



De Wending 1



**Heilig
Hart leper**
Psychiatrisch ziekenhuis

INHOUD

1.	DE WENDING 1: opname- en behandelafdeling voor mensen met een verslavingsprobleem	4
1.	Voor wie is deze afdeling bestemd?	4
2.	Wanneer is er sprake van verslaving?	4
3.	Verloop van je behandeling.....	5-6
4.	Met wie kom je tijdens je verblijf in contact?	6-7
5.	Gebruik en bezit van alcohol, medicatie en drugs.....	7-8
6.	Vrije tijdsgebruik	8
7.	Kamer.....	8
8.	Medicatie	9
9.	Maaltijden	9
10.	Water & Koffie	9
11.	TV-kijken.....	9
12.	GSM-gebruik.....	9
13.	Wassen van kledij.....	9
14.	Roken	10
15.	Rijden met de wagen	10

De Wending 1: opname- en behandelafdeling voor mensen met een verslavingsprobleem.

1. VOOR WIE IS DEZE AFDELING BESTEMD?

De Wending 1 is een afdeling voor mensen met een verslavingsprobleem. Het kan gaan om verslaving aan alcohol, medicatie en cannabis of een combinatie van deze middelen. Behandeling van personen met een illegale drugproblematiek kan enkel kortdurend met het oog op verwijzing naar daartoe gespecialiseerde centra.

2. WANNEER IS ER SPRAKE VAN VERSLAVING?

Wanneer is er sprake van alcoholverslaving? Je raakt immers niet zomaar verslaafd. Het begint vaak heel onschuldig en soms gaan er jaren over alvorens er sprake is van een echte verslaving.

Verslaving wordt vastgesteld aan de hand van 11 criteria van de zogenaamde DSM-5. De DSM-5 is een wereldwijd gebruikt boek waarin alle psychiatrische aandoeningen beschreven staan. De DSM spreekt niet van alcoholisme of verslaving maar van “stoornissen in het gebruik van middelen” (substance abuse disorders). Een “stoornis in het gebruik van middelen” kan ontstaan door gebruik van verschillende middelen zoals alcohol, cannabis, opaten, stimulerende middelen. Voldoe je aan twee of drie criteria dan heb je een *milde* stoornis in het gebruik van

middelen. Voldoe je aan vier of vijf criteria dan is er sprake van *gematigde* stoornis en bij zes of meer symptomen is er sprake van een *ernstige* stoornis.

De 11 criteria zijn:

- Vaker en in grotere hoeveelheden gebruiken dan het plan was.
- Mislukte pogingen om te minderen of te stoppen.
- Gebruik en herstel van gebruik kosten veel tijd.
- Sterk verlangen om te gebruiken
- Door gebruik tekortschieten op het werk, school of thuis.
- Blijven gebruiken ondanks dat het problemen meebrengt in het relationele vlak.
- Door gebruik opgeven van hobby's, sociale activiteiten of werk.
- Voortdurend gebruik, zelfs wanneer je daardoor in gevaar komt.
- Voortdurend gebruik ondanks weet hebben dat het gebruik lichamelijke of psychische problemen met zich mee brengt of verergerd.
- Grotere hoeveelheden nodig hebben om het effect nog te voelen oftewel tolerantie.
- Het optreden van onthoudingsverschijnselen, die minder hevig worden door meer van de stof te gebruiken.

3. VERLOOP VAN JE BEHANDELING

De behandeling op De Wending 1 wil je in de eerste plaats helpen om terug controle te winnen, maar we willen je ook helpen om de problemen die er ontstaan zijn op de andere levensdomeinen (je werk, je relaties, je tijdsbesteding enz.) aan te pakken. We werken samen aan wat wij noemen “een niet-addictieve levensstijl”. Hierbij gaan we modulair te werk. Elke module heeft een aantal specifieke doelstellingen. In overleg met jou wordt het verloop van de behandeling uitgestippeld en kies je of je overgaat naar de volgende module.

