



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant

## OUDERENPSYCHIATRIE

### WAARMEE KUNNEN WIJ U HELPEN?

Iedereen wil het liefst gezond en gelukkig ouder worden. Maar soms staat een depressie, angststoornis, of persoonlijkheidsstoornis dat in de weg. In zo'n situatie is het slim om te onderzoeken wat er aan de hand is, zodat de klachten behandeld kunnen worden. Dat is van belang voor degene die het betreft, en ook voor familie en naasten. Ook wie moeite heeft om dingen te onthouden, te begrijpen of met denken of redeneren, kan hulp krijgen.

De Ouderenpsychiatrie van GGZ WNB is er speciaal voor mensen vanaf ongeveer 65 jaar met uiteenlopende psychiatrische klachten. In sommige gevallen behandelen we ook mensen jonger dan 65 jaar, bijvoorbeeld als er sprake is van cognitieve problemen.

Waarmee kunnen wij u helpen? We noemen enkele voorbeelden:

- Depressies of angsten
- Persoonlijkheidsproblemen
- Ontwikkelingsstoornis zoals autisme of aan autisme verwante stoornissen
- Psychotische stoornissen
- Cognitieve problemen zoals problemen met onthouden, begrijpen of redeneren, verwardheid, veroorzaakt door onder meer dementie of het syndroom van Korsakov
- Niet aangeboren hersenletsel

### AANMELDING

U bent door de huisarts of een andere medisch specialist aangemeld bij het team van Ouderenpsychiatrie. De verwijzer heeft contact gehad met één van onze medewerkers om de klachten en hulpvraag toe te lichten en een beeld te geven van de situatie. Hierop wordt u uitgenodigd voor een eerste gesprek.

Het kan ook zijn dat u met spoed bent doorverwezen. U kunt dan onmiddellijk bij ons terecht.



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant

## HET EERSTE GESPREK

Meestal vindt het eerste gesprek plaats op één van onze locaties, maar indien nodig bezoeken we u ook thuis. Tijdens het eerste gesprek bespreekt u met een behandelaar de aard en ernst van uw klachten en de wijze waarop uw klachten uw dagelijks leven beïnvloeden. We willen graag weten waar u last van heeft, wat u zou willen veranderen en wat de verwachtingen van de behandeling zijn. Door middel van vragenlijsten kunnen we daar vaak een goed beeld van krijgen, maar even belangrijk is het om te horen wat uw naaste omgeving ervaart.

Voor een goed verloop van uw behandeling hebben wij een aantal gegevens nodig. Wij vragen u om de volgende documenten naar het eerste gesprek mee te nemen:

- Een geldig legitimatiebewijs (paspoort, Nederlands rijbewijs, identiteitskaart)
- Een pas van uw zorgverzekeraar
- Een actueel medicatieoverzicht, indien u medicijnen gebruikt. Deze is op te vragen bij de apotheek.

## ONDERZOEK EN START BEHANDELING

Na het eerste gesprek kan aanvullend diagnostisch onderzoek plaatsvinden door de psychiater, sociale geriater of psycholoog. De huisarts wordt verzocht ons uw medische gegevens beschikbaar te stellen. Alle gegevens worden vervolgens op een rij gezet en in een overleg bespreekt het team wat er aan de hand is (diagnose) en hoe u het beste geholpen kunt worden. Soms is volledig herstel mogelijk, soms is de behandeling gericht op het beheersbaar maken van de klachten.

Voorts wordt het behandelplan geformuleerd en spoedig daarna nemen wij met u contact op om de bevinding en ons voorstel voor behandeling met u te bespreken aan de hand van een behandelplan. Uw partner en directe familie worden, uiteraard alleen met uw toestemming, zoveel mogelijk bij de behandeling betrokken.

## BEHANDELING

De ambulante behandeling vindt plaats op een locatie van GGZ WNB of thuis in uw eigen omgeving wanneer u psychische of psychosociale problemen heeft waarvoor geen opname nodig is. U kunt eveneens ambulante behandeling nodig hebben na een klinische opname.



In het team werken psychiaters, psychologen, sociale geriaters, sociaal psychiatrisch verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten naast en met elkaar. Een verpleegkundige van het transmurale team ouderen kan eveneens ingeschakeld worden als u thuis extra begeleiding nodig heeft en om de zorg rondom u te coördineren. De verpleegkundige zal u ondersteunen bij activiteiten die u ten gevolge van uw psychische of psychiatrische problemen op dat moment zelf niet meer kunt uitvoeren. Samen met u en uw naasten bepalen zij op basis van de diagnose wat de beste behandeling is.

