

Ir vėl kviečiame jungtis į akciją „Kalėdinis sveikinimas vienišam žmogui“

Kasmet daugėja vienišų, ligotų ir dažnai savimi pasirūpinti nebegalinčių senų žmonių. Kas nulėmė – likimas ar susiklosčiusios aplinkybės, kad senatvėje jie liko atskirties zonoje, vis kita skaudi istorija. Todėl ir vėl krepiamės į Jus, prašydami pasidalinti savo širdies turtais su vienišais ar likimo nuskriaustais žmonėmis.

Artėjant didžiausiajam metų šventei – Kalėdoms, kviečiame visus geros valios žmones aplankyti savo namuose tyliais vienvėsių angelais tapusius senokus, sergančius kūno ar sielos ligomis, ypač vienvėsių, ir tuos, kurie vienišas dienas leidžia gydymo ar slaugos įstaigose. Padovanokime jiems truputį savo laiko ir širdies šilumos, pridėdami pačių sukurtą sveikinimo atviruką su nuoširdžiu palinkėjimu. O jei prie atviruko pridėsite nors ir nediduką lauknešėlį Kūčių ar Kalėdų stalui – suvirpinsite ne vieno Kalėdų stebuklo laukiančiojo širdį.

Ankstesni metai parodė, kiek daug Jumyse gerumo ir atjautos. Kai kada Kalėdų šviesoje užsimezgusi bendrystė nesibaigia vienkartinio susitikimo. Ir tuo mes labai džiaugiamės. Tikimės, kad ir šiemet būsite aktyvūs, kūrybingi ir išradingi, dalydamiesi savo dvasios turtais su kitais, Jums net nepažįstamais žmonėmis. Visi kartu pasistenkime, kad nė vienas nebūtų užmirštas. Tebūna visiems šios šventės nors trumpam meilės spindulių sušildytos!

Būsime dėkingi, jei pasidalinsite su mumis savo išpuodžiais, išgyvenimais, kuriuos patirsite lankydami vienišus žmones. Trumpus pasakojimus ir nuotraukas siųskite el. paštu info@vpssc.lt arba įkelkite į mūsų „Facebook“o“ paskyrą BŪKIME. Su visais, įsitraukusiais į akciją ir atsiuntusiais pasakojimus ar nuotraukas, susisieksime asmeniškai. Nepalaukime dalytis gerumu! Akcija vyks iki šv. Kalėdų.



Psichologinė pagalba vaikams ir paaugliams: pradedamos teikti naujos paslaugos

Iš Privalomojo sveikatos draudimo fondo (PSDF) pradėta apmokėti už naujas vaikams ir paaugliams reikalingas psichosocialinės reabilitacijos paslaugas bei išplėstines psichikos sveikatos specialistų konsultacijas. Tai padės užtikrinti, kad psichikos ir elgesio sutrikimų turintys pacientai gautų daugiau ir įvairesnių jiems reikiamų paslaugų bei galėtų sėkmingai integruotis visuomenėje, gyventi pilnavertį gyvenimą.

Sveikatos specialistai nuolat atkreipia dėmesį, kad tėvai ir globėjai turi visada rūpintis ne tik fizine, bet ir psichine vaikų sveikata bei raida. Tai labai svarbu, nes vaikai nėra linkę kalbėti apie šias problemas arba patys jų tiesiog nepastebi, tad tuo turi rūpintis suaugusieji. Nors daugelį tų problemų suaugusieji sėkmingai išsprendžia kartu su vaiku, tačiau yra atvejų, kuomet vaiko psichinės sveikatos problemai spręsti reikalinga ir specialistų pagalba.

Valstybinės ligonių kasos prie Sveikatos apsaugos ministerijos (VLK) Paslaugų ekspertizės ir kontrolės skyriaus patarėjos Žydrūnės Baigienės teigimu, tokiais atvejais svarbu laiku kreiptis į specialistus, nes kuo anksčiau suteikiama reikalinga pagalba, tuo sėkmingiau vaiko sveikatos problemos bus išspręstos. VLK atstovė primena, kad psichikos sveikatos priežiūra vaikams gali būti suteikta psichikos sveikatos centre, kur dirba įvairių sričių specialistai.



