Psykiatri Affektiva
Avdelning 369

Patientinformation

Information om behandlingen och dess olika faser på avdelning 369

Om avdelningen och vår länk i kedjan

Avdelning 369 är en nationell högspecialiserad enhet som erbjuder evidensbaserad behandling för allvarligt självskadebeteende, emotionellt instabilt personlighetssyndrom, problematik avseende känsloreglering liksom posttraumatiskt stressyndrom. Behandlingen utgår från Dialektisk beteendeterapi (DBT), vars yttersta syfte är att hjälpa individer uppnå ett liv värt att leva, något som genomsyrar hela verksamheten. Ett sådant liv tar dock tid att skapa, avdelningens arbete kan därmed ses som en punktinsats där målet är att hjälpa dig ta dig igenom, och på så vis förbi, de största hindren som tidigare stått i vägen för en fungerande behandling i öppenvården. Det innebär att vi har ett nära samarbete med öppenvård liksom exempelvis socialtjänst. Syftet är att säkerställa att du har ett välfungerande sammanhang att återvända till efter utskrivning, såväl avseende psykosocial situation som fortsatt vård.

Om behandlingen och dess olika faser

- Efter att remiss från din öppenvårdsmottagning inkommit och godkänts, kallas du till *bedömningssamtal* på avdelningen. Om vi gemensamt konstaterar att inga hinder för inläggning finns, fortsätter vi med förarbetet som oftast innehåller fler samtal med kurator, arbetsterapeut och omvårdnadspersonal för att vi ska få en så bred uppfattning som möjligt om dina individuella behov. I den processen bestämmer vi även ett datum för så kallad inneliggande introduktion.

- *Introduktionsfasen* sträcker sig över *tre veckor* och inleds med att ett kontrakt skrivs där syfte liksom regler på avdelningen klargörs. Under dessa veckor ska du få utförlig information om behandlingsprogrammets upplägg och erfarenhet av hur tillvaron på avdelningen ter sig, där arbete med att få till en fungerande dygnsrytm, regelbundet ätande och övande av färdigheter för att stå ut i kris utgör väsentliga delar. Att lära sig hantera svåra situationer, liksom allehanda problem som vi alla stöter på i vardagen, på mer effektiva sätt är ett stående inslag under hela din kontakt med oss. Att tränas i att förstå färdigheter liksom att coachas i din användning av dessa inleds därför redan här. Fasen innefattar även bedömningssamtal med fler professioner samt sedvanliga punkter i en DBT-commitmentfas, exempelvis hur aktuell problematik kan förstås

Postadress:
Sahlgrenska Universitetssjukhuset
Avdelning 369
416 85 Göteborg

Telefon:
031-343 69 29

Webbplats:
https://www.sahlgrenska.se/avdelning369

utifrån ett DBT-perspektiv, behandlingens olika delar, individualterapins struktur och inte minst – vilka mål du har med behandlingen, vilka hinder som står i vägen för dem och hur din motivation till att, hindren till trots, aktivt arbeta för att närma dig målen i fråga ser ut. Mot slutet ska vi ha en gemensam plan för nästa fas – vilka konkreta steg skulle ta dig närmare ett liv värt att leva, och hur ska behandlingen utformas för att hjälpa dig i den riktningen? Under de här veckorna kommer du också att få information om och möjlighet att delta i våra pågående forskningsprojekt.

- *Behandlingsfasen* inleds med något vi kallar för *genomförbarhetsbedömningsperiod* som sträcker sig över *tre veckor* och inleds med att ett mer utförligt kontrakt skrivs där såväl du som personal åtar er att göra allt ni kan för att aktivt arbeta mot att nå de uppsatta målen. Under dessa tre veckor testar vi således att fullt ut omsätta den föreslagna behandlingsplanen i praktiken – fungerar programmet för dig? Hur är det att gå i den rullande färdighetsträningen och ta emot coachning för att använda de nya färdigheterna i allehanda sammanhang (såväl på avdelningen som under permissioner)? Uppstår några hinder? Kan de hanteras eller blir det för svårt? Utifrån vad som här framkommer tar vi ställning till nästkommande steg - om behandlingsprogrammet bedöms som alltför utmanande just nu, kan utskrivning bli aktuell med tillhörande rekommendationer gällande vad du behöver arbeta med innan en ny eventuell inläggning. Om programmet däremot bedöms vara möjligt att följa, fortsätter behandlingsfasen i nio till femton veckor till.

