Før oppstart i gruppe får alle pasientane individuelle samtalar for kartlegging og utgreiing

Saman med terapeuten finn ein ut om gruppetilbodet er den rette behandlinga no.

HELSE MØRE OG ROMSDAL

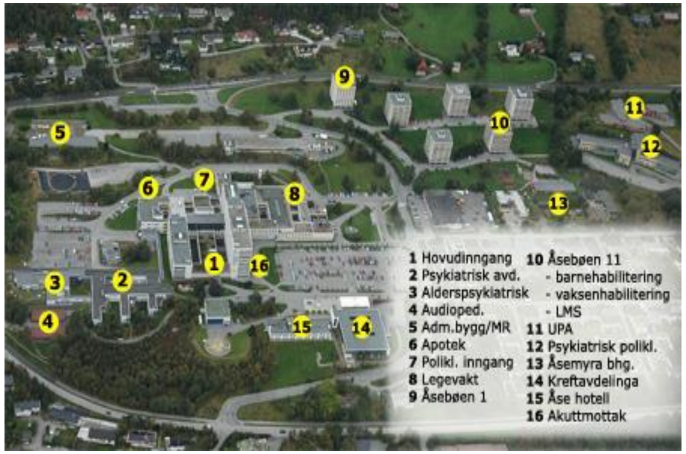
Oppmøte

Du møter på Vaksenpsykiatrisk poliklinikk.. Det er i bygget som ligg nordaust for sjukehusblokkene (lengst til høgre på biletet nedanfor, merka med 12). Du går oppover forbi SPAR -butikken og tek til høgre.

Det er parkeringsplass med betalingsautomat utanfor bygget. Du kan også parkere på betalingsparkering ved sjukehuset.

Alle bussar, også Timeekspressen, går innom busslomma ved sjukehuset.

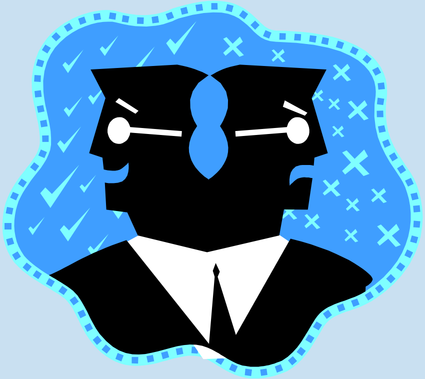
Du får dekt reise etter nærmare fastsette satsar. Dersom du treng annan transport, ta kontakt med kursansvarleg.



www.helse-mr.no

HELSE MØRE OG ROMSDAL

Kurs for personar med bipolar lidelse



Gruppebehandlingsteamet
Vaksenpsykiatrisk poliklinikk
Ålesund

Målsetting:

- Betre livskvalitet.
- Auka sjukdomsforståing og medvit om livsstil.
- Tidleg oppdaging av prodromalsymptom.
- Betre etterleving av medikamentell behandling.
- Unngå rusmisbruk / sjølmordsatferd.
- Meistring av psykososiale konsekvensar av affektive episodar.
- Betre sosial fungering mellom episodane.

Tilnærming:

Manualbasert behandling.
Fast agenda på kvart møte med gruppediskusjon og heimelekse.
Fokus på fellesaktivitetar kombinert med fokus på individuelle utfordringar og erfaringar.

Tema:

- Teori og faktakunnskap om bipolar liding.
- Allment om behandling og medikamentell behandling.
- Individuell kartlegging av eigne symptom, og korleis forebyggje nye affektive episodar.
- Stressmeistring.
- Arbeidsrett, trygderett, sosialrett og helsejus.
- Rus, livsførsel og kontinuitet.

Rammer:

Gruppa møtast 2 timar i veka over 10 veker.
8 – 12 deltakarar i gruppa

Deltakarane får ein individuell informasjons/vurderingssamtale før gruppa starter, samt tilbod om ein individuell samtale undervegs og ein evalueringssamtale etter endt kurs.

Deltakarane må ha diagnosen bipolar lidelse type I eller II.

Praktisk informasjon

Henvisning:

Frå fastlege eller behandlar i spesialisthelsetenesta.

Eigendel:

Du betaler ein eigendel/ frikort som ved eit anna poliklinisk besøk.

Dersom du treng sjukmelding, kontakt fastlegen din.