Behandelaanbod bij depressie

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

Behandelaanbod bij depressie

Het behandelaanbod depressie bij Pro Persona is ontwikkeld door psychologen, psychiaters, verpleegkundigen en patiënten-organisaties. Daarbij is gebruik gemaakt van de resultaten van wetenschappelijk onderzoek.

Passend bij de klachten
Na aanmelding bij ons door je verwijzer, bekijken wij samen welke behandeling waarschijnlijk het best bij je zal passen. Je krijgt de behandeling waarvan bewezen is dat die het best werkt bij jouw klachten. Dat kunnen gesprekken zijn, maar bijvoorbeeld ook medicijnen of begeleiding. Ons doel is dat het psychiatrisch probleem verminderd, afneemt of voldoende onder controle komt.
Het behandelaanbod depressie is bedoeld voor volwassenen die een depressie of een aanhoudende depressieve stoornis hebben. Een aanhoudende depressieve stoornis is een mildere, maar chronische variant van een depressie.
Belangrijkste klachten van een depressie zijn een aanhoudende sombere stemming en/of een verlies aan interesse en plezier in bijna alle dagelijkse activiteiten. Er kan ook sprake zijn van lichamelijke klachten.

Het behandelplan
Tijdens de intakefase zijn de klachten in kaart gebracht. De intaker bespreekt de mogelijkheden binnen het behandelaanbod depressie met het team en daarna samen met jou.
Samen met de hulpverlener stel je een behandelplan op. In dit behandelplan staat wat de diagnose is en wat de klachten zijn.
Daarnaast staat in het behandelplan wat jij tijdens de behandeling wilt bereiken, wat je er zelf voor moet doen en wat jij van de hulpverlener mag verwachten.

Doel van de behandeling
Mogelijke gevolgen van een depressie zijn lichamelijke problemen of problemen in relaties met andere mensen. Het doel van de behandeling is het verminderen van de klachten. Het is belangrijk om gevolgen van de depressie zo veel mogelijk te beperken. Je leert nieuwe vaardigheden en ander gedrag aan. Ook proberen we een nieuwe ziekteperiode te voorkomen.

Vragenlijsten
Voor en tijdens de behandeling vul je vragenlijsten in. Aan de hand van de uitkomsten kunnen wij zien hoe het met de behandeling gaat. Of jouw situatie tijdens de behandeling verbetert. Als tijdens de behandeling blijkt dat het herstel niet zo goed gaat als we hadden verwacht en gehoopt, dan maken wij samen een nieuwe keuze uit de behandelmogelijkheden. Dat kan bijvoorbeeld zijn het leren omgaan met de problemen die jij ervaart.

De behandeling
De behandeling kan in groepen of met jou alleen plaatsvinden en bestaat grotendeels uit gesprekken en/of medicijnen.

De gesprekken zijn meestal in de vorm van cognitieve gedragstherapie (CGT). Bij CGT richten wij ons op het verband tussen wat je denkt, doet en wat je voelt. Het leert je om de depressieve gedachten en je gedrag aan te passen.
Interpersoonlijke Therapie (IPT) is een andere gespreksvorm. Daarbij is het doel om de relaties met anderen te verbeteren waardoor depressieve klachten afnemen.
We bieden ook behandeling aan om na (gedeeltelijk) herstel de kans op terugkeer van de klachten zo klein mogelijk te maken.

Duur van de behandeling
De duur van de behandeling is afhankelijk van je klachten. Dit kan variëren van een korte reeks gesprekken tot een dagbehandeling waarbij je gedurende enkele maanden een aantal dagen per week therapie hebt. Soms is een behandelopname de best passende behandeling. Ook dat is bij ons mogelijk.
Voordat je daadwerkelijk in behandeling komt, kan je geconfronteerd worden met wachttijd. De intaker zal je hierover zo concreet mogelijk informeren.
Als er in de wachttijd na de intake iets gebeurt waardoor je het gevoel hebt hulp nodig te hebben, kan je onze bureaudienst bellen tijdens kantooruren en daarbuiten onze crisisdienst.

Het behandelteam
Het behandelteam bestaat uit psychologen, psychotherapeuten, psychiaters, sociaal psychiatrisch verpleegkundigen, (ambulant) verpleegkundigen en vaktherapeuten, zoals creatief en psychomotorisch therapeuten. Ook werken er bij ons veel mensen die in opleiding zijn.

Crisis en terugval
Mensen met depressieve stoornissen lopen het risico om in een crisis te raken. Daarom maken we met iedereen een signaleringsplan.
Een signaleringsplan bestaat uit twee delen. Het eerste deel beschrijft de voortekenen van een crisis.
Het tweede deel beschrijft welke acties ondernomen moeten worden als die voortekenen zichtbaar zijn.

Zo wordt voorkomen dat mensen in crisis raken of na hun behandeling weer terugvallen.

Pro Persona

www.propersona.nl
Pro Persona GGz KvK : 41053219

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

© Pro Persona 00025-250812