



**Centrum Zdrowia Psychicznego w Suwałkach** (16-400 Suwałki, ul. Szpitalna 62) zostało utworzone w związku z programem pilotażowym Ministerstwa Zdrowia (Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dn. 27.04.18 r.).

Jego **celem** jest objęcie wszechstronną opieką osób znajdujących się w kryzysach psychicznych i odejście od tradycyjnego, izolacyjnego leczenia w warunkach szpitalnych na rzecz opieki środowiskowej zgodnie z Narodowym Programem Ochrony Zdrowia Psychicznego.

Na Centrum Zdrowia Psychicznego w Suwałkach składają się następujące jednostki:

- Punkt Zgłoszeniowo – Koordynacyjny,
- Poradnia Zdrowia Psychicznego (ul. Szpitalna 62, Modrzewiowa 17),
- Zespół Opieki Środowiskowej (ul. Szpitalna 62, Modrzewiowa 17),
- Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego,
- Izba Przyjęć,
- Oddział Dzienny Psychiatryczny,
- Oddział Psychiatryczny Całodobowy.

**Od 01 maja 2020r. w ramach CZP działają również:**

- Punkt Zgłoszeniowo – Koordynacyjny (Augustów, ul. Wojska Polskiego 51 )
- Poradnia Zdrowia Psychicznego (Augustów, ul. Wojska Polskiego 51 oraz Sejny, ul. Wojska Polskiego 60D)

Osoby znajdujące się w kryzysie psychicznym mogą zgłaszać się do **Punktu Zgłoszeniowo – Konsultacyjnego** (czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8-18), gdzie przeszkolony pracownik udzieli im informacji, co do możliwych form pomocy lub skieruje na konsultację psychiatryczną lub psychologiczną.

**W ofercie** Centrum Zdrowia Psychicznego znajduje się diagnostyka i leczenie zaburzeń lękowych, zaburzeń nastroju, schizofrenii i innych psychoz oraz w niezbędnym zakresie zaburzeń psychicznych wieku podeszłego w tym otępień. Pomagamy w trudnościach związanych z problemami i kryzysami życiowymi.

Stosujemy indywidualnie dobrane efektywne metody terapeutyczne, zgodne z obowiązującymi standardami leczenia i wynikami badań.

Dostępne są spotkania indywidualne z lekarzem, psychologiem, pracownikiem socjalnym, terapeutą środowiskowym, psychoterapia grupowa, zajęcia psychoedukacyjne dla pacjentów i rodzin oraz farmakoterapia.

**Do Centrum, można udać się z każdym problemem psychicznym, który nas trapi.** Niezależnie czy będą to problemy osobiste związane z utratą bliskiej osoby, myśli samobójcze, trudności z pogodzeniem się z chorobą np. nowotworową, AIDS lub stwardnieniem rozsianym, czy nawet kłopoty z bezsennością i tak uzyskamy tam profesjonalną pomoc dopasowaną do naszych potrzeb. **Pomoc udzielana przez CZP jest bezpłatna.**

**Centrum udziela pomocy :**

- **czynnej** – obejmującej leczenie i wsparcie osób z przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi, które wymagają zapewnienia ciągłości świadczeń opieki zdrowotnej, aktywnego podtrzymywania kontaktu i wyprzedzającego rozwiązywania problemów;
- **długoterminowej** – leczenia stacjonarnego na oddziale (opieka całodobowa);
- **krótkoterminowej** – osobom z zaburzeniami epizodycznymi lub nawracającymi;
- **doraźnej** – osobom w stanach nagłych i przypadkach pilnych ( nagłe, przewidziane pogorszenie stanu zdrowia, wymagające podjęcia natychmiastowych czynności ratunkowych, leczniczych);
- **konsultacyjnej.**

**Z pomocy CZP mogą korzystać osoby** pełnoletnie cierpiące na zaburzenia psychiczne. Również członkowie rodzin, a także bliscy i znajomi pacjentów z zaburzeniami psychicznymi. W przypadku pojawiających się pytań czy wątpliwości mogą skorzystać ze wsparcia centrum, do którego ich bliski zgłosił się o pomoc. Centrum nie udziela świadczeń opieki zdrowotnej dzieciom i młodzieży poniżej 18 r.ż., osobom uzależnionym oraz pacjentom, wobec których zastosowano środek zabezpieczający w postaci detencji psychiatrycznej. **Z pomocy centrum mogą skorzystać także osoby, które zostały wypisane ze szpitala , w celu uzyskania wsparcia w dalszym dochodzeniu do zdrowia.**

W CZP w ramach poradni zdrowia psychicznego od poniedziałku do piątku ( z wyjątkiem dni ustawowo wolnych od pracy) w godzinach 8:00 – 18:00 działa **punkt zgłoszeniowo – koordynacyjny.**