Het doel is altijd het evenwicht tussen draagkracht en draaglast te herstellen: uw klachten te verminderen of u er zo goed mogelijk mee leren om te gaan.

Uw behandelaar kan eveneens besluiten dat het noodzakelijk is om de behandeling te intensiveren met een specifieke therapie (dit kan zowel individueel als binnen een groep) of dagbehandeling. De therapieën worden aangeboden binnen het therapiecentrum voor ouderen waar zowel vaktherapie als verbale (praat) therapieën worden aangeboden. Samen vormen deze therapieën een volwaardig programma dat gericht is op de voor u specifieke behandeldoelen.

## BEHANDELPLAN

Naar aanleiding van het eerste gesprek en op basis van de verzamelde gegevens, bespreekt de behandelaar de mogelijkheden voor behandeling. In overleg wordt het behandelplan gemaakt waarin uw klachten, diagnose en afspraken over de behandeling worden beschreven. Ook de doelen die u met de behandeling wil bereiken zijn een belangrijk onderdeel. Het behandelplan wordt, in overleg met u, regelmatig geëvalueerd en waar nodig bijgesteld. U kunt een kopie van het behandelplan ontvangen.

## WELKE BEHANDELINGEN BIEDEN WE AAN?

Het team van Ouderenpsychiatrie biedt verschillende vormen van psychologische behandeling, zowel op basis van cognitief- gedragstherapeutische principes als op basis van andere psychotherapeutische visies. De behandelingen vinden zowel individueel als in groepsverband plaats en richten zich op: het zelf leren oplossen of hanteren van problemen, het vinden van antwoorden op vragen, het benutten van ongebruikte mogelijkheden, het ontwikkelen van inzichten uit het verleden en/of heden, het ontwikkelen van kennis en vaardigheden en het ontwikkelen van eigen redzaamheid.



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant

## COGNITIEVE GEDRAGSTHERAPIE

In de cognitieve therapie wordt uitgegaan van een sterke relatie tussen uw gedachten (cognities) en uw psychische ziekte. Iemand kan negatieve gedachten over zichzelf, anderen en de wereld ontwikkelen en daarvan depressief worden. Door de 'disfunctionele' gedachten om te buigen en te leren om gebeurtenissen anders te interpreteren komt er een objectievere kijk op de gevoelens en waarnemingen. Hierdoor kunnen negatieve gevoelens verdwijnen waardoor ook de stemming verbetert en het gedrag verandert.

In deze therapie gaat de therapeut met u in gesprek over de manier waarop uw gedachten uw leven beïnvloeden. Die gedachten zijn er natuurlijk niet 'zomaar'. Zij hebben hun oorsprong in wat u van zichzelf vindt, in uw drijfveren, uw emoties, in de overtuigingen die u hebt opgedaan door maatschappij en opvoeding, in uw karakter, in de omstandigheden waarin u zich bevindt. In plaats van gedachten vast te houden die bijdragen aan angst, verwarring, moedeloosheid, kwaadheid enz., ligt het accent in de therapie op inzicht en op het aanleren van gedachten die u beter doen voelen. Hierdoor kan uw houding positiever worden, keuzes en gedrag worden aangepast en de klachten verminderen.

## SYSTEEMBEHANDELING

De term 'systeem' duidt op het sociale geheel waarvan mensen deel uitmaken: gezin, familie, werk, gemeente, kerk, verenigingen, enz. Ouderen zijn door de veranderingen in hun leven vaak aangewezen op meer hulp en ondersteuning van hun omgeving dan volwassenen. In het geval van psychische stoornissen wordt de omgeving van de ouderen zwaar belast. Systeembehandeling kan dan mogelijkheden bieden voor alle betrokkenen om goed met de situatie om te gaan. Daarnaast kunnen ook gebeurtenissen zoals het verkleinen van de familie- en vriendenkring door een overlijden, het verdwijnen van de werkkring door pensionering, spanningen in een relatie doen ontstaan of toenemen. Systeemtherapie kan dan uitkomst bieden.

## EMDR

EMDR betekent Eye Movement Desensitization en Reprocessing. In deze therapie worden gesprekken gecombineerd met opdrachten om oogbewegingen te maken. Deze behandelvorm is vooral geschikt voor als u emotioneel, angstig of gespannen blijft reageren op een traumatische gebeurtenis. Het is een snelle maar ook intensieve behandelvorm om traumatische ervaringen te verwerken. De combinatie van snelle oogbewegingen en



gedachten aan de ingrijpende gebeurtenis leiden ertoe dat de herinnering haar kracht en emotionele lading verliest.