- *Behandlingsfasens resterande nio till femton veckor* och innefattar ett av fyra spår:
  1. DBT (Dialektisk beteendeterapi) innebär intensiv DBT-behandling med färdighetsträning och daglig tillämpning av dessa, individualterapi ett antal gånger i veckan liksom övriga anpassade behandlingsinslag.
  2. DBT PE (Prolonged exposure) innebär intensiv exponeringsbehandling, utvecklad för komplex PTSD inom ramen för DBT. Även här utgör löpande färdighetsträning i grupp och daglig tillämpning ett nödvändigt inslag.
  3. DBT RO (Radical openess) innebär intensiv och individuell färdighetsträning och individualterapi utvecklad för patienter vars självskadande har en överkontrollerande funktion.
  4. DBT SS (Skills system) innebär intensiv och individuell färdighetsträning och individualterapi utvecklad för patienter som har behov av ett lite enklare material.

Behandlingsfasen (inklusive genomförbarhetsbedömningsperioden) kan alltså vara totalt tolv till arton veckor. Att det varierar beror på behandlingens progress i kombination med runtomkringliggande faktorer samt att vi anstränger oss för att skräddarsy behandlingen i så stor utsträckning som möjligt. Beslut om behandlingens längd fattar teamet här tillsammans med din öppenvård i dialog med dig.

- *Utslussningsfasen* tar vid när behandlingsfasen är klar. De ovan beskrivna veckorna utgör återigen bara en viktig del av den helhet som krävs för att du ska få en mer välfungerande tillvaro. För att se till att de framsteg du har gjort följer med dig ut och visar sig i din naturliga miljö, planeras behandlingsavslut god tid i förväg. På så vis kan vi tillsammans säkerställa att det väntande sammanhanget är i linje med det du behöver för att fortsätta röra dig mot ett liv värt att leva. Utslussningens former kan se olika ut beroende på behov och vad som skulle bli mest hjälpsamt för dig är något vi kommer att prata om och komma överens om tillsammans med dig och din öppenvård. I samverkan med de kontakter som står redo bistå dig med hjälp efter din tid hos oss, så kan vi erbjuda eftervårdsinsatser beroende på hur just dina fortsatta behandlingsbehov ser ut.

Allmän information om avdelningen

På avdelning 369 arbetar ett tvärprofessionellt team bestående av psykologer, specialistsjuksköterskor/sjuksköterskor, specialistsskötare/skötare, behandlingsassistenter, peer support, fysioterapeut, arbetsterapeut, dietist, kuratorer, läkare, vårdadministrativ sekreterare, sektionsledare och vårdenhetschef. Vården här sker frivilligt och bygger på din vilja till förändring. Miljön på avdelningen är tänkt att vara så ”hemlik” som möjligt där du har ett eget rum och egen toalett samt tillgång till gemensamma utrymmen. Permissioner är en viktig del av behandlingen, vilket innebär att vi så snart som möjligt gärna ser att du är hemma på permission på helgerna för att öva färdigheter i din hemmiljö.

Kontaktuppgifter till avdelningen för eventuella frågor

- Enklaste sättet att få tag på oss är att mejla till: su.psykaffek.nhv.sjalvskadeenheten@vgregion.se

- Du är också välkommen att ringa:
  Kajsa Sjöberg, vårdenhetschef: 072-201 24 10
  Alexander Marteleur, vårdenhetschef: 072-204 64 47
  Klara Ernback Schön, vårdenhetsöverläkare: 031-343 69 29
  Cathrine, peer support 031-343 69 29