

10 viktige anbefalinger du bør kjenne til

[Anbefalinger hentet fra "Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med samtidig ruslidelse og psykisk lidelse – ROP-lidelser".]

Innhold

● Individuell plan	[Anbefaling 3]	8
● Pårørende	[Anbefaling 7]	10
● Psykisk helse	[Anbefaling 17]	12
● Arbeid og utdanning	[Anbefaling 24]	14
● Egne ressurser	[Anbefaling 37]	16
● Oppfølging	[Anbefaling 44]	18
● Bostedsløs	[Anbefaling 47]	20
● Psykose	[Anbefaling 60]	22
● Samordnet inntak	[Anbefaling 75]	24
● Samarbeid	[Anbefaling 86]	26

[Anbefalingene er hentet fra "Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med samtidig ruslidelse og psykisk lidelse – ROP-lidelser".]

Utgitt av: Helsedirektoratet, Avdeling for psykisk helsevern og rus
Pb. 7000 St. Olavs plass, 0130 Oslo • Tlf. 810 20 050 • www.helsedirektoratet.no

Utviklet av: Kompetansesenter rus – region øst og Nasjonal kompetansetjeneste samtidig rus- og psykisk lidelse. E-post: post@ropbruker.no

Design/førtrykk: Sykehuset innlandet HF **Foto:** Sidsel Andersen

Trykk: Møklegaard Print Shop AS **Opplag:** 20.000 eks.

1. utgave, mars 2012. **Publikasjonsnummer:** IS-0352

Brosjyren kan bestilles hos: Helsedirektoratet v/trykksakekspedisjonen
E-post: trykksak@helsedir.no (oppgi publikasjonsnummer IS-0352)

Forord

Denne brosjyren er laget for deg som har både et rusproblem og en psykisk lidelse. Hvordan bør slike problemer undersøkes og behandles? Hvordan bør de følges opp? Dette er viktige spørsmål som vi ønsker å hjelpe til med å besvare.

Brosjyren er resultatet av et samarbeid. Helsedirektoratet, KoRus-Øst, Nasjonal kompetansetjeneste ROP og flere av bruker- og interesseorganisasjonene innenfor rus- og psykisk helsefeltet har bidratt fra hver sin side. Organisasjonene har valgt ut ti anbefalinger fra en ny retningslinje som de mener er svært viktige. Anbefalingene finner du i heftet.

I brosjyren finner du ut hvem det er i hjelpeapparatet som bør følge disse anbefalingene. Derfor håper vi at brosjyren er nyttig og informerende for deg som sliter med rus og psykiske plager og som trenger behandling og oppfølging.

Oslo i mars 2012
Bjørn-Inge Larsen
Helsedirektør

Litt om retningslinjen og anbefalinger

I Norge er det Helsedirektoratet som utarbeider retningslinjer innen ulike områder av helse, omsorg og sosialtjenesten. Retningslinjer lages for å øke kvaliteten på de tjenestene hjelpe- og behandlingsapparatet skal gi.

Anbefalinger – hva er nå det?

En retningslinje er på mange måter anbefalinger og råd til de som skal gi slike tjenester. De ansatte i hjelpeapparatet må ofte gjøre mange avveininger for å gi deg et godt tilbud. Slike anbefalinger kan hjelpe dem med det.

Anbefalinger i en retningslinje er ganske styrende for hva folk i hjelpeapparatet skal gjøre. Men vær klar over at *anbefalinger* nettopp er anbefalinger. Folk som arbeider i hjelpeapparatet, *må* nødvendigvis ikke følge dem slavisk. Allikevel må de være forberedt på å begrunne valg som tydelig avviker fra anbefalinger i en retningslinje.

Hvem er målgruppen for denne retningslinjen?

Målgruppen til denne retningslinjen er mennesker med alvorlige og mindre alvorlige rusproblemer som samtidig har et alvorlig eller mindre alvorlig psykisk problem. Retningslinjen definerer målgruppen som personer med *ROP-lidelser* (samtidig ruslidelse og psykisk lidelse).

Både diagnoser og hvordan personen fungerer i hverdagen skal vektlegges når hjelpeapparatet skal vurdere grad av alvorlighet.

Hvem i hjelpeapparatet retter den seg mot?

