

Hilfe bei psychiatrischen Auffälligkeiten

Die Bandbreite psychischer Störungen ist groß und umfasst neben Depressionen auch Angststörungen, Alkoholabhängigkeit und Schlafstörungen. Unabhängig von der Art der Erkrankung:
Wer kann Betroffenen bei psychischen Problemen helfen?

1. Sich an eine Vertrauensperson wenden

Einige Menschen behalten ihre psychischen Probleme für sich. Doch es kann hilfreich sein, sich zu öffnen – gegenüber dem Partner, der Partnerin, einem Verwandten oder einer Freundin, einem Freund. Dadurch können Betroffene das Gefühl überwinden, allein mit ihrer Krankheit zu sein. Ratschläge wie „nimm dich zusammen“ sind zwar gut gemeint, verharmlosen jedoch oft die Situation der Betroffenen.

2. Mit den Hausärzten über Behandlungsmöglichkeiten sprechen

Die Hausärzte sind auch für die psychische Gesundheit eine wichtige Anlaufstelle. Idealerweise kennt er oder sie die Krankengeschichte und kann körperliche Ursachen ausschließen. In der Regel erfolgt dort die Erstdiagnose, und bei Bedarf wird an PsychiaterInnen oder PsychotherapeutInnen überwiesen. Je nach Einzelfall kann auch eine Überweisung in eine psychiatrische Klinik notwendig sein.

3. Ein Psychiater oder Psychotherapeut konsultieren

Menschen mit psychischen Problemen können sich mit einer ärztlichen Diagnose an einen Psychiater oder Psychotherapeut wenden. Auch ohne Diagnose können sie eine psychotherapeutische Sprechstunde aufsuchen. Jeder niedergelassene Psychotherapeut ist verpflichtet, Sprechstunden für Therapiesuchende anzubieten.

Krise und Beratung

Rettungsleitstelle: Tel. 112 und **Polizei:** Tel. 110

Sozialpsychiatrischer Dienst: Tel. 0341 9999 0001 (Mo bis Fr 08:00 – 19:00 Uhr)

Ärztl. Bereitschaftsdienst und Terminservicestelle (Psychotherapie): Tel. 116 117

Demenzfachberatungsstelle: Tel. 0341 123 4510 (Die 09:00 – 12:00 Uhr)

Pflegeberatung: Über Ihre Pflegekasse (diese ist an Ihre Krankenkasse angegliedert)

Psychiatrische Notaufnahme: Die Vorstellung in der nächsten psychiatrischen Klinik ist jederzeit ohne Termin möglich.



Mehr Informationen dazu:
www.sozialpsychiatrie-in-sachsen.de/gepsy



Stadt Leipzig

**Beratungsunterstützung
für ältere psychisch
kranke Menschen und
deren Angehörige**



Hilfe und Unterstützung im Pflegefall

Pflegesituationen treten oft unverhofft auf und bringen erhebliche Herausforderungen für alle Beteiligten mit sich. Plötzlich gilt es, die Versorgung der Betroffenen zu organisieren – was eine große Verantwortung mit sich bringt und bei der viele Fragen auftreten. Dieser Leitfaden soll Ihnen helfen eine Übersicht zu erhalten, um die richtigen Ansprechpartner zu finden, und um bei wichtigen Punkten ihren Angehörigen Unterstützung zu kommen zu lassen.

Wo befindet sich ihr/e Angehörige/r derzeit?

Ort	AnsprechpartnerInnen
Krankenhaus	Sozialdienst im Krankenhaus
Häuslichkeit	PflegeberaterInnen der Pflegekassen Seniorenbüros Bürgertelefon zur Pflegeversicherung: Tel. 030 / 340 60 66 – 02 HausärztIn, PsychotherapeutIn, Fachärzte: Tel. 116 117 Sozialpsychiatrischer Dienst: Tel. 0341 9999 0001 Behördennummer: Tel. 115 Demenzfachberatungsstelle: Tel. 0341 123-4510