„Šios naujos vaikų bei paauglių psichosocialinės reabilitacijos paslaugos skirtos padėti psichikos ir elgesio sutrikimų turintiems pacientams. Šioms paslaugoms gauti reikalingas vaikų ir paauglių psichiatro siuntimas. Jos gali būti skiriamos esant paciento emociniams sutrikimams po užsitęsusių stresinių situacijų, pavyzdžiui, tokių, kaip konfliktiškos tėvų skyrybos, kai reikia integruotis arba reintegruiotis į bendruomenę, mokyklą ir šeimą, arba kai reikia sustiprinti paciento socialinius ryšius, socialinius ir savitarnos įgūdžius bei adaptaciją“, – sako Ž. Baigienė.

Pasak VLK atstovės, atsižvelgiant į paciento ligos simptomų sunkumą ir psichikos ligomis sergančiojo funkcionavimo lygį, psichosocialinės reabilitacijos paslaugos gali būti teikiamos tiek ambulatoriškai, tiek stacionare. Jų metu gali būti taikoma individuali, grupinė ar šeimos psichoterapija, socialinių įgūdžių ugdymas, aplinkos terapija, įvairūs meno terapijos metodai, psichoedukacija.

Šias naujas paslaugas teikia specialistų komanda: gydytojas vaikų ir paauglių psichiatras, medicinos psichologas, socialinis darbuotojas, psichikos sveikatos slaugytojas, kiti specialistai (psichoterapijos paslaugas teikiantis specialistas, ergoterapeutas, kineziterapeutas, meno terapeutas ir kiti) pagal poreikį.

Reabilitacija gali būti trumpalaikė, iki 40 kalendorinių dienų, kurių metu suteikiama iki 12 paslaugų, arba ilgalaikė, iki 9 mėnesių, kai pacientui skiriama iki 35 apsilankymų – sprendžia gydantis gydytojas. Stacionarinė reabilitacija (iki 15 lovadienių) skiriama tik po psichiatrinio gydymo stacionare.

„Dar viena iš PSDF apmokama nauja specializuota ambulatorinė paslauga, kurią nuo šiol galės gauti vaikai ir paaugliai – išplėstinė vaikų ir paauglių psichikos sveikatos specialistų konsultacija, kurią sudaro trys apsilankymai. Ją skiria psichiatras, kuomet reikalingas išsamus psichinės būklės ištyrimas. Konsultacija tam pačiam pacientui teikiama ne dažniau kaip 2 kartus per kalendorinius metus“, – teigia Ž. Baigienė.

Pasak jos, šias paslaugas teikia specialistų komanda, kurią sudaro gydytojas vaikų ir paauglių psichiatras bei medicinos psichologas. Į specialistų komandą gali būti įtraukiami ir socialinis darbuotojas, ir (ar) psichikos sveikatos slaugytojas.

Visos Lietuvos įstaigų, į kurias galite kreiptis prireikus psichologinės pagalbos, sąrašus galima rasti čia: <http://tiny.cc/z5ylhz>

Parengtos Planuojamos ūkinės veiklos psichoemocinio poveikio vertinimo rekomendacijos

Valstybinis psichikos sveikatos centras, bendradarbiaudamas su Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centru, parengė Planuojamos ūkinės veiklos psichoemocinio poveikio vertinimo rekomendacijas. Rekomendacijos parengtos, siekiant didinti suinteresuotų šalių informuotumą apie psichikos sveikatą ir emocinę gerovę; didinti supratimą apie tai, kokį poveikį planuojama ūkinė veikla gali turėti psichikos sveikatai ir emocinei gerovei; padėti atpažinti galimą teigiamą ir (ar) galimą neigiamą psichoemocinį poveikį darančius veiksnius; tinkamai įvertinti ir reaguoti į bendruomenių pateikiamus skundus dėl planuojamos ūkinės veiklos emocinės, socialinės gerovės galimo trikdymo, palengvinti konfliktų sprendimą. Rekomendacijose pateikti psichikos sveikatos rodiklių, panaudotų įvairiose studijose atliekant psichoemocinio poveikio vertinimą, pavyzdžiai, kita informacija. Rekomendacijas galima rasti čia: <http://tiny.cc/4hxlhz>