Retningslinjen er i første rekke laget for de som arbeider med personer/pasienter med både rusproblemer og psykiske problemer. Dette gjelder særlig:

- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Fastleger
- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og TSB innen spesialisthelsetjenesten

Dette vil for eksempel være ansatte i polikliniske enheter, akuttpsykiatriske sengeposter, andre døgnavdelinger og rusbehandlingsinstitusjoner. (TSB er en forkortelse for Tverrfaglig Spesialisert rusBehandling).

- Helsepersonell og øvrige ansatte i fengslene

Hva gir retningslinjen anbefalinger om?

Retningslinjene inneholder til sammen 93 anbefalinger. Den gir anbefalinger om:

- Brukermedvirkning
Hvordan man kan være med å bestemme når en behandling planlegges og gjennomføres?
- Undersøkelser eller utredning
Hvordan kan det gjøres på en god måte?
- Behandlingsmetoder og oppfølging
Hvilke metoder bør brukes og hvordan kan dette organiseres?
- Hvordan kan man fordele ansvar mellom kommunen eller NAV og helseforetak?
- Hvordan kan ansvar og roller fordeles innad i det enkelte helseforetak?
- Hvordan sørge for god samhandling mellom kommune/NAV og helseforetakene?

Hva gir den ikke anbefalinger om?

- Behandling og oppfølging av personer under 18 år
- Behandling av *bestemte* ruslidelser og psykiske lidelser
- Alternative behandlingsformer
- Behandling med medisiner blir kun kort omtalt

Til slutt

Alle anbefalingene i denne brosjyren er kanskje ikke aktuelle for deg. Ditt tilfelle eller din situasjon behøver ikke være helt som andres som også sliter med rus og psykiske problemer.

Det kan være at du mener at den oppfølging eller den behandling du får, ikke er i tråd med anbefalingene i brosjyren. I så fall bør du ta opp dette med de fagfolkene du er i kontakt med.

Du kan også henvende deg til en pasientrådgiver på telefon:

800 41 004 (Fritt sykehusvalg Norge sin telefontjeneste)


Mer informasjon

- Det er laget en nettversjon av brosjyren. Der finner du utfyllende informasjon om anbefalingene. Der kan du også lage din egen liste med aktuelle spørsmål du vil stille når du møter ansatte i helse- og sosialtjenesten. Listen kan du også sende gratis til din mobil – så har du den klar når som helst.

www.ropbruker.no

- Hvis du ønsker å se alle anbefalingene, finner du en elektronisk fullversjon av retningslinjen her:

www.helsebiblioteket.no/Retningslinjer/ROP



”Bruk av individuell plan er viktig fordi brukere som medvirker i planer og oppfølging av tjenester er bedre i stand til å mobilisere egne ressurser, samtidig som man sikres et helhetlig, tverrfaglig og koordinert tilbud.”

Mental Helse

Individuell plan

Individuell plan bør utvikles for den enkelte som et middel til brukermedvirkning. [Anbefaling 3]


Denne anbefalingen vil være aktuell for

Alle fagfolkene i hjelpeapparatet har en selvstendig plikt til eventuelt å igangsette arbeid med en individuell plan. Kommunen eller NAV har ansvaret for å utarbeide planen sammen med deg og koordinere arbeidet hvis du trenger hjelp fra både kommunen/NAV og spesialisthelsetjenesten.

Aktuelle spørsmål 

- Kan du forklare litt bedre hva en individuell plan er for noe?
- Har jeg krav på en slik plan?
- Hva er en ansvarsgruppe?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.

A photograph of a man and a woman walking away from the camera down a dirt path lined with large, leafy trees. The path leads towards a green lawn in the distance. The scene is bright and sunny, with shadows cast by the trees onto the path.

”Ved å gi pårørende, barn og voksne, et reelt hjelpetilbud ser vi den enkelte som en ressurs i eget og andres liv. Det betyr noe.”