### INTERPERSOONLIJKE PSYCHOTHERAPIE

Interpersoonlijke psychotherapie is gebaseerd op het idee dat veranderingen in belangrijke relaties een depressie kunnen uitlokken bij mensen die daar gevoelig voor zijn. De therapie wordt vooral toegepast als blijkt dat de psychische problemen samenhangen met uw relaties met anderen.

De therapie kan zich op vier aspecten concentreren: rouw om een belangrijk verlies, een conflict met een belangrijke ander, een grote verandering in sociale rollen of een tekort in sociale vaardigheden of sociaal contact. U gaat samen met uw therapeut na hoe recente veranderingen in relaties met belangrijke anderen een negatieve invloed hebben op uw leven en vervolgens wat de mogelijkheden tot verbetering zijn.

### MEDICATIETHERAPIE

Medicatie kan een belangrijk deel van de behandeling zijn. Voor een aantal ziektes is het zelfs de basis.

Als medicatie wordt voorgeschreven let de arts goed op uw lichamelijke toestand. Er kan sprake zijn van een lichamelijke ziekte waardoor bepaalde medicatie voor de psychische ziekte niet goed wordt verdragen. Of de psychofarmaca combineert niet goed met medicijnen die voor andere ziektes zijn voorgeschreven.

Ingeval van een ambulante behandeling kan de medicatie zowel door een huisarts als door een arts van GGZ WNB worden voorgeschreven. Bij een klinische behandeling schrijft alleen de arts van GGZ WNB voor.

### ONDERSTEUNENDE GROEPSBEHANDELING

Door het delen van ervaringen en belevingen vindt u steun bij anderen, waardoor er stabilisatie is en minder terugval van de psychiatrische problematiek. Met name wanneer u snel uit evenwicht raakt en de veranderingsmogelijkheden beperkt zijn als gevolg van een ernstige persoonlijkheidsproblematiek is deze vorm van behandeling geschikt. U wordt gestimuleerd om aan sociale activiteiten deel te nemen.



## PSYCHO-EDUCATIE

Psycho-educatie is het deel van de behandeling waarbij voorlichting, informatie, steun en advies wordt gegeven over uw ziekte. Er wordt gesproken over vragen als “word ik ooit beter”, “moet ik altijd medicijnen blijven slikken”, “hoe ga ik om met mijn ziekte”. Ook uw naaste omgeving kan hulp vragen bij vragen over het omgaan met de ziekte of de cliënt.

Behalve bij het leren omgaan met de ziekte kan psycho-educatie ook helpen bij het verwerken van het hebben van de ziekte.

## MINDFULNESS

Mindfulness is een vorm van aandachtgerichte meditatie die u kan helpen uw gedachten en gevoelens onder controle te krijgen en te houden. Ook pijn en andere ongemakken kan u de baas te worden. Mindfulness heeft talrijke effecten: ontspannen gevoel, beter (in)slapen, meer rust in het lichaam en de gedachten, meer genieten, beter concentratie, verhoging van de levenskwaliteit en weer grip op het leven krijgen.

## VAKTHERAPIE

Vaktherapie is een non-verbale therapievorm die zich richt op het observeren van psychosociale problemen en het bewerkstelligen van veranderings-, ontwikkelings- en/of acceptatieprocessen.

Het bijzondere aan deze therapievorm is dat voor het bereiken van de doelstelling (bv. een opgewekte stemming, passend gedrag of acceptatie van een verlies) gebruik wordt gemaakt van een expressief middel, zoals muziek, creatief materiaal of beweging. In de behandeling staan vooral doen en ervaren centraal. Hoe u creatief te werk gaat is een afspiegeling van hoe u dat in het gewone leven doet. In de therapie kunt u emoties ervaren en zo nodig bespreken.

## BEWEGINGSTHERAPIE

Deze therapie is erop gericht u te helpen bewegen. Op oudere leeftijd ontstaan vaak allerlei lichamelijke problemen en pijnklachten die bewegen moeilijk maken. De psychische gezondheid is veelal verbonden met de lichamelijke conditie. Juist daarom is het belangrijk aandacht te besteden aan uw bewegingsmogelijkheden. Het bewegen geeft vaak zoveel plezier dat het uw kwaliteit van het leven ten goede komt.



### INZICHTGEVENDE GROEPSGESPREKKEN

In een gespreksgroep kunt u samen met andere cliënten van elkaar leren en met elkaar oefenen.