Module 1 (opname-eenheid)

In de eerste week richt de behandeling zich op de lichamelijke ontwenning. Daarnaast exploreren we samen met jou hoe jouw verslaving de andere levensdomeinen beïnvloedt en proberen we van daaruit te werken aan jouw motivatie tot abstinentie en tot het opnieuw ontwikkelen van een niet- addictieve levensstijl.

In deze fase gebeuren er een aantal lichamelijke en psychologische testen en zijn er de eerste verkennende gesprekken met de therapeuten die je uitleg geven over hun therapie. Tijdens de sessies psycho-educatie krijg je inzicht in je eigen verslavingsgedrag en de gevolgen hiervan. Op

die manier willen we je motiveren om aan je persoonlijke doelen te werken.

Module 2 (behandeleenheid)

In deze fase (4 weken) werken we verder aan het inzicht in jouw verslavingsproblematiek en aan je motivatie om er samen aan te werken. Daarnaast richt de behandeling zich op het terugwinnen van zelfcontrole . Hierbij gaat de aandacht niet enkel naar de verslaving op zich, maar ook naar andere levensdomeinen die de verslaving in stand houden.

Aan de hand van persoonlijke oefeningen leer je vaardigheden aan om hoge risicosituaties aan te pakken.

Module 3 (behandeleenheid)

In deze module (4-12 weken) is het de bedoeling dat je zelf aan de slag gaat. Je krijgt er de kans om nieuwe vaardigheden te oefenen die je helpen om nuchter te leven. We gaan specifiek kijken wat er in jouw leven nodig is om op een gelukkige manier te leven zonder de verslaving. Hiervoor zullen we ook op zoek gaan welke therapieën meest geschikt zijn voor jouw situatie.

Module 4 (hersteleenheid)

In deze module ligt de focus meer op de maatschappelijke levensdomeinen zoals werk, woonst en relaties. Het is de bedoeling dat je stap voor stap je maatschappelijke rollen terug opneemt en

je niet-addictieve levensstijl leert integreren in je leven.

Nazorg

Om de patiënt na ontslag verder te ondersteunen, kun je deelnemen aan een nazorggroep. Dit kan gedurende een periode van 1 jaar. Daarna is er mogelijkheid om aan te sluiten in onze zelfhulpgroep “De Weg” die wekelijks of tweewekelijks samenkomt.

4. MET WIE KOM JE TIJDENS JE VERBLIJF IN CONTACT?

De **psychiater** gaat na welke de aard en de ernst van jouw afhankelijkheid, je misbruik of je psychiatrische stoornis is. Zij bespreekt met jou de medicatie en gaat met jou het effect ervan na om ze aan te passen en af te bouwen waar nodig. Samen met de huisarts volgt zij je lichamelijke gezondheid op. Als coördinator van de behandeling draagt zij er zorg voor dat de behandeling vanuit de verschillende invalshoeken een zinvol geheel vormt.

De **maatschappelijk werker** onderzoekt of er problemen zijn in je sociale, administratieve en eventueel financiële situatie. In contact met jou, je familie of personen van diensten of organisaties die voor jou belangrijk zijn, wordt naar een oplossing gezocht. In afspraak kan de

dienst maatschappelijk werk een gezinsbegeleiding opstarten.

Sinds januari 2015 is er een Europese verplichting om enkele algemene persoonsgegevens en middelspecifieke gegevens te verzamelen en aan het Europees Waarnemingscentrum voor Drugs en Drugsverslaving over te maken. Dit wordt gevraagd voor iedere patiënt die een behandeling volgt voor een middelengerelateerd probleem. Doel van deze registratie is louter epidemiologisch. Dit wil zeggen dat men wil nagaan hoeveel mensen in behandeling zijn voor een middelengerelateerd probleem.

De registratie gebeurt aan de hand van een vragenlijst die met jou overlopen wordt door de maatschappelijk werker. Voor meer info kan je bij haar terecht.