Organisasjonene: Barn av rusmisbrukere • voksne for barn

Pårørende

Nære pårørende (voksne og barn) bør kartlegges med tanke på egne hjelpebehov og få tilbud om nødvendige støttetilbud uavhengig av behovene til den enkelte bruker. [Anbefaling 7]

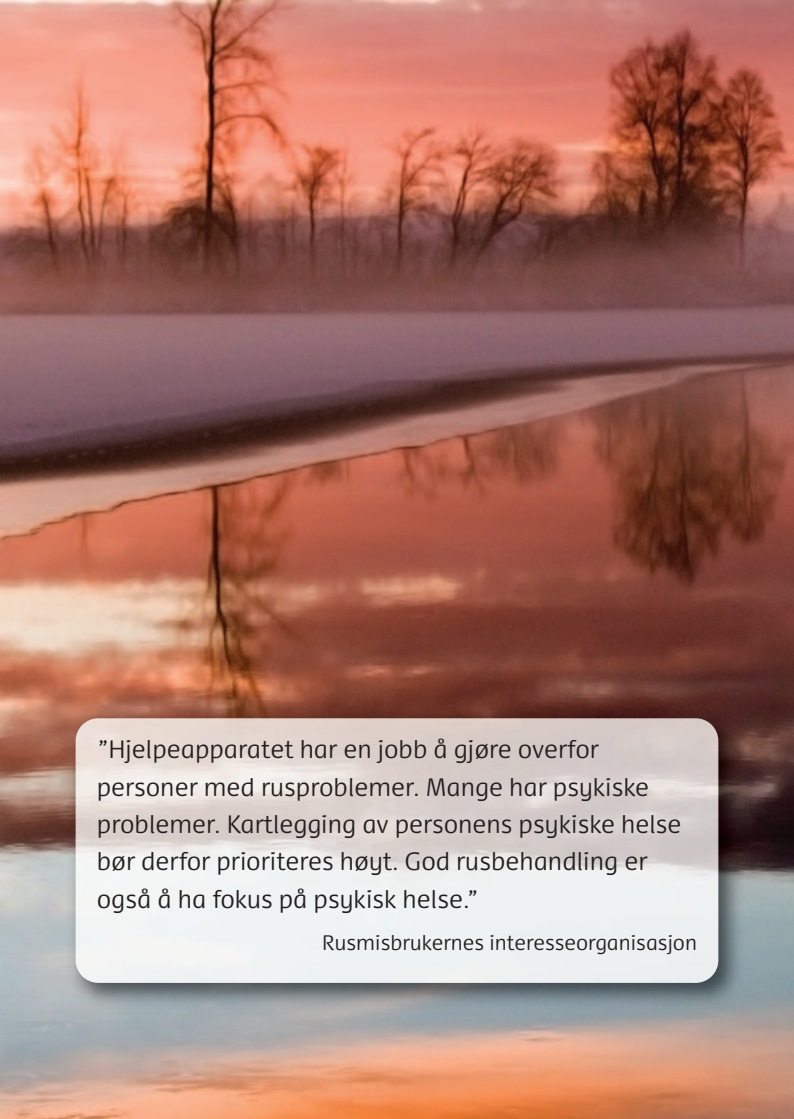
Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Barnevern
- Fastleger
- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helsepersonell og øvrige ansatte i fengslene

Aktuelle spørsmål 

- Kan mine pårørende få oppfølging fra dere eller noen andre?
- Finnes det en selvhjelpsgruppe for pårørende i nærheten?
- Hvordan undersøker dere situasjonen til barna mine?
- Har dere en barneansvarlig?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.



”Hjelpeapparatet har en jobb å gjøre overfor personer med rusproblemer. Mange har psykiske problemer. Kartlegging av personens psykiske helse bør derfor prioriteres høyt. God rusbehandling er også å ha fokus på psykisk helse.”

Rusmisbrukernes interesseorganisasjon

Psykisk helse

Når en person som er i kontakt med hjelpeapparatet har rusmiddelproblemer, må psykisk helse kartlegges. [Anbefaling 17]


Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Fastleger
- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Helsepersonell og øvrige ansatte i fengslene

Aktuelle spørsmål 

- Hvordan undersøker dere om man har psykiske problemer?
- Spør dere om man bruker rusmidler?
- Hvis dere finner ut at man ruser seg eller sliter psykisk – hva skjer da?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.

A photograph of a park in autumn. The ground is covered with fallen yellow leaves. Several large trees with thick trunks stand in the foreground and middle ground. The leaves on the trees are a mix of green and yellow. In the background, a grassy area and a fence are visible. A person with blonde hair, wearing a dark coat, is walking from left to right in the lower-left part of the image, slightly out of focus.