De gesprekken zijn vooral gericht op het herstel van uw persoonlijk evenwicht en het vergroten van het inzicht in behoeften en capaciteiten, zodat u meer grip krijgt op uw omstandigheden. Leren omgaan met de ziekte en een terugval voorkomen zijn herhaaldelijk terugkomende thema's.

### PSYCHOMOTORISCHE THERAPIE (PMT)

Klachten zoals somberheid, angsten, prikkelbaarheid, onzekerheid tegenover anderen, spanningen, eetproblemen of burn-out hebben ook een lichamelijke uitwerking. Daarom richt een psychomotorisch therapeut zich speciaal op wat het lichaam aangeeft: lichamelijke spanningen, lichaamstaal, houding, de manier van bewegen, ademhaling en lichaamsbeleving.

De therapeut biedt een veilige omgeving om te oefenen en te experimenteren met ander gedrag, zodat psychosociale of psychiatrische problemen kunnen worden weggenomen of verminderd. De bewegings-opdrachten worden aangepast aan de oudere en zijn individueel of groepsgewijs.

### ACTIVITEITENTHERAPIE

Activiteitentherapie richt zich op het verminderen van de psychische problemen door middel van het aanleren en het ondernemen van gerichte activiteiten. Hulp bij het structureren van uw dag is hiervan een voorbeeld. De activiteit is niet het doel op zich, maar is een middel om uw sociaal, emotioneel, cognitief en praktisch welzijn te ontwikkelen.

## **DUUR EN EINDE VAN EEN BEHANDELING**

Op afgesproken momenten evalueert u samen met uw behandelaar de gang van zaken en de resultaten van de behandeling. Zijn uw doelen bereikt dan spreekt u gezamenlijk af wanneer u de behandeling afrondt. Ook bespreekt u in de laatste fase van de behandeling op welke wijze u in de toekomst klachten kunt voorkomen en of er hulp nodig is na het beëindigen van de behandeling. Uw verwijzer wordt geïnformeerd over het verloop en het resultaat van de behandeling.



## ROL VAN DE FAMILIE

GGZ WNB vindt betrokkenheid van familie en naasten bij de behandeling belangrijk. De ervaring is dat we in samenwerking met elkaar, cliënt, hulpverleners en familie, de meest optimale behandeling kunnen bieden en daarmee uw herstel kunnen bevorderen. Samen bekijken we hoe ieder vanuit zijn eigen positie een bijdrage kan leveren. Familie en naasten kunnen ook fungeren als contactpersoon. Dit betekent dat de contactgegevens van uw naaste in het dossier worden geregistreerd.

## TOESTEMMING

U mag alleen behandeld worden als u daar uw toestemming voor hebt gegeven. In uitzonderlijke gevallen mogen cliënten ook zonder hun nadrukkelijke toestemming worden behandeld:

- in acute gevallen met medische noodzaak tot handelen;
- als u zelf niet in staat bent om te beslissen, dan zal de behandelaar iemand zoeken die u kan vertegenwoordigen.

## OVERIGE BEHANDELINGEN

Ouderenpsychiatrie in GGZ WNB heeft ook een klinische afdeling, namelijk de Opnamekliniek in de Lake in Halsteren. Wanneer uw psychische problemen zo ernstig zijn dat uw normale leven erdoor ontwricht raakt en ambulante of deeltijdbehandeling niet helpen, behoort een klinische behandeling tot de mogelijkheden.

Een opname kan bijvoorbeeld plaatsvinden in het geval van een acute crisis, waardoor iemand tijdelijk niet voor zichzelf kan zorgen, of om uit te zoeken wat er precies aan de hand is. Een klinische behandeling betekent dat u voor kortere tijd 24 uur per dag bij GGZ WNB verblijft. Het behandelteam bestaat uit verschillende soorten behandelaars zoals een psychiater, een arts-in-opleiding-tot psychiater, psycholoog of een verpleegkundig specialist. De opname kan vrijwillig of gedwongen zijn en duurt niet langer dan strikt noodzakelijk. Indien u al een ambulante behandelaar heeft, dan blijft deze meestal tijdens de opname betrokken.





## KOSTEN VAN UW BEHANDELING

Uw behandeling bij GGZ WNB wordt vergoed via uw zorgverzekeraar. U betaalt hiervoor een eigen risico. De hoogte van dit eigen risico vindt u in de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering.

