

Contact

Huisartsenpraktijk Bankras
Den Bloeyenden Wijngaerd 3 A
1183 JM Amstelveen
Telefoon: 020 - 641 25 50
praktijk@huisartsenpraktijkbankras.nl

Praktijkassistente:

Bereikbaar 8-17 uur (ma-vrij)
Afspraken maken: telefonisch 8-11 uur

Herhaalrecepten:

www.bankras.praktijkinfo.nl
of telefonisch 10-12 uur (ma-vrij)
of langskomen 8-12 uur (ma-vrij)

Praktijkondersteuner GGZ

Wat kunt u verwachten?

Praktijkondersteuner Geestelijke Gezondheidszorg

Steeds meer mensen ervaren, tijdelijk of langdurig, problemen van psychische aard. Zo kunt u last hebben van stress, somberheid, slaapproblemen, angst of lichamelijke klachten die samenhangen met spanning. Ook kunnen verschillende gebeurtenissen in uw leven zich opstapelen waardoor het u even te veel wordt. U kunt dan terecht bij de POH-GGZ. Bespreek dit met uw huisarts.

Wat kan de POH-GGZ voor u doen?

In een gesprek brengt u samen met de POH-GGZ uw problemen en wensen in kaart. De POH-GGZ helpt vervolgens bij het vinden van manieren waarop u zelf of met hulp van uw omgeving met uw problemen om kan gaan. Dit gebeurt in 5 tot 8 gesprekken van elk 30 minuten.

De POH-GGZ kan informatie geven over technieken uit bekende therapieën zoals Acceptance and commitment therapie en Cognitieve gedragstherapie zodat u daarmee kan oefenen. Ook kan hij/zij gebruik maken van het eHealth platform van Minddistrict. U krijgt dan toegang tot dit online platform waar diverse modules worden aangeboden zoals de module “minder piekeren” of “beter slapen”.

Het traject bij de POH-GGZ is kortdurend en daarom stelt de POH-GGZ zich coachend op. Dit betekent dat hij/zij u vragen stelt om u te helpen om zelf tot inzicht te komen en dat hij/zij u stimuleert om actief aan uw wensen/doelen te werken. Dit kan betekenen dat u huiswerk meekrijgt. Hoe actiever u aan de slag gaat, hoe groter de kans dat u met de gesprekken het gewenste resultaat zal bereiken en dat u ook na afsluiting van de gesprekken zelf verder kan werken aan uw herstel.

Wanneer blijkt dat een intensievere behandeling noodzakelijk is kan de POH-GGZ u verwijzen naar meer gespecialiseerde zorg. Ter overbrugging van de daaropvolgende wachtperiode kan de POH-GGZ uw steun- en contactpersoon zijn.

Beroepsgeheim en samenwerking met de huisarts

De POH-GGZ werkt in opdracht van de huisarts en heeft een beroepsgeheim. Dat betekent dat hij/zij niet met anderen behalve met de huisartsen praat over de zaken die u vertelt.

Hij/zij rapporteert in uw dossier bij de huisarts en heeft regelmatig contact met uw huisarts voor overleg.

Wat kost het?

De gesprekken vallen onder de huisartsenzorg. Er zijn voor u geen extra kosten aan verbonden. Ook uw eigen risico wordt niet aangesproken.

Afzeggen van een afspraak

Zeg uw afspraak alleen af als dit echt niet anders kan. Indien u verhinderd bent, laat dit dan minimaal 24 uur van tevoren weten aan de assistente van uw huisarts. Hoe eerder u de afspraak afzegt hoe groter de kans dat de tijd die voor u gereserveerd was nog beschikbaar gesteld kan worden voor iemand anders. Wij kunnen kosten in rekening brengen als u uw afspraak niet of te laat afzegt.