

# Psychische zorg in de huisartsenpraktijk

## Psychische zorg

Iedereen is wel eens somber, gespannen of zit een tijdje wat minder lekker in z'n vel. Vaak komt u daar zelf of met hulp van anderen in uw omgeving wel weer uit. Maar als uw psychische klachten niet verdwijnen of groter worden, is het belangrijk om hulp te zoeken en uw problemen aan te pakken.

De eerste stap is het bespreken van uw klachten met uw huisarts. De huisarts kan in overleg met u voorstellen een gesprek aan te gaan met de praktijkondersteuner Geestelijke GezondheidsZorg (POH-GGZ). De praktijkondersteuner GGZ werkt onder verantwoordelijkheid van de huisarts en is specialist in het verlenen van psychische zorg. In deze folder leest u wat de praktijkondersteuner GGZ voor u kan betekenen.

## Met welke problemen kunt u bij de praktijkondersteuner GGZ terecht?

Denk bij mogelijke klachten aan:

- sombere of depressieve stemmingen / gevoelens;
- spanningsklachten, stress;
- angstgevoelens;
- problemen rondom verlies;
- lichamelijk onverklaarbare klachten (bijvoorbeeld hartbonzen, pijn, plotselinge zweetaanvallen, benauwd zijn, slecht slapen of concentreren, moe zijn);
- relatieproblemen met uw partner en/of kinderen;
- verslavingsproblematiek.

## Werkwijze

In een intakegesprek gesprek brengt de praktijkondersteuner GGZ samen met u in kaart welke problemen er spelen en welke begeleiding of therapie het beste bij u past.

De POH-GGZ kan u helpen door:

- het verhelderen van problemen;
- het geven van informatie en advies over behandeling en verwijzing;
- kortdurende behandeling of begeleiding;
- nazorg na behandeling