**Główne zadania punktu zgłoszeniowo- koordynacyjnego to:**

- udzielanie informacji dotyczących zasad działania CZP, możliwości uzyskania odpowiednich form pomocy, a także miejsc uzyskania świadczeń pomocy społecznej;
- przeprowadzenie wstępnej oceny potrzeb zdrowotnych osób zgłaszających się po pomoc oraz uzgodnienie wstępnego planu postępowania pomocowego;
- udzielanie możliwego wsparcia w zakresie zgłaszanych potrzeb zdrowotnych ;
- uzgodnienie terminu przyjęcia i wskazanie miejsca uzyskania niezbędnej pomocy w przypadkach pilnych ( nie później niż 72 godziny od zgłoszenia);
- w razie potrzeby – wskazanie miejsca uzyskania niezbędnego wsparcia z zakresu opieki społecznej;
- udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej.

W centrum w zależności od problemu z którym przyszliśmy, rozmawiać będziemy ze specjalistą, który pomoże nam nasz problem rozwiązać i oceni czy nasz przypadek nie jest tzw. przypadkiem pilnym. Profesjonalnej pomocy w zależności od konkretnego przypadku, udzieli psycholog, terapeuta środowiskowy, pielęgniarka środowiskowa czy też lekarz psychiatra. Specjalista odpowie na nasze pytania, skieruje do odpowiedniej instytucji bądź opracuje indywidualny plan opieki dostosowany do naszych potrzeb zdrowotnych.

W ramach Centrum funkcjonuje **Oddział Dzienny Psychiatryczny**. Leczeni są tam pacjenci z szerokim wachlarzem schorzeń definiowanych zgodnie z Międzynarodową Klasyfikacją Zaburzeń Psychiczych i Zaburzeń Zachowania ICD-10. Na podstawie osobistego kontaktu i badania pacjenta opracowuje się Indywidualny Plan Terapeutyczny, który obejmuje:

- szczegółową analizę problemów i objawów;
- analizę historii dotychczasowego leczenia;
- opracowanie indywidualnego planu terapeutycznego;
- dobór metod terapeutycznych do określonych dolegliwości
- indywidualnie dobieraną farmakoterapię;
- indywidualną terapię;
- opiekę po wyleczeniu.

Następnie pacjent uczestniczy w dobranym do jego potrzeb i możliwości programie terapeutycznym.

**W Programie terapeutycznym znajdują się następujące działania:**

Prowadzenie zebrań społeczności – 2 razy w tygodniu.

- Terapia grupowa – 3 razy w tygodniu.
- Terapia indywidualna – regularne spotkania z lekarzem i psychologiem, z częstotnością uzależnioną od potrzeb pacjenta
- Psychoedukacja – 3 razy w tygodniu
- Terapia zajęciowa – 4 razy w tygodniu.
- Wyjście terapeutyczne – 1 raz w tygodniu.

- Psychorysunek – 1 raz w tygodniu.
- Trening relaksacyjny – 5 razy w tygodniu.

Program Terapeutyczny jest na bieżąco poddawany weryfikacji i w razie potrzeby może być modyfikowany. W trakcie leczenia nawiązuje się zaufanie pomiędzy pacjentem a personelem (**lekarz, psycholog, terapeuta, psychoterapeuta, pielęgniarka**), które pozwala na lepszą współpracę z pacjentem i w konsekwencji szybszą poprawę zdrowia.

Pacjenci przewlekle chorzy psychicznie z nasilonymi problemami w funkcjonowaniu życiowym, którzy nie wymagają leczenia szpitalnego, a nie utrzymują się w innych formach leczenia, objęci są opieką w **Zespole Leczenia Środowiskowego (domowego)**. Podstawową formą kontaktu są wizyty domowe i zapewnienie świadczeń zdrowotnych w środowisku społecznym pacjentom, którzy:

W Zespole zatrudnione są osoby o różnych specjalnościach zawodowych: psychiatrzy, psycholodzy (psychoterapeuci), pielęgniarka, terapeuta środowiskowy.

Każdy pacjent przyjęty do Zespołu ma swojego koordynatora opieki, czyli opiekuna-terapeutę, z którym realizuje indywidualny program terapeutyczny. Koordynator opieki utrzymuje także kontakt i współpracuje z rodziną, środowiskiem pacjenta, odpowiednimi placówkami leczącymi (szpital, poradnie) oraz innymi instytucjami i organizacjami społecznymi.

Zespół Leczenia Środowiskowego przyczynia się do poprawy ciągłości leczenia i jego efektów. Celem pracy Zespołu jest skrócenie czasu pobytu w oddziale całodobowym, a w niektórych wypadkach uniknięcie hospitalizacji i zapobieganie nawrotom.