

Velkommen til Spesialpost 3

Her finner du informasjon om Spesialpost 3 og hva som skjer under en innleggelse her.



Spesialpost 3 – Utredningspost for nysyke

Spesialpost 3 (Sp 3) er en del av spesialisthelsetjenesten med mål om å utrede og behandle unge voksne med psykose eller tilsvarende lidelser. Flere av pasientene kan også ha utfordringer knyttet til rus. Utredningsposten ligger på Østmarka, og er underlagt Psykisk Helsevern avdeling Psykose og rehabilitering.

Posten har 11 sengeplasser. Pasientene har enerom, men deler bad og toaletter. Vi er ca 55 ansatte. Behandlerne er psykiater /leger eller psykologer. Miljøpersonalet er sykepleiere, hjelpepleiere og vernepleiere. Annet personell ved posten er sosionom, fysioterapeuter, ergoterapeuter og assistenter. Mange har relevant videreutdanning. Posten har egen kokk på dagtid.

Hver pasient får egen behandler og et behandlingsteam. I tillegg til samtaler avholdes det regelmessige behandlingsmøter hvor pasienten oppfordres til å delta. Miljøterapi i form av sosial omgang og deltakelse i aktiviteter er en del av utredningen og behandlingen. Noen vil ganske raskt delta sammen andre, mens andre behøver en mer individuell tilpasning til aktiviteter.

Vi tilstreber en normal døgnrytme på posten og har faste aktiviteter og måltider. Har du allergier eller andre behov for tilpasset kosthold, så ordner vi det.

Sp 3 har låst ytterdør for at vi skal ha oversikt over hvem som kommer og går, både av de som er innlagt samt av gjester og besøkende. Det er også noen som kan ha behov for ekstra ivaretagelse eller som er innlagt etter tvangsvedtak (jmf. psykisk helsevernloven). Vi har alltid som mål å få til et samarbeid om både utredningen, behandlingen og veien videre.

For at alle skal kunne ta del i fellesmiljøet har posten husordensregler. Posten har egne retningslinjer for å håndtere og behandle rusmisbruk.

Det er viktig å opprettholde kontakt med livet utenfor Sp 3. Derfor er det naturlig at vi legger til rette for at du kan ta imot besøk av familie og venner mens du er innlagt, og at du etterhvert kan dra på permisjoner.

Målsetting for oppholdet

- Utredning og behandling av psykose og andre lidelser
- Redusere psykiske plager
- Øke livskvalitet for pasient og pårørende
- Avverge tilbakefall og nye innleggelseser
- Forberedelser til det videre livet utenfor sykehuset

Behandling

Behandlingen vil vanligvis bestå av en kombinasjon av flere ulike tiltak. De vanligste elementene i behandlingen vil være:

- Fast behandler (psykolog eller lege) som gir regelmessig kontakt i form av samtaler. Innholdet i samtaleene er avhengig av behov.
- Miljøkontakter som følger opp i hverdagens gjøremål ut fra tilstand og behov.
- Ved innleggelse blir det foretatt en somatisk undersøkelse av alle. Disse undersøkelsene utføres av lege.
- Miljøterapi med fokus på relasjon, omsorg og utvikling. Samvær og aktivitet er behandling.
- Tilbud om medisiner som kan hjelpe mot symptomene en sliter med.
- Rusbruk vil bli kartlagt. Behandling av eventuelt misbruk vil på best mulig måte bli integrert i psykosebehandlingen.
- Du vil få opplæring i hvordan man kan kjenne igjen og eventuelt forebygge tilbakefall.
- Undersøkelse av fysioterapeut som kan gi råd, behandling og lage treningsprogram.
- Kartlegging av ergoterapeut om planer, interesser og aktiviteter. Videre om hvordan man fungerer i hverdagen på ulike områder.
- Posten har egen sosionom som er behjelpelig med økonomiske og sosiale forhold. Denne følger også opp som barneansvarlig.
- Pårørende til pasienter med psykoselidelse vil få tilbud om pårørendekurs

Annen viktig informasjon ved innleggelse

Kontrollkommisjonen

Kontrollkommisjonenes hovedoppgave er å sikre den enkelte pasients rettssikkerhet i møtet med det psykiske helsevernet. Kommisjonene skal derfor behandle klager samt føre kontroll med alle tvangsvedtak som treffes (se Psykisk helsevernloven). Avdelingen skal alltid hjelpe til med å fremme en klage hvis man ønsker.

Samarbeid med pårørende

For best mulig utredning og behandling er det avgjørende med pårørendesamarbeid. Omfanget avklares mellom pasient, pårørende og behandler. Et samarbeid med pårørende i behandlingen kan være til stor hjelp ved permisjoner og utskrivelse.

Besøk på avdelingen

Besøk skjer fortrinnsvis på ettermiddag, kveld og helger. Ønskelig at besøk avtales på forhånd.

Aktiviteter på Spesialpost 3

- Mandag:** Impulse treningssenter
- Tirsdag:** Ballspill / Svømming
- Onsdag:** Turdag
- Torsdag:** Kostholdsgruppe / Buldring
- Fredag:** Bevegelsesgruppe / Musikkterapi



Besøksadresse:

Spesialpost 3, Østmarkveien 31.

Telefon vaktrom:

72 82 29 60

Postadresse:

St. Olav Hospital HF,
Avd. Psykose og rehabilitering, Spesialpost 3,
Postboks 3250 Torgarden
7006 Trondheim