

Ratgeber Gesundheit

GIBT ES WEGE AUS DER KRISE ?

Die PDGR bieten an Wochenenden zu Hause Hilfe an

Es gibt Situationen im Leben, in denen alles zusammenzubrechen und auseinanderzubrechen droht und man in grosse Verzweiflung stürzt. Krisen kommen oft gerade dann, wenn niemand da ist, um einem beistehen zu können. Genau hier setzt das Angebot der Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR) an: Fachleute unterstützen Menschen in akuten Krisen neu an Wochenenden zu Hause. Erste psychiatrische und psychologische Unterstützung bieten die PDGR ebenfalls auf ihrer Notfallstation an. Auslöser für eine Krise sind nebst stark belastenden Situationen ferner bestehende psychische Erkrankungen. In all' diesen Fällen ist es für Betroffene wichtig, dass sie wissen, wo sie rasch psychiatrische oder psychotherapeutische Hilfe erhalten können.

Axel Baumann, Chefarzt Akutpsychiatrie, und die diplomierte Pflegefachperson Ursula Meyer sind zusammen mit ihren Mitarbeitern erste Ansprechpersonen in Krisen. Sie sind zuständig dafür, dass psychisch Erkrankte und Menschen in Krisensituationen auch an Wochenenden zu Hause erste fachliche Hilfe erhalten. Sie betreuen und unterstützen mit ihrem Einsatzteam Hilfesuchende jeweils zwischen Freitagnachmittag und Sonntagabend. Eine äusserst wertvolle unbürokratische Hilfe parallel zur Notfallstation und zu den Angeboten der Tageskliniken.

Die Krisenintervention der PDGR an den Wochenenden besteht seit April 2018, um Menschen in akuten Krisen in der eigenen Wohnung schnell beistehen zu können. Hausbesuche können derzeit zwischen Chur, Thusis, Ilanz, dem Schanfigg, der Bündner Herrschaft

und dem Vorderprättigau erfolgen. «Dass wir in akuten Krisen Betroffene direkt zu Hause besuchen, hat sich sehr bewährt», erklären Axel Baumann und Ursula Meyer übereinstimmend.

«Unsere Erfahrung zeigt, dass Menschen oft dann in eine Krise geraten, wenn mehrere Schwierigkeiten auf einmal auftreten und so die Belastung zu gross wird». Wer sich in solchen belastenden Situationen hilflos, leer, ängstlich, unsicher, erschöpft oder einfach auch ausgeliefert fühlt, findet alleine meist keinen Ausweg aus der Krise. Das PDGR-Fachteam, bestehend aus Pflegefachpersonen und Ärzten, steht deshalb den Betroffenen zur Seite. «Wir können zwar die eigentlichen Probleme, die zur Krise geführt haben, selbst nicht lösen, doch wir können erste Lösungsansätze aufzeigen». Zudem, so Ursula Meyer, sei eine Krise durchaus eine gesunde Reaktion auf schwierige Lebensumstände. In einer Krise stecke immer viel Positives. «Eine Krise beinhaltet immer auch eine Weiterentwicklung».

«Damit wir den Patienten helfen können, ist deren Mitarbeit ganz wichtig. Denn wer sich auf Gespräche und eine Therapie mit den damit einhergehenden Veränderungen einlässt, dem wird es auch schneller wieder besser gehen». Das Angebot der Kriseninterven-



Ursula Meyer: «Wir können Lösungsansätze aufzeigen»

tion ist ebenso beim Austritt nach einem Klinikaufenthalt wichtig und für Angehörige erst noch beruhigend. Eine Weiterbetreuung nach der Krise in den Tageskliniken der PDGR ist oft sinnvoll. Nach den ambulanten Einsätzen informiert das Kriseninterventions-Team überdies die behandelnden Haus- und/oder Fachärzte, die Spitex und weitere relevante Fachleute, sofern die Betroffenen einverstanden sind. Psychische Erkrankungen haben in den letzten Jahrzehnten stark zugenommen. Heute hat bereits jeder Dritte eine behandlungsbedürftige psychische Erkrankung, was auch bedeutet, dass es jeden einmal im Leben treffen kann und man in dieser Situation auf fachliche Unterstützung und Hilfe der PDGR zählen kann.

KARIN HUBER



Axel Baumann: «Besuch zu Hause hat sich bewährt»

tion ist ebenso beim Austritt nach einem Klinikaufenthalt wichtig und für Angehörige erst noch beruhigend. Eine Weiterbetreuung nach der Krise in den Tageskliniken der PDGR ist oft sinnvoll. Nach den ambulanten Einsätzen informiert das Kriseninterventions-Team überdies die behandelnden Haus- und/oder Fachärzte, die Spitex und weitere relevante Fachleute, sofern die Betroffenen einverstanden sind. Psychische Erkrankungen haben in den letzten Jahrzehnten stark zugenommen. Heute hat bereits jeder Dritte eine behandlungsbedürftige psychische Erkrankung, was auch bedeutet, dass es jeden einmal im Leben treffen kann und man in dieser Situation auf fachliche Unterstützung und Hilfe der PDGR zählen kann.

HILFE AM WOCHENENDE

Die PDGR bieten in Krisensituationen an Wochenenden – von Freitagnachmittag bis Sonntagabend – rasche Hilfe an. Betreut werden Menschen in psychischer Not in ihrem eigenen Zuhause. Telefon: 058 225 21 00.

Alle Fachbeiträge vom Monatsthema Januar «Psychisch erkrankt – Wege daraus» finden Sie unter www.pdgr.ch/monatsthema