”Ordinært arbeid og ønsket aktivitet er vår aller viktigste arena for personlig, sosial og faglig utvikling – noe som øker forutsetningene for å lykkes i rehabilitering. Tett oppfølging og coaching underveis kan være et suksesskriterie.”

REHABpiloten

Arbeid og utdanning

Det bør gjøres en kartlegging av personens erfaring og motivasjon for utdanning og arbeid i tillegg til funksjonsevne og mestring. [Anbefaling 24]

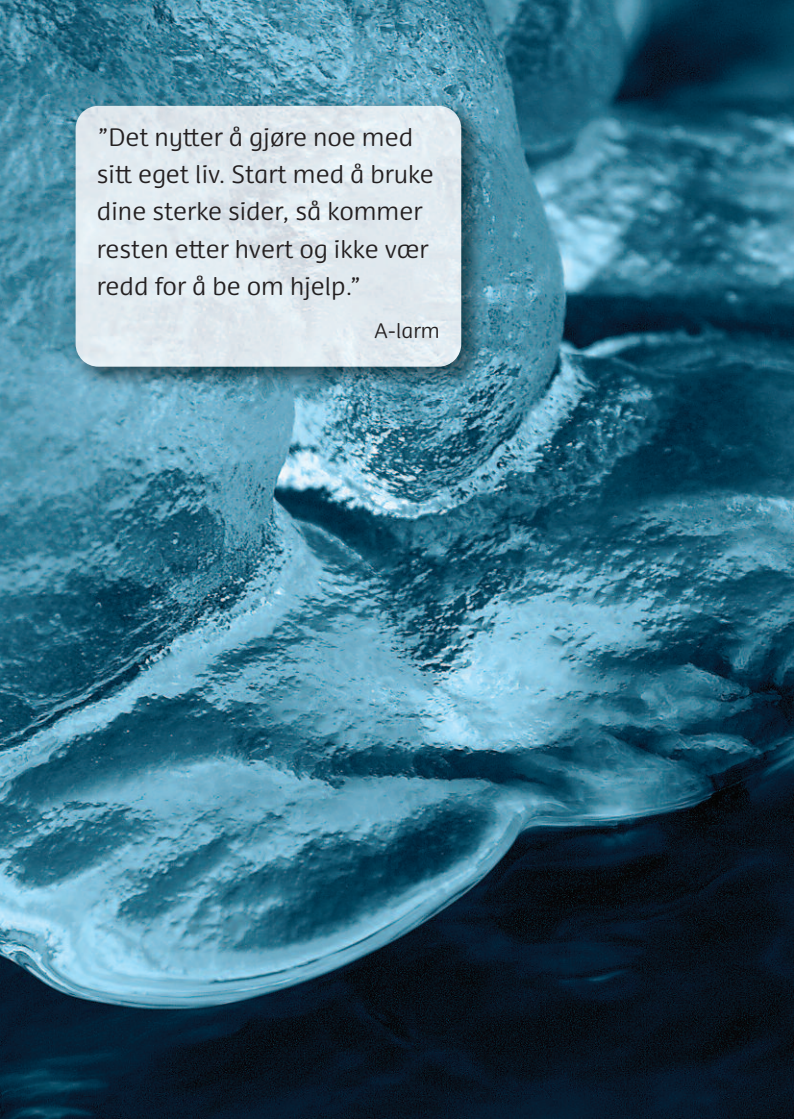
Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Fastleger
- Helsepersonell og øvrige ansatte i fengslene

Aktuelle spørsmål 

- Hvordan kan dere hjelpe meg med å ta utdanning eller få jobb?
- Hvordan kartlegger dere hva jeg eventuelt trenger av tilrettelegging?
- Har jeg rett på arbeid eller utdanning?
- Hva finnes av muligheter for meg?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.



”Det nytter å gjøre noe med sitt eget liv. Start med å bruke dine sterke sider, så kommer resten etter hvert og ikke vær redd for å be om hjelp.”

