ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
& ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΑΣΘΕΝΩΝ
ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΟΥ 107-109 – Τ.Κ. 54627 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
ΤΗΛ.: 2310 511.431, 511.207 - FAX: 2310 502.691 - e-mail: epsyka@otenet.gr

Εξ αποστάσεως υπηρεσίες σε χρόνιους ψυχωσικούς ασθενείς η εμπειρία των Κέντρων Ημέρας και των κινητών μονάδων.

ΚΑΒΑΔΑΤΟΣ ΑΛΕΞΙΟΣ
Msc Κλινικός Ψυχολόγος

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΧΡΟΝΙΟΥΣ ΨΥΧΙΚΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

- Σύμφωνα με το ΠΟΥ το 93% των χωρών αναφέρουν ότι η πανδημία έχει επηρεάσει αρνητικά τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας
- Οι χρόνιοι ψυχικά ασθενείς είναι στις ομάδες του πληθυσμού που επηρεάστηκαν περισσότερο από την πανδημία

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΧΡΟΝΙΟΥΣ ΨΥΧΙΚΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

ΚΑΒΑΔΑΤΟΣ ΑΛΕΞΙΟΣ

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΧΡΟΝΙΟΥΣ ΨΥΧΙΚΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

- Μη πρόσβαση στις υποστηρικτικές δομές
- Διαταραχή της καθημερινής ρουτίνας
- Κοινωνική απομόνωση
- Αποκοπή από το υποστηρικτικό δίκτυο
- Δυσκολία πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας
- Έκθεση σε αγχογόνες καταστάσεις
- Ενίσχυση παραληρητικών πεποιθήσεων

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΧΡΟΝΙΟΥΣ ΨΥΧΙΚΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

- ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ
- ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ
- ΑΥΞΗΣΗ ΤΩΝ ΥΠΟΤΡΟΠΩΝ
- ΑΡΓΟΡΟΠΟΡΗΜΕΝΗ ΡΥΘΜΙΣΗ ΑΓΩΓΗΣ
- ΑΝΘΥΓΙΕΙΝΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ

ΝΕΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ

- Πώς να δημιουργηθεί μία σταθερή καθημερινή ρουτίνα
- Πώς να γεμίσει η μέρα
- Πώς να αντιμετωπίζουμε την κατάσταση
- Πώς να φροντίζουμε την ψυχική και σωματική υγεία

ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

- Προέκυψαν από την ανάγκη λόγω των περιοριστικών μέτρων πρόληψης της διασποράς
- Τηλεφωνική υποστήριξη
- Υποστήριξη μέσω διαδικτύου

ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

- Αμεσότητα
- Ευκολία
- Λύση ανάγκης

- Περιορισμός στην επικοινωνία
- Δεν μπορεί να αντικαταστήσει ένα δομημένο θεραπευτικό πρόγραμμα
- Έχει κόστος
- Περιορισμένη διάρκεια

10306

- Αντιμετώπιση άγχους
- Μοναξιά
- Αγωνία
- Θέματα φαρμακευτικής αγωγής
- Πρακτικά προβλήματα
- Υποτροπή
- Αυτοκτονικότητα

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

- Πιο κοντινή συνθήκη στη δια ζώσης υποστήριξη
- Οπτική επαφή
- Ευκολία
- Λύση ανάγκης

- Περιορισμός στην επικοινωνία
- Δεν μπορεί να αντικαταστήσει ένα δομημένο θεραπευτικό πρόγραμμα
- Έχει κόστος
- Τεχνικός εξοπλισμός και γνώσεις
- Τεχνικά προβλήματα

- Έλλειψη εμπειρίας → εκπαίδευση – εποπτείες
- Δυσκολία στη χρήση εξοπλισμού → εκπαίδευση

- Ενδιαφέρον
- Συνέχιση του θεραπευτικού προγράμματος – ρύθμιση αγωγής
- Νοιάξιμο
- Αισιοδοξία
- Βοήθεια στην επίλυση πρακτικών προβλημάτων
- Αίσθηση ότι ανήκει στην ομάδα
- Τα νέα του προσωπικού και των υπολοίπων
- Εμπλοκή και υποστήριξη της οικογένειας και των οικείων
- Δυνατότητα να περάσει για μία «καλημέρα»

ΕΝΤΑΞΗ ΝΕΟΥ ΜΕΛΟΥΣ:

- Γνωριμία – λήψη intake
- Πρώτη επαφή να γίνεται δια ζώσης

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

1. Η εξ αποστάσεως υποστήριξη κράτησε τους λήπτες υπηρεσιών σε σχετικά σταθερή ψυχική κατάσταση
2. Οι λήπτες των υπηρεσιών ανταποκρίθηκαν θετικά
3. Η χρήση της τεχνολογίας είναι ένα σημαντικό όπλο το οποίο θα προστεθεί στα ήδη υπάρχοντα
4. Η εμπειρία που αποκτήθηκε στο διάστημα αυτό πρέπει να αξιολογηθεί και να χρησιμοποιηθεί