

PRAKTIJKONDERSTEUNER GGZ (POH GGZ)

Wat is een POH GGZ en wat kan deze voor u doen?

De praktijkondersteuner GGZ en de huisarts werken samen bij het behandelen en begeleiden van patiënten met psychische klachten zoals somberheid, angst, stress/spanning, werkgerelateerde problematiek, relatieproblemen, onverklaarbare lichamelijke klachten en/of hulp bij het verwerken van het verlies van een dierbare. Het emotioneel of psychisch "uit balans zijn", blijf er niet mee lopen maar bespreek het! Bij ons werk de ervaren POH-GGZ Henk Hermsen. Hij is ook relatietherapeut en heeft nauwe banden met de vervolg/verdere trajecten bij de psycholoog.

Contactgegevens POH-GGZ

tel: via de praktijk 035-3030390
werkdagen in overleg

De POH GGZ brengt samen met u uw klachten en vragen. Soms zal een kortdurende behandeling (5-8 gesprekken) voldoende zijn. In andere gevallen kunt u verwezen worden naar de Generalistische-Basis (BGGZ) zoals een GZ psycholoog. Ook kunt u verwezen worden naar de Specialistische GGZ (SGGZ) of een vrijevestigde psychotherapeut.

De POH-GGZ biedt ook nazorg na behandeling in de GGZ en overbruggingscontacten als u op een wachtlijst staat voor behandeling.

Wat is de werkwijze van de POH-GGZ?

Na overleg met uw huisarts kunt u verwezen worden voor een intakegesprek bij de POH GGZ. Ook kunt u zelf een afspraak maken als u denkt dat u dat nodig heeft. Het eerste gesprek is een intakegesprek waarbij nader onderzocht wordt wat de aard en oorzaak van de klachten zijn. Aan de hand van dit gesprek en eventueel een 4DKL vragenlijst wordt er een vervolgafspraken gemaakt en plan opgesteld. Hierbij wordt besproken of de behandeling bij de POH GGZ kan plaatsvinden, of dat het nodig en wenselijk is om u door te verwijzen.

De begeleiding en behandeling bij de POH GGZ bestaat verder uit:

- Het geven van psycho-educatie, wat bestaat uit het geven van voorlichting over klachten, oorzaken en adviezen over een psychische stoornis.
- Interventies gericht op verbetering in functioneren. Door middel van de gesprekken en huiswerkopdrachten werkt u aan het verminderen van uw klachten.
- eHealth, online zelfhulpprogramma waarmee u thuis met behulp van PC/laptop aan uw klachten kan werken, op u eigen tempo.
- Preventie, wat zich richt op het voorkomen en/of vroegtijdig herkennen van klachten zodat u zelf interventies kan inzetten om verdere terugval te voorkomen.

eHealth

De POH GGZ maakt gebruik van eHealth in de behandeling van psychische klachten. eHealth betekent online zelfhulp en er wordt gewerkt met de programma's van Therapieland. De programma's zijn opgebouwd uit video's waarin een GZ psycholoog te zien is die patiënten door de sessies heen begeleidt door middel van educatie en opdrachten. De reacties van patiënten die met Therapieland werken zijn positief. Het wordt als prettig ervaren dat men het programma thuis in eigen tempo kan volgen en op een interactieve manier met hun klachten aan de slag kan. De programma's die vaak worden ingezet zijn gericht op de behandeling van piekeren, angst, stress, assertiviteit, rouwverwerking en slaapproblemen.

Zijn hier kosten aan verbonden?

De gesprekken met de POHGGZ, eHealth en de groepstrainingen worden volledig vergoed door de basiszorg Huisartsgeneeskunde. Er zijn voor u dus geen kosten aan verbonden.

Wat als ik verhinderd ben?

Indien u verhinderd bent, dient u de gemaakte afspraak uiterlijk 24 uur van te voren af te zeggen. De tijd die voor u gereserveerd was, kan dan nog beschikbaar worden gemaakt voor iemand anders. Indien u niet tijdig afzegt kunnen de kosten hiervan bij u in rekening worden gebracht. Deze kosten zijn niet te verhalen op uw zorgverzekering.