A-larm

Egne ressurser

Personens egne ressurser må støttes under hele behandlingsforløpet på en slik måte at livskvalitet bedres. [Anbefaling 37]

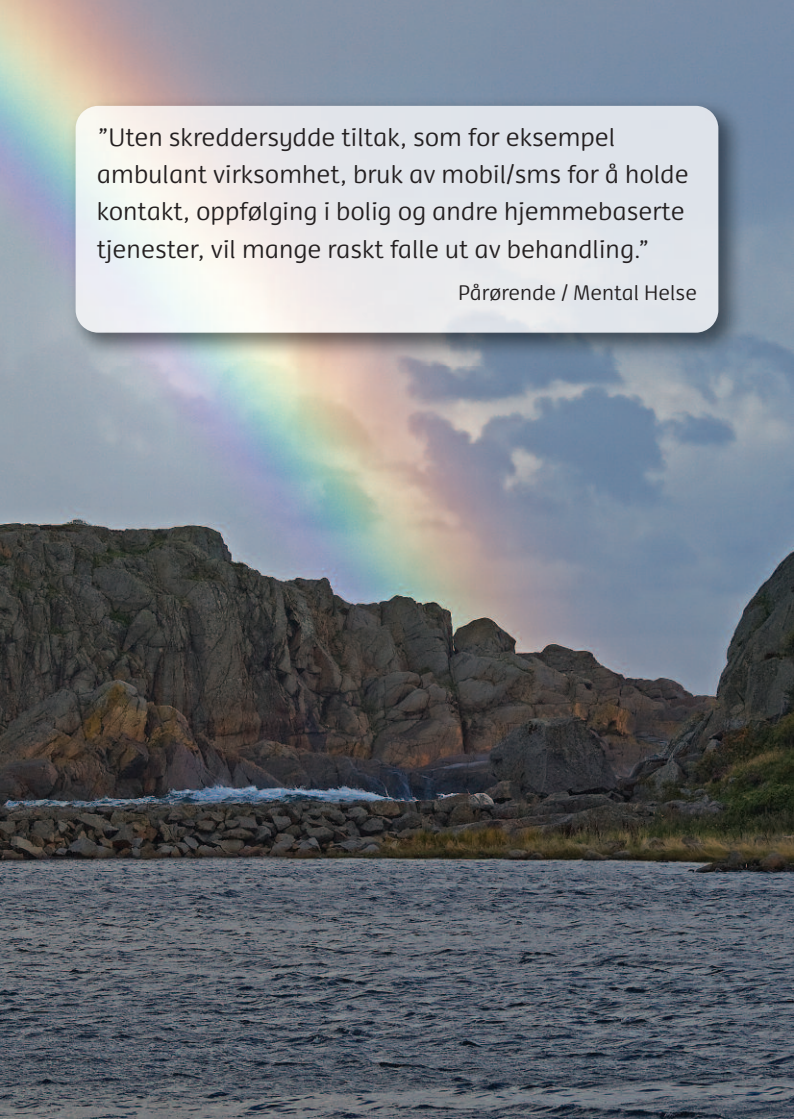
Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Fastleger

Aktuelle spørsmål 

- Hvordan kan jeg bruke mine sterke sider positivt?
- Hva er en behandlingsplan?
- Fins det noen brukerstyrte tilbud her omkring – eller noen selvhjelpsgruppe?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.

A scenic landscape featuring a vibrant rainbow arching over a rocky coastline. The foreground is filled with dark, choppy water. The middle ground shows rugged, grey and brown rock formations along the shore. The sky is a mix of blue and grey, with the rainbow's colors clearly visible. A white rounded rectangle is overlaid on the top left, containing text.

”Uten skreddersydde tiltak, som for eksempel ambulant virksomhet, bruk av mobil/sms for å holde kontakt, oppfølging i bolig og andre hjemmebaserte tjenester, vil mange raskt falle ut av behandling.”

Pårørende / Mental Helse

Oppfølging

Det må sikres at personer får tilfredsstillende oppfølging for å ivareta kontinuitet og unngå brudd i behandlingen. Dette gjelder også ved alle utskrivelser fra døgnbehandling. [Anbefaling 44]


Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Fastleger
- Helsepersonell og øvrige ansatte i fengslene

Aktuelle spørsmål 

- Hva gjør dere hvis pasienter ikke møter til avtaler eller ser ut til å droppe ut?
- Kan du fortelle meg litt om hvordan dere jobber ambulant?
- Hva skjer hvis jeg ruser meg under behandlingen?
- Hvordan samarbeid dere med andre instanser i hjelpeapparatet?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.