Psichoterapijos paslaugų teikimo ir apmokėjimo naujovės

Valstybinis psichikos sveikatos centras informuoja, kad sveikatos apsaugos ministras 2019 m. lapkričio 13 d. įsakymu Nr. V-1292 patvirtino Psichoterapijos paslaugų teikimo ir apmokėjimo Privalomojo sveikatos draudimo fondo biudžeto lėšomis tvarkos aprašą (toliau – Tvarcos aprašas), kuris įsigalios nuo 2020 m. sausio 1 d. ir pakeis šiuo metu psichoterapijos

paslaugų teikimo tvarką reglamentuojantį sveikatos apsaugos ministro 1999 m. gegužės 27 d. įsakymu Nr. 256 „Dėl pirminio, antrinio ir tretinio lygių psichiatrijos ir psichoterapijos paslaugų teikimo suaugusiesiems reikalavimų bei psichiatrijos dienos stacionaro ir psichoterapijos paslaugų bazinių kainų tvirtinimo“ patvirtintą Psichoterapijos seansų bazinių kainų ir jų teikimo bei apmokėjimo tvarkos aprašą (1 priedas).

Nuo 2020 m. sausio 1 d. įsigaliosiančiame Tvarcos apraše nustatyta psichoterapijos paslaugų teikimo vaikams ir paaugliams bei suaugusiesiems, kuriems diagnozuotas psichikos ir elgesio sutrikimas, tvarka, taip pat reikalavimai psichoterapijos paslaugas teikiančių asmens sveikatos priežiūros įstaigų asmens sveikatos priežiūros specialistams, patalpoms bei psichoterapijos paslaugų apmokėjimo Privalomojo sveikatos draudimo fondo (toliau – PSDF) biudžeto lėšomis tvarka.

Vadovaujantis Tvarcos aprašo nuostatomis, individualios, šeimos psichoterapijos ar grupinės psichoterapijos seansus galės taikyti ne tik gydytojas psichoterapeutas, bet ir bet kurios profesinės kvalifikacijos gydytojas, slaugytojas, akušeris, medicinos psichologas, įgijęs teisę taikyti psichoterapijos metodą, t. y. pabaigęs Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ar Vilniaus universiteto vykdomą bendrai abiejų universitetų nustatyto turinio ne mažesnės nei 4 metų trukmės Psichoterapijos metodo mokymo programą bei turintis tai patvirtinantį pažymėjimą.

Be to, Tvarcos apraše numatyta, kad PSDF biudžeto lėšomis bus mokama už 30 individualios arba šeimos psichoterapijos seansų vienam pacientui per kalendorinius metus, o įvertinus paciento sveikatos būklę ir esant būtinumui tęsti psichoterapijos metodo taikymą, gydytojo, skyrusio psichoterapijos metodo taikymą, sprendimu psichoterapijos seansai vieną kartą galės būti pratęsti papildomai skiriant ne daugiau kaip 10 individualios arba šeimos psichoterapijos seansų. Taip pat PSDF biudžeto lėšomis bus mokama už kiekvieną pacientą, dalyvaujantį grupinės psichoterapijos seanse, ne daugiau kaip už 30 seansų per kalendorinius metus 1 pacientui.

Tikimasi, kad įsigaliojęs Tvarcos aprašas prisidės prie psichikos sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo gerinimo bei nemedikamentinės pagalbos, būtinos asmens psichikos sveikatai susigrąžinti ir palaikyti, skatinimo.

Tu esi 

www.tuesi.lt pateikiama informacija ne tik svarstantiems apie savižudybę, jų artimiesiems, naudingos informacijos ras ir specialistai, padedantys krizės ištiktiems žmonėms.

Svetainė veikia ne tik lietuvių, bet ir rusų, lenkų bei anglų kalbomis.

**BŪKIME supratingi,
dėmesingi vieni kitiems ir aktyvūs.**

Valstybinio psichikos sveikatos centro kontaktai

Psichikos sveikatos skyrius

Tel. 85 249 99 75

El.p. jelena.stanislovoviene@vpse.lt

Priklausomybės ligų skyrius

Tel. 85 210 28 17

El.p. aurelija.cepulyte@vpse.lt

Savižudybių prevencijos biuras

Tel. 85 249 99 76

El.p. marius.stricka@vpse.lt

Informacijos ir ryšių skyrius

Tel. 85 249 08 17

El.p. info@vpse.lt