Dag en nacht zijn **verpleegkundigen** in je nabijheid. Ze zullen jou en je familie steunen bij het verwerken van je problemen en zullen proberen een antwoord te bieden op jullie vragen. Ze begeleiden je in je dagelijkse activiteiten en ondersteunen jou in het oefenen van jouw zelfcontrole. In de behandelingsfase is jouw individueel verpleegkundig begeleider voor jou een vaste vertrouwenspersoon in het team.

De **psychomotorische therapeut** richt zich in de psychomotorische therapie op een algemene motorische revalidatie en

onderstreept het belang van een goede fysieke conditie. Zijn therapie kan tevens een uitlaatklep zijn voor overtollige energie en spanning. Sportief zijn hoeft niet, het bewegingsprogramma wordt aangepast aan jouw mogelijkheden. Het kan spel-situaties, fitness, joggen en relaxatie omvatten. In een goede en veilige sfeer staan het doen, het zelf ervaren en de plezierbeleving centraal.

De ergotherapeuten

Ergo 1:

Samen met de ergotherapeut ga je op zoek naar jouw eigen interesses en zinvolle activiteiten. Zo kan je terug ontdekken hoe je dagen zinvol in te plannen. Dit kan de verandering van je gezond gedrag bevorderen. Je kan kiezen uit creatief werken met diverse materialen, handwerken, puzzelen, literatuur, gezelschapsspelen, enz. Het belang van uitproberen, beleven en ervaren staat hierbij op de voorgrond.

Ergo 2:

Vanaf module 3 kan je terecht in de ateliers van ergo 2 om meer gerichte activiteiten met een productief doel op te starten. Op die manier kan je je voorbereiden op een re-integratie op vlak van werk of hobby.

Tijdens groeps gesprekken onder be-

geleiding van de **psycholoog** krijg je meer inzicht in je gedrag, gevoelens en gedachten en krijg je de kans om nieuwe vaardigheden te oefenen. Op die manier ontwikkel je meer zelfvertrouwen om jouw moeilijkheden aan te pakken.

Vanaf module 3 wordt je therapie-programma meer geïndividualiseerd en kunnen volgende therapie opgestart worden.

- Individuele psychotherapie
- atelierwerking
- muziektherapie
- huishoudelijke therapie en maatschappelijke vaardigheidstraining
- beeldende therapie

5. GEBRUIK EN BEZIT VAN ALCOHOL, MEDICATIE EN DRUGS

Op de Wending 1 willen we een strikt alcohol- en drugvrije omgeving zijn. Daarom verwachten we dat je geen enkele vorm van alcohol, niet-voorgescreven medicatie of drugs gebruikt tijdens je verblijf op de afdeling. We rekenen er dan ook op dat je dergelijke producten niet meebrengt naar het ziekenhuis. Ook zogenaamd alcoholvrije of -arme dranken en pepdranken vallen onder deze regel. Deze regel is voor ons essentieel in het licht van een goed therapeutisch klimaat. Op die

manier willen we je helpen om makkelijker van je verslaving af te geraken. Ook het gebruik buiten de afdeling is daarom strikt verboden. In dit kader kan er soms ook een controle op gebruik van medicatie, alcohol of drugs gebeuren.

Wanneer je toch alcohol, medicatie of drugs gebruikt hebt of één van deze producten op je kamer hebt, meld je dit onmiddellijk aan de verpleegkundige.

In overleg met het behandelteam zal dan gezocht worden wat er voor jou nodig is om makkelijker je zelfcontrole te behouden.

6. VRIJE TIJDS-GEBRUIK

In de beginfase van je opname (doorgaans 14 dagen) bouwen we een beschermende periode in waarbij je gevraagd wordt om het ziekenhuis niet te verlaten. Op die manier willen we ervoor zorgen dat je minder geconfronteerd wordt met en minder in verleiding gebracht wordt door middelen.