A landscape photograph showing a white house with a red roof on a grassy hill. The sky is filled with large, white, fluffy clouds, and the foreground is a field of dry, golden-brown grass. The overall scene is peaceful and rural.

”Å kunne bo trygt er et menneskelig behov som gir verdighet. En bolig er det første som må være på plass i et rehabiliteringsløp og derfor må satsingen på det boligsosiale arbeidet styrkes.”

ProLAR

Bostedsløs

Dersom en person er bostedsløs ved innleggelse, må institusjon og kommune sammen begynne arbeidet med å finne bolig. [Anbefaling 47]

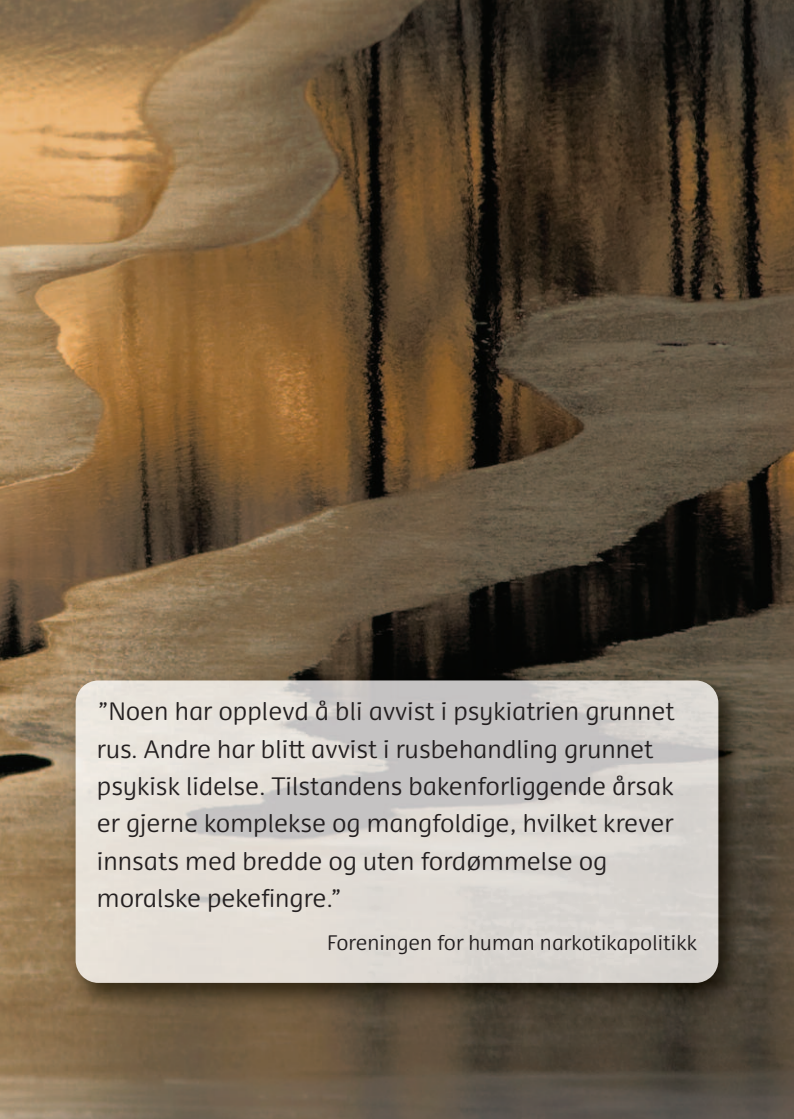
Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Fastleger

Aktuelle spørsmål 

- Hvordan jobber dere med boligsituasjonen til de som er innlagt hos dere?
- Samarbeider dere med andre om dette?
- Hvilke rettigheter har jeg i forhold til bolig – og oppfølging i bolig?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.



”Noen har opplevd å bli avvist i psykiatrien grunnet rus. Andre har blitt avvist i rusbehandling grunnet psykisk lidelse. Tilstandens bakenforliggende årsak er gjerne komplekse og mangfoldige, hvilket krever innsats med bredde og uten fordømmelse og moralske pekefinger.”