Anlaufkontakte in der Pflegeberatung

Zentrale Fachstellen Ihrer Kranken- und Pflegeversicherung

AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen
Tel. 0800 1059000 | E-Mail: service@plus.aok.de

IKK classic
Tel. 0341 4822-50 | ikk-classic.de

Barmer
Tel. 0800 3331010 | E-Mail: service@barmer.de

KKH – Kaufmännische Krankenkasse
Tel. 0341 2307430 | E-Mail: leipzig@kkh.de

BKK Landesverband Mitte
Tel. 0351 43713 14 | bkkmitte.de/
krankenversicherung-und-pflege

Knappschaft
Tel. 08000 200 501 | knappschaft.de/
pflege/pflege.html

BKK-VBU
Tel. 0341 2504220 | pflege@bkk-vbu.de

Techniker Krankenkasse
Tel. 040 460661600 | E-Mail: pflege@tk.de

DAK Gesundheit
Tel. 0341 9264060 | E-Mail: service@dak.de

Spectrum K (Vermittlung der Pflegeberat.)
Tel. 0800 – 7237 267 |
E-Mail: pflegeberatung@spectrumK.de

hkk – Handelskrankenkasse
Tel. 0421 36551799 | E-Mail: pflegeberatung@hkk.de

COMPASS (Für Privatversicherte)
Tel. 0800 1018800 | E-Mail: info@compass-pflegeberatung.de

Das neue Gerontopsychiatrische Netzwerk Leipzig (Gepsy) ist ein Zusammenschluss von Einrichtungen aus den Bereichen Gerontopsychiatrie, Behandlung, Pflege und Seniorenarbeit und setzt sich in enger Zusammenarbeit mit der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft Gerontopsychiatrie der Stadt Leipzig für eine verbesserte Versorgung und Kooperation aller beteiligten Akteure in der Behandlung und Beratung von älteren psychisch kranken und pflegebedürftigen Menschen ein. Die Verbundpartner vernetzen ihre Angebote, um den Betroffenen und deren Angehörige mehr Selbstbestimmungs- und Gestaltungsmöglichkeiten zu bieten und Potenziale und Probleme zu analysieren und entsprechende Handlungsmöglichkeiten umzusetzen.

Zur Koordination wurde seit März 2024 beim Sozialpsychiatrischen Dienst der Stadt Leipzig, in Trägerschaft des Klinikums St. Georg gGmbH, eine Netzwerkstelle geschaffen, die aus Mitteln der sozialen und privaten Pflegeversicherungen gefördert wird.

Unsere Checkliste soll sie bei der Versorgung von Angehörigen und der Einrichtung notwendiger Hilfen unterstützen

Vollmacht: Vorsorge- oder Betreuungsvollmacht

Zeit für die Organisation der Pflege: Freistellung vom Beruf bis zu 10 Tage

Antrag auf Leistungen: Antrag auf Anerkennung der Pflegebedürftigkeit (Pflegegrad), Antrag auf soziale Leistungen

Organisation der Versorgung Zuhause: Pflege durch Angehörige (Pflegegrad), ambulanter Pflegedienst, Tagespflege/Nachtpflege, Essen auf Rädern, Nachbarschaftshelfer, Haushalthilfe, Pflegehilfsmittel, Hausnotruf, Pflegezeit für Angehörige

Alternative Möglichkeiten: Kurzzeitpflege (wenn der Pflegegrad bereits vorliegt), Reha, Pflegeheim, Intensivpflege, Demenz-WG, Hospizdienst

Ergänzende Angebote zur Unterstützung Pflegenden Angehöriger:

Pflegekurse, Selbsthilfegruppen

Mehr Zeit für die wichtigen Dinge

Sie können Ihren Alltag nicht mehr alleine bewältigen und suchen eine kostenfreie und trägerneutrale Beratung? Nutzen Sie die Pflegeberatung Ihrer Kranken- und

Pflegeversicherung und Informieren Sie sich zu landesweiten Angeboten und Beratungsstellen in Ihrer Wohnortnähe über die **Pflegedatenbank Sachsen:** www.pflegenetz.sachsen.de/pflegedatenbank