Als u ook begeleiding ontvangt in de vorm van dagbesteding, dan heeft u een indicatie van uw gemeente nodig. U betaalt voor deze begeleiding een eigen bijdrage. De hoogte van deze bijdrage vindt u op: [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl)

## INFORMATIE OVER DE FACTUUR

De betaling van uw behandeling kan mogelijk vragen bij u oproepen. Op uw factuur staan termen als DBC, directe en indirecte tijd en eventueel reistijd. Bij aanvang van uw behandeling wordt er een zogenaamde Diagnose Behandel Combinatie (DBC) voor u geopend waarin alle tijd wordt geregistreerd die met uw behandeling samenhangt. Een DBC mag maximaal 365 dagen geopend zijn. Na dit jaar wordt een nieuwe DBC geopend als de behandeling nog niet gestopt kan worden. Over de afgesloten DBC ontvangt u dan een factuur. U kunt dus op drie momenten een factuur ontvangen:

- Op het moment dat de behandeling klaar is en uw DBC wordt afgesloten.
- Op het moment dat er een jaar verstreken is, uw DBC wordt afgesloten en een nieuwe DBC wordt geopend.
- Op het moment dat de gestelde hoofddiagnose wijzigt, wordt uw DBC afgesloten en wordt er een nieuwe DBC geopend.
- Nadat uw DBC gesloten is, stuurt GGZ WNB een factuur naar uw zorgverzekeraar. Vanaf 1 juni 2014 is de zorgverzekeraar verplicht om u een gedetailleerd overzicht te verstrekken van de betalingen die voor u zijn gedaan. De in rekening gebrachte tijd wordt opgesplitst in directe en indirecte tijd.

De directe tijd is de tijd van de contacten van u met uw behandelaar, bijvoorbeeld gesprekken, maar ook telefonische, e-mail of internetcontacten. De indirecte tijd is de tijd, die de behandelaar ook aan uw behandeling heeft besteed, maar buiten uw zicht. Hieronder valt het voorbereiden en bijhouden van uw dossier, registratie en rapportages en overleg met gespecialiseerde collega's of tussen de behandelaars en verpleegkundigen. De reistijd is de tijd als de behandelaar eventueel een huisbezoek met u afspreekt.



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant

Op de specificatie van de zorgverzekeraar vindt u meestal:

- De totale tijd, opgesplitst in directe en indirecte tijd en reistijd, zoals hierboven uitgelegd.
- De naam van uw behandelaar. U kunt hierbij dus ook een naam tegenkomen van een behandelaar die u niet kent. Dat betekent dat deze behandelaar ook tijd aan uw dossier heeft besteed, bijvoorbeeld in het kader van het hierboven genoemde (multidisciplinair) overleg.

Misschien vindt u het bezwaarlijk dat op de factuur, die wij naar uw zorgverzekeraar of gemeente sturen, de diagnose wordt vermeld. Als dat zo is, kunt u dit aangeven en samen met uw behandelaar een formulier te ondertekenen waardoor de diagnose niet vermeld wordt. Uw behandelaar kan u hierover meer vertellen.

## BENT U ONTEVREDEN?

Klachten en kritische opmerkingen kunnen een waardevolle bijdrage leveren aan de verbetering van onze dienstverlening. Aarzel dus niet om het ons te laten weten als u niet tevreden bent. We raden u aan dan eerst contact op te nemen met uw behandelaar. Als dit voor u geen oplossing biedt, kunt u de klachten bespreken met de manager van de afdeling. Ook kunt u een klacht indienen bij de klachtencommissie van GGZ WNB. Zie ook de folder Klachtenbehandeling voor cliënten.

## PATIËNTVERTROUWENSPERSOON

De patiëntvertrouwenspersoon treedt op als onafhankelijk bemiddelaar. De vertrouwenspersoon kan naar uw verhaal luisteren en u informatie en advies geven. Ook kan hij of zij bemiddelen bij het oplossen van klachten of conflicten en ondersteunen bij het indienen van een klacht.

## PRIVACY

GGZ WNB heeft een privacyreglement over het omgaan met cliëntgegevens. Alles wat u met uw behandelaren bespreekt is vertrouwelijk en de behandelaren hebben geheimhoudingsplicht. De behandelaren mogen geen gegevens aan anderen zonder uw toestemming geven.



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant

## INZAGE

U hebt op verzoek recht op inzage in het dossier. Meer informatie hierover kunt u vinden in de folder over cliëntenrechten.

## ADRESSEN EN TELEFOON

GGZ WNB, Rooseveltlaan 148, 4624 DE Bergen op Zoom

Telefoonnummer secretariaat ouderenpsychiatrie: (0164) – 28 97 77

GGZ WNB, Laan van België 55, 4701 CJ Roosendaal

Telefoonnummer secretariaat ouderenpsychiatrie: (0164) – 28 97 81

Het algemeen telefoonnummer van GGZ WNB is (0164) – 28 91 00