

Ambulante Behandlung

Einmal pro Woche zum Arzt

Bei den meisten psychischen Erkrankungen ist eine ambulante Behandlung das Richtige und reicht aus, um wieder Stabilität zu finden. Die ambulante Behandlung in einem unserer Ambulatorien besteht im Wesentlichen aus regelmässigen Terminen mit einer Fachperson. Die Gespräche finden in der Regel im Einzelsetting statt, also zwischen Patient und Therapeutin. Es gibt auch Gruppentherapien, Paar- und Familientherapien.

Wie funktioniert eine ambulante Behandlung?

Psychische Krankheiten entstehen aus dem Zusammenwirken verschiedener Faktoren wie biographische Prägungen, Charakter, Lebensgeschichte, aktuelle oder frühere Belastungen, Konflikte, soziale und materielle Probleme, körperliche Krankheiten etc. Im Rahmen einer ambulanten Behandlung können Menschen Zusammenhänge erkennen zwischen solchen Einflussfaktoren und ihrer aktuellen Situation. Daraus können sie Schritte zu einer persönlichen Entwicklung ableiten, mit Hilfe des Therapeuten in ihrem Leben umsetzen und sich stabilisieren. Bei Gruppentherapien finden solche Prozesse in Gruppen mit anderen Patienten statt, je nach Problem kann auch der Bezug von Partnern oder anderen Familienangehörigen sinnvoll sein.

Verschiedene Therapiemethoden

Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Psychotherapiemethoden, die von Ihrer Therapeutin je nach vorliegender Erkrankung vorgeschlagen und angewendet werden. Allen Formen gemeinsam ist das persönliche, vertrauliche Gespräch als Basis. Zusammen mit Ihnen wird eine Problemdefinition erarbeitet und danach die geeignete Therapiemethode ausgewählt. Eine ambulante psychiatrische Behandlung kann auch sozial-arbeiterische oder pflegerische Massnahmen

umfassen oder nicht-sprachliche Therapieelemente wie z.B. Körpertherapie, Kunsttherapie, Ergotherapie. Auch die Verschreibung von Medikamenten kann Teil einer ambulanten Behandlung sein.

Wann ist eine ambulante Behandlung sinnvoll?

Wenn sich Symptome einer psychischen Krankheit bemerkbar machen und das Funktionieren im Alltag (Beruf, Familie, soziale Kontakte, Ausbildung) beeinträchtigen, sollte eine fachärztliche Abklärung erfolgen. So lange eine normale Tagesstruktur aufrechterhalten werden kann und ein tragfähiges soziales Umfeld da ist, genügt eine ambulante Behandlung. Meist werden bei ambulanten Behandlungen wöchentliche Termine vereinbart, wenn nötig aber auch häufiger. Im weiteren Verlauf der Behandlung kann mit zunehmender Stabilität auch die Häufigkeit der Termine reduziert werden. Ambulante Behandlungen dauern je nach Erkrankung unterschiedlich lange, in der Regel erstrecken sie sich auf einen Zeitraum von einigen Monaten.

Bei welchen Diagnosen eignet sich eine ambulante Behandlung?

Grundsätzlich ist bei allen Arten von psychischen Erkrankungen die ambulante Behandlung das Mittel der Wahl. Die Alternativen – eine tagesklinische oder stationäre Behandlung – kommen nur dann in Frage, wenn der Schweregrad der Erkrankung ein Verbleiben im gewohnten Umfeld und Alltag nicht mehr zulässt. In der Mehrzahl folgt auf tagesklinische und stationäre Behandlungen eine ambulante Nachbehandlung, sodass auch für stationäre und tagesklinische Patienten die ambulante Behandlung eine wesentliche Grundlage der Stabilisierung darstellt.

Kosten/Finanzierung

Ambulante Leistungen werden über die Krankenkasse nach dem Tarmed-Tarif abgerechnet. Franchise und Selbstbehalt gehen zu Lasten des Versicherten.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über das Sekretariat des jeweiligen Ambulatoriums der Psychiatrie St.Gallen Nord. Eine ärztliche Zuweisung z.B. durch den Hausarzt ist erwünscht, jedoch keine absolute Bedingung (ausser beim Hausarztmodell). Nach der Anmeldung findet ein Abklärungsgespräch statt.
