

Geestelijke gezondheid en welzijn vanuit de huisartsenpraktijk

Wat is een POH GGZ en wat betekent die voor u?

De praktijkondersteuner GGZ (POH GGZ) is een deskundige, die u - samen met de huisarts- begeleidt bij de behandeling en begeleiding van psychische en psychosociale klachten. Snel, toegankelijk en de zorg valt in het basispakket van uw zorgverzekering. De POH GGZ en uw huisarts werken nauw samen. De POH GGZ heeft veel kennis en ervaring op het gebied van de geestelijke gezondheidszorg.

Wat kan de POH GGZ voor u doen?

De POH GGZ helpt u bij klachten die duiden op psychische onrust, bijvoorbeeld:

<ul style="list-style-type: none">• somberheid	<ul style="list-style-type: none">• rouw
<ul style="list-style-type: none">• angsten en bezorgdheid	<ul style="list-style-type: none">• spanningen thuis
<ul style="list-style-type: none">• (lichamelijke) spanningsklachten	<ul style="list-style-type: none">• slapeloosheid
<ul style="list-style-type: none">• werkstress	<ul style="list-style-type: none">• alcohol of drugsgebruik
<ul style="list-style-type: none">• relatieproblemen	<ul style="list-style-type: none">• identiteitsproblemen

Tijdens het intakegesprek zal de POH GGZ u vragen naar uw klachten en wat u al hebt gedaan om er minder last van te hebben. Na het bepalen van uw doel krijgt u gerichte handvatten, en vaak ook huiswerkopdrachten. Na één of enkele gesprekken kunt u meestal weer op eigen kracht verder.

Waar nodig adviseert de POH GGZ, in overleg met uw huisarts, over de mogelijke vervolgaanpak van uw klachten. Soms is een verwijzing naar een andere hulpverlener of instelling nodig. Uw huisarts en uw POH GGZ zullen dit eerst met u bespreken. Op deze manier krijgt u zo snel mogelijk de voor u best passende hulp.

Hoe gaat het in zijn werk?

De praktijkassistente maakt voor u een afspraak op het spreekuur van de POH GGZ. Daarna volgt een eerste gesprek waarin uw klachten in kaart worden gebracht. Indien u verhinderd bent, zeg dan de afspraak minimaal 24 uur van tevoren af.

Heeft u vragen? Bespreek ze met uw huisarts.

POH GGZ.