Foreningen for human narkotikapolitikk

Psykose

Personer med akutte psykoser skal ha rett til behandling i psykisk helsevern, uavhengig av om lidelsen er rusutløst eller ikke. [Anbefaling 60]

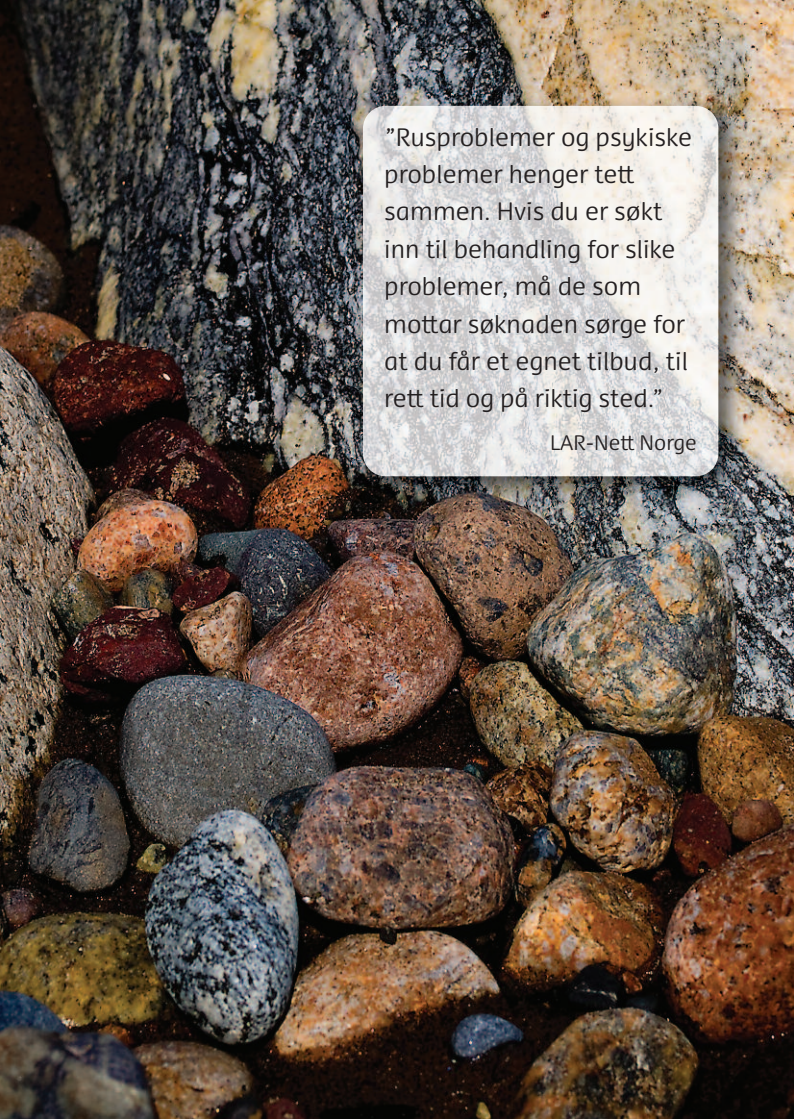
Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten (særlig vaktleger)
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Fastleger/Legevaktsentraler

Aktuelle spørsmål 

- Sykehuset har vel plikt til å ta inn personer med rusutløste psykoser?
- Hvordan følger dere opp en person som har vært innlagt med en slik psykose?
- Hva bør man være oppmerksom på hvis man har hatt en rusutløst psykose?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.



”Rusproblemer og psykiske problemer henger tett sammen. Hvis du er søkt inn til behandling for slike problemer, må de som mottar søknaden sørge for at du får et egnet tilbud, til rett tid og på riktig sted.”

LAR-Nett Norge

Samordnet inntak

Helseforetaket bør samordne vurderinger og inntak for at pasienter med samtidig ruslidelse og psykisk lidelse får et samordnet og integrert behandlingstilbud. [Anbefaling 75]