In de perioden erna streven we ernaar om de momenten dat je buiten het ziekenhuis bent, stap voor stap op te drijven. Deze momenten zijn ideale gelegenheden om je zelfcontrole terug op te bouwen en te oefenen. We vragen je om steeds de verpleegkundige te verwittigen als je de afdeling verlaat.

Wanneer het echter nog niet lukt om voldoende zelfcontrole te behouden kan het nodig zijn om de beschermende periode waarin je niet of beperkt het ziekenhuis kunt verlaten langer aan te houden.

7. KAMER

Om de privacy te respecteren van je medepatiënten vragen we om niet binnen te gaan op de kamer van medepatiënten. Je kunt ook een sleutel verkrijgen van jouw kamer. Hiervoor vragen we een beperkte waarborg van 10 euro.

8. MEDICATIE

Gedurende de opname schrijft de behandelende psychiater de medicatie voor. Wanneer je lichamelijke klachten hebt, kan je steeds terecht bij de huisarts van het ziekenhuis.

Medicatie wordt door de verpleegkundigen van de afdeling verstrekt tijdens de maaltijden. De avondmedicatie kan je tussen 20.30 u. en 24.00 u. afhalen in de verpleegpost. Tijdens het weekend krijg je altijd medicatie mee van op de afdeling. Gelieve alle medicatie die je van thuis mee hebt terug mee te geven met je familie of af te geven aan de verpleegkundigen. Zij zullen deze dan in bewaring nemen tot bij je ontslag.

9. MAALTIJDEN

Op de volgende uren word je verwacht voor de maaltijden:

- ontbijt : van 08.00 u. tot 08.15 u.
(als je naar het labo moet, kan je later eten)
- middagmaal : van 12.00 u. tot 12.20 u.
- avondmaal : van 18.00 u. tot 18.20 u.

We verwachten dat je op tijd aan tafel bent en niet vroeger dan aangegeven de tafel verlaat. Tijdens het weekend kan je uitslapen, de tafel blijft 's morgens gedekt tot 10.00 u.

10. WATER EN KOFFIE

Water en koffie wordt voorzien tijdens de maaltijden. Daarnaast kan er een fles water aangekocht worden bij de verpleegkundigen voor eigen gebruik. Omwille van brandveiligheid wordt er gevraagd om geen eigen koffietoestellen of waterkoker mee te brengen. Voor de bezoekers is er een automaat beschikbaar aan het onthaal.

11. TV-KIJKEN

Sommige kamers beschikken over een tv. Hiervoor wordt een kostprijs aangerekend via de factuur. Voor meer info kan je terecht bij de verpleegkundigen.

In de leefruimten is er een gemeenschappelijke televisie beschikbaar. Een goede nachtrust vinden we belangrijk en daarom is de televisie 's nachts niet beschikbaar vanaf 24 uur (en in het weekend tot 1:00 uur).

12. GSM-GEBRUIK

We vragen je om jouw GSM af te leggen tijdens therapie of op kamer te laten.

13. WASSEN VAN KLEDIJ

Tijdens de eerste 2 modules is er de mogelijkheid om je was te laten doen in het ziekenhuis. Voor meer info verwijzen we naar de verpleegkundigen op de afdeling.

14. ROKEN

Op de afdeling beperken we het roken tot één ruimte, nl. het rooklokaal. Je mag er roken tussen 20.30u. 's avonds en 07.00u. 's morgens. Overdag kan je roken in de afdelingstuin.

15. RIJDEN MET DE WAGEN

Zoals we in het algemeen deel aanhaalden is een rijbewijs wettelijk niet geldig als men aan bepaalde aandoeningen lijdt. Verslaving aan en misbruik van alcohol of andere middelen horen daar ook bij. Je wordt hierover ingelicht bij de start van je behandeling.

Om die reden kan je slechts vanaf module 3 rijden met de wagen. Dit na toestemming van je behandelende psychiater.