



Praktische informatie

U kunt in overleg met uw huisarts een gesprek aanvragen met de praktijkondersteuner. Of de huisarts verwijst u zelf door.

Aan de begeleiding of behandeling door de praktijkondersteuner zijn voor u geen kosten verbonden.

Heeft u een afspraak gemaakt maar kunt u niet komen? Bel dan uiterlijk 24 uur van tevoren. Uw huisartspraktijk kan u anders kosten in rekening brengen.



Voor als u er
zelf even niet
uitkomt

Praktijkondersteuner
geestelijke
gezondheidszorg
POH-GGZ

Soms heeft u ondersteuning nodig bij het verwerken van het verlies van een dierbare. Of zoekt u hulp bij psychische klachten als depressiviteit, angst, stress of een burn-out.

U kunt daarvoor bij uw huisarts terecht. Maar u kunt óók uw verhaal kwijt bij de praktijkondersteuner die gespecialiseerd is in geestelijke gezondheidszorg (ggz). Die werkt nauw samen met de huisarts en kan u uitstekend begeleiden.

Goed, snel en dichtbij

De praktijkondersteuner ggz (POH-GGZ) heeft veel kennis en ervaring. Prettig is dat hij of zij vaak meer tijd heeft dan de huisarts. En dat u meestal snel bij de praktijkondersteuner terecht kunt, binnen de muren van uw vertrouwde huisartsenpraktijk.

Waarmee kan een praktijkondersteuner ggz mij helpen?

De praktijkondersteuner kan:

- helpen uw klachten helder te krijgen
- voorlichting geven over klachten, oorzaken en mogelijke oplossingen
- u begeleiden of een kortdurende behandeling bieden
- helpen voorkomen dat u een terugval krijgt
- u advies geven over mogelijke vervolgbehandeling en verwijzing
- u ondersteunen in de tijd dat u wacht op behandeling bij een andere (ggz) organisatie
- nazorg geven na een behandeling in de ggz

Hoe verloopt de hulpverlening precies?

De praktijkondersteuner brengt uw klachten en vragen in kaart. En gebruikt daarbij soms (digitale) vragenlijsten die u moet invullen. Hij/zij kan u ook tips en adviezen geven en bespreekt wat u zelf al geprobeerd heeft om van de klachten af te komen. De praktijkondersteuner bespreekt vervolgens samen met u en met uw huisarts wat u wilt bereiken en hoe daar stap voor stap aan te werken.

Misschien zijn een paar gesprekken met de praktijkondersteuner al genoeg. Of is het nodig dat u naar een andere deskundige wordt verwezen die beter bij uw hulpvraag past. Zoals een maatschappelijk werker, psycholoog of psychiater. En soms kunnen zelfhulpwebsites u helpen.

Met wie werkt de praktijkondersteuner samen?

De praktijkondersteuner werkt samen met uw huisarts. Hij/zij maakt daarbij gebruik van het computersysteem van de huisarts en heeft inzage in uw dossier. De praktijkondersteuner heeft nauw contact met het wijkteam en weet de weg naar de deskundigen in de buurt.



U kunt vaak snel bij de praktijkondersteuner terecht, binnen de muren van uw vertrouwde huisartsenpraktijk.

Is mijn verhaal veilig bij de praktijkondersteuner?

De praktijkondersteuner heeft geheimhoudingsplicht. Hij/zij deelt uw gegevens met uw eigen huisarts. Alleen met uw toestemming én na overleg met uw huisarts, wisselt de praktijkondersteuner gegevens uit met andere zorgverleners (bijvoorbeeld wijkteam, psycholoog of psychiater).

Hoe kom ik in contact met de praktijkondersteuner?

Bespreek met uw huisarts of het een idee is een gesprek te voeren met de praktijkondersteuner. De huisarts kan dit ook zelf bij u aandragen. In beide gevallen kunt u dan een afspraak maken.