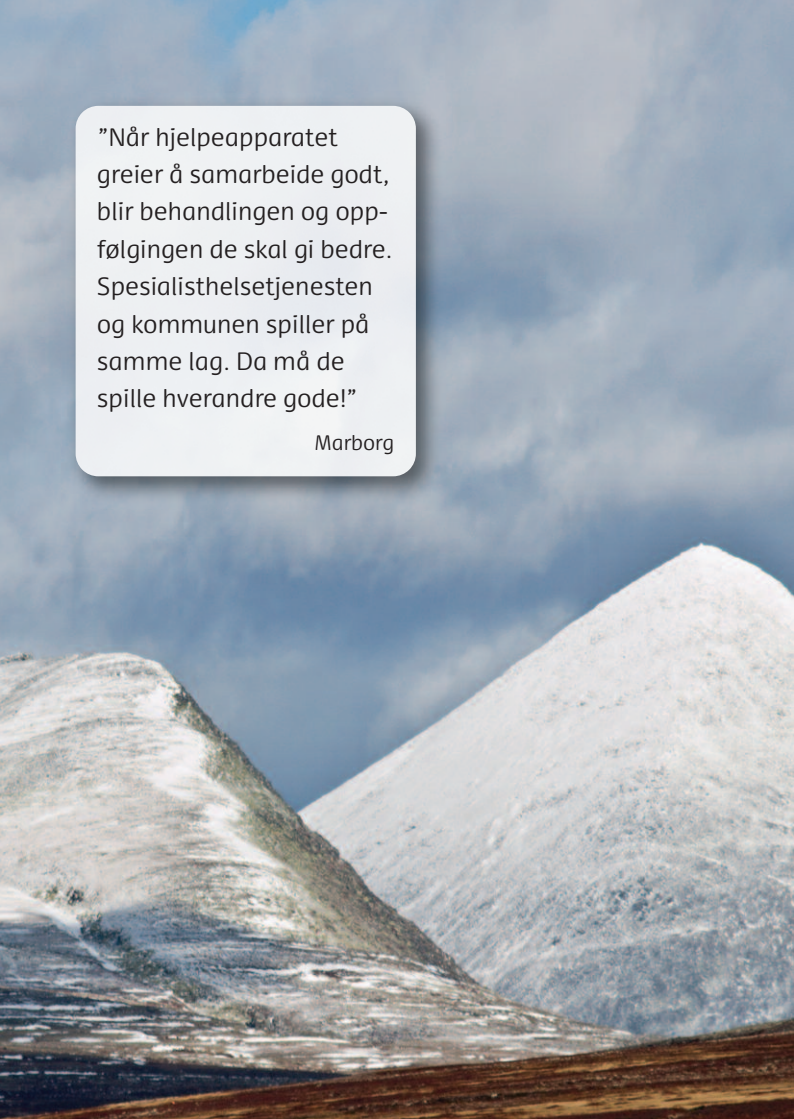
Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Ledelsen i helseforetaket
- Ledelsen i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten

Aktuelle spørsmål 

- Har dere et system for å samordne vurderinger og inntak?
- Hva betyr det at behandlingstilbudet er "integrert og samordnet"?
- Hva skjer hvis dere er uenige om hvem som skal gi meg et tilbud om behandling?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.



”Når hjelpeapparatet greier å samarbeide godt, blir behandlingen og oppfølgingen de skal gi bedre. Spesialisthelsetjenesten og kommunen spiller på samme lag. Da må de spille hverandre gode!”

Marborg

Samarbeid

Behandling av personer med samtidig ruslidelse og psykisk lidelse innenfor helseforetakene må skje i aktivt samarbeid med kommunene både før, under og etter behandling i spesialisthelsetjenesten. Dette gjelder også for institusjoner uten drifts-avtale med helseforetakene [Anbefaling 86]

Denne anbefalingen vil være aktuell for

- Helse- og sosialfaglig personell i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling innen spesialisthelsetjenesten
- Ansatte i NAV og sosialtjeneste
- Helse- og sosialfaglig personell i kommunehelsetjenesten
- Fastleger

Aktuelle spørsmål 

- Hvordan samarbeider dere med hjelpeapparatet i kommunen min?
- Samarbeider dere om å lage en individuell plan?
- Hva er et oppsøkende samhandlingsteam?
- Har dere et slikt team, eller har dere planer om å opprette det?

På www.ropbruker.no finner du mer informasjon om denne anbefalingen.



Hvis du trenger å snakke med noen, ring:

- **Rustelefonen 08588**
- **Mental Helse Hjelpetelefonen 116 123**

Denne brosjyren ligger også på nettet her:

- **www.ropbruker.no**