktiv



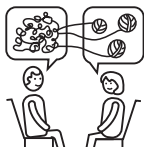
Manglende følelse af at få noget ud af indlæggelsen

4

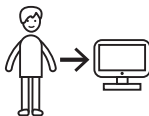
Mentorsamtale



+ Fordele



Mulighed for at reflektere med mentor



Medansvarlig i egen behandling



Mulighed for at sætte ord på egen psykiske tilstand



Mulighed for samtale når du har behov for det



Mulighed for råd og vejledning her og nu

÷ Ulemper



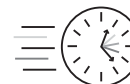
Manglende kemi med din mentor



Man kan ikke altid styre samtalens retning



Det kan føles overvældende



Samtalen er ikke altid planlagt



Kan tage tid fra andre aktiviteter

4

Fælles dokumentation



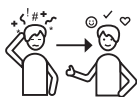
+ Fordele



Enighed omkring
ordvalg og
formulering



Uenigheder og
problematikker kan
drøftes inden det
dokumenteres



Misforståelser kan
undgås



Du ved, hvad der
skrives i din journal

÷ Ulemper



Det kan føles unødvendig



Der kan opstå
uenigheder om, hvad
der skal
dokumenteres



Det kan være
tidskrævende

4

Tavlemøder



+ Fordele



Du kan få indsigt i afsnittets
aktuelle fokusområder



Mulighed for at
komme med forslag

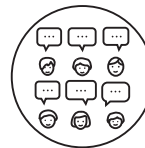


Mulighed for at give
din mening til kende

÷ Ulemper



Det er et fastlagt tidspunkt



Der er mange
mennesker samlet



Der kan være meget
information at
forholde sig til



+ Fordele



Det kan give tryghed
at være omgivet af
dit team



Du kan blive klogere
på personalets
observationer og
egen sygdom



Du kan fremføre
egne synspunkter og
behov



Du kan føle dig hørt
og støttet

÷ Ulemper



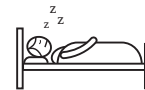
Du kan være nervøs
for hvad personalet
spørger om



Nogle gange har du
måske ikke lyst til at
høre og tale om din
sygdom



Det kan føles som
om personalet
blander sig i dit
privatliv



Der kan være mange
af de samme
spørgsmål

4

Samarbejde med pårørende



+ Fordele



Pårørende får viden og indsigt, som kan hjælpe dig



De kan støtte dig, så du føler dig mere tryk og mindre alene



De kan bidrage med deres oplevelser og erfaringer



De kan medvirke til at fremme din recovery*



De kan hjælpe med at huske, hvad der blev talt om

*Recovery betyder at komme sig

÷ Ulemper



Mindre selvstændighed



De kan få for meget kendskab til min situation og sygdom



Afhængighed af andre



Risiko for at blive passiv i egen recovery*



Pårørende kan blive for involveret

*Recovery betyder at komme sig

4

Patienthistorier



Jeg bliver set, for det menneske jeg er.

- Indlagt patient, kvinde

Det er det, der er vigtigt for mig, som er i fokus.

- Indlagt patient, mand

Jeg er hele tiden bevidst om, hvad der sker i min behandling.

- Indlagt patient, kvinde

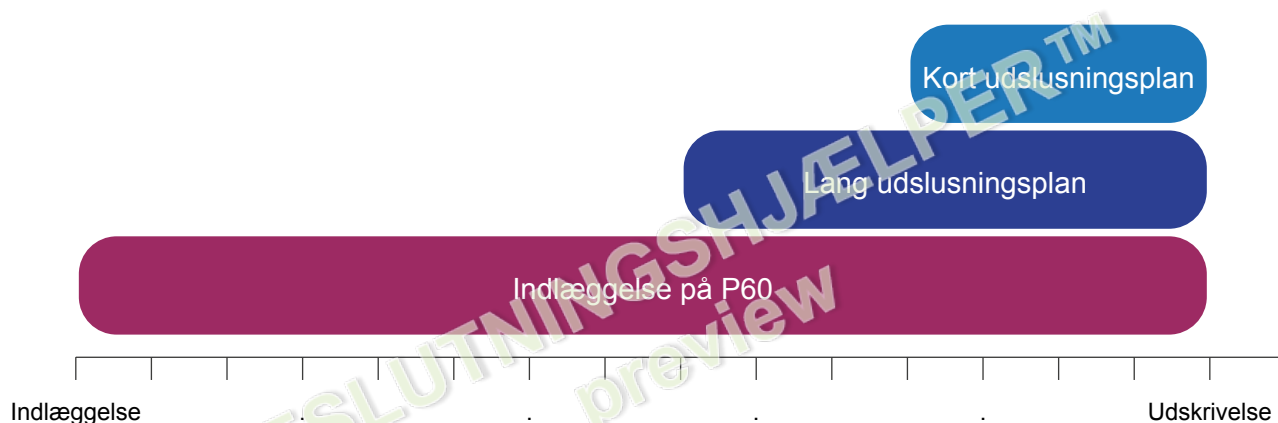
Der er mennesker som vil mig, så jeg ikke føler mig ensom.

- Indlagt patient, mand

BESLUTNINGSHJÆLPEN™
preview

4

Udslusningsplan



Rehabiliteringsforløb på P60



Kort forberedelse på overgangen fra indlæggelse til udskrivelse*



Lang forberedelse på overgangen fra indlæggelse til udskrivelse*

*Samme indlæggelsestid

