



## LŮŽKOVÉ ODDĚLENÍ ŽENY

### NEJČASTĚJŠÍ DOTAZY A DALŠÍ INFORMACE

#### **Komu můžeme pomoci?**

Ženám starším 18 let se závislostí na jakékoliv návykové látce (alkohol, návykové léky, ilegální drogy), případně v kombinaci s další psychickou poruchou (poruchy příjmu potravy, afektivní a úzkostné poruchy), které mají zájem se léčit.

#### **Jak je léčba hrazena?**

Z prostředků zdravotního pojištění s tím, že dlouhodobě užívané léky si na dobu léčby pacientka zajistí po domluvě se svým praktickým lékařem nebo příslušným specialistou. Je možné i hrazení léčby přímou platbou.

#### **Jak dlouhá je léčba?**

První léčba pacientky na našem oddělení (tzv. základní léčba) trvá zpravidla 17 týdnů, na návrh lékaře či na žádost pacientky může být prodloužena, v indikovaných případech může být léčba rozdělena do několika etap. Po ukončení léčby doporučujeme pacientkám k udržení a rozvíjení dosažených změn doléčovací program, který zahrnuje ambulantní doléčovací programy (skupiny, klub, individuální terapie) a týdenní pobytové programy (na oddělení nebo ve středisku v přírodě) v postupně se prodlužujících intervalech.

V případě recidivy užívání návykových látek po skončení léčby může být pacientka přijata k další hospitalizaci, jejíž délka je individuální. Pacientky, které spolupracují v doléčovacím programu, jsou v případě recidivy přijímány okamžitě bez ohledu na obsazenost oddělení. Pacientky, které léčbu nedokončily, nebo se nedoléčují, jsou v případě recidivy přijímány po řádném objednání a je jim přidělen termín nástupu dle obsazenosti oddělení.

#### **Je možné z léčby odejít dříve?**

Léčba je dobrovolná, ale předčasným ukončením ztrácí svoji účinnost. Pacientka, která dokončí základní léčbu a setrvá tři roky v doléčovacím programu, má 80 - 90% naději na udržení trvalé abstinence od návykových látek a na zásadní zlepšení kvality života (včetně zlepšení rodinných vztahů, profesního a osobního rozvoje). Pacientka, která nedokončí ústavní léčbu, má naději na udržení dlouhodobé abstinence menší než 10 %.

#### **Jak vypadá léčebný program?**

Program léčby je vystaven tak, aby za příznivých podmínek vystavil pacientky situacím, které neuměly v minulosti zvládat, pomohl jim porozumět jejich selhávání a nacvičit adaptivnější způsoby chování. Zahrnuje psychoterapii, ergoterapii, léčebný tělocvik, relaxační techniky, přednášky a studium odborné literatury. Základem psychoterapie je komunitní a skupinová psychoterapie, doplněná individuální psychoterapií a prací s deníkem. Léčebný režim vede pacientky k tomu, aby při vynaložení určitého úsilí za pomoci terapeuta využily léčebný program k dosažení dobrého psychického a fyzického stavu. V indikovaných případech je používána farmakoterapie.

#### **Jaká je možnost kontaktu s rodinou?**

V prvních třech týdnech pobytu je možný pouze písemný kontakt. Od třetího víkendu v léčbě je možno telefonovat z telefonního automatu na oddělení a přijímat návštěvy (návštěvní doba je sobota 13.00 – 16.30, neděle 10.00 – 16.30). Používání mobilního telefonu a návštěvy mimo uvedenou dobu jsou nepřijatelné z důvodů zajištění klidu pacientek k soustředění na léčbu. Od 6. víkendu pobytu jsou při splnění podmínek režimu možné víkendové propustky.



### **Je možné a vhodné, aby se do léčby zapojila rodina?**

Spolupráce rodiny v léčbě zvyšuje efektivitu léčby. K přijetí v léčbě doporučujeme přijít v doprovodu blízké osoby (partner, rodič, dospělé dítě), která při pohovoru s psychologem oddělení dostane základní informace o systému léčby a o možnostech zapojení rodiny do léčebného procesu. Z nich nejvýznamnější je možnost týdenní rodinné terapie s pobytem rodinného příslušníka na oddělení v posledním měsíci léčby (v rámci nemocenského pojištění).

### **Co mít s sebou?**

Osobní prádlo a toaletní potřeby na dobu nejméně tří týdnů, pracovní oděv a obuv, pracovní rukavice, noční úbor, sportovní oděv (tepláky, tenisky, v létě tričko, krátké legíny), vycházkový oděv a obuv, domácí oděv a obuv, svátečnější oděv a obuv, toaletní papír, psací potřeby, náramkové hodinky, hrneček, utěrka, telefonní karta, župan, ramínka. Na oddělení je k použití pračka, přineste si vlastní prací prostředek. V rámci léčby je možné koupit si hygienické potřeby, ovoce a zeleninu.

### **Co s sebou nenosit?**

Kosmetické přípravky a potraviny s obsahem alkoholu, cenné předměty, větší částky peněz, mobilní telefon a jiné elektronické přístroje. Zakázáno vnášení zbraní a návykových látek, vyjma cigaret v originálním balení.

### **Musím na detox?**

Pobyt na detoxifikační jednotce je nutný při užívání nelegálních návykových látek a léků se závislostním potenciálem, v případě užívání alkoholu v případě zdravotní indikace po dohodě na informačním pohovoru.

### **Jak se objednat k léčbě?**

Nejvýhodnější forma objednání je přijít osobně (možno v doprovodu blízké osoby) kterýkoliv čtvrtek v 16 hodin na informační pohovor (Apolinářská 4, v průchodu vpravo; v čekárně v přízemí vyčkat příchodu personálu). Na pohovoru Vám naše terapeutka zodpoví Vaše dotazy ohledně léčby a vydá Vám písemné informace o podmínkách léčby s termínem nástupu, informacemi o potřebných vyšetřeních a orientačním seznamem vybavení do léčby.

Uvažujete-li o léčbě, můžete se také zúčastnit doléčovací skupiny, vedené vedoucí lékařkou a supervizorem našeho oddělení, která se schází každý čtvrtek od 16.15 do 17.30 v učebně v přízemí našeho oddělení. Na tomto programu se schází abstinující pacientky, které se léčily na našem oddělení i ty, které se na ni připravují, popřípadě jejich blízcí. K účasti na skupině není nutné žádné doporučení, je možno se zúčastnit i pasivně – pouze naslouchat zkušenostem ostatních. Na skupině můžete získat podrobnější informace o léčbě od terapeutů a zejména od těch nejpovolanějších – od pacientek, které léčbu prodělaly. Podmínkou vstupu je střízlivost.

**Pro pacientky, které se nemohou na informační pohovor nebo doléčovací skupinu dostavit, je možné se objednat k léčbě telefonicky (Mgr. Anna Vondrová, tel. 224 968 223, 224 968 201) nebo prostřednictvím e-mailu [apolinar.zeny@vfn.cz](mailto:apolinar.zeny@vfn.cz).** Informace o podmínkách léčby s termínem nástupu atd. jsou v tomto případě zaslány běžnou nebo elektronickou poštou.

Na spolupráci s Vámi, kteří jste se rozhodli řešit své problémy s naší pomocí, se těší zkušený terapeutický tým v čele s vedoucí lékařkou MUDr. Olgou Pecinovskou a supervizorem Jiřím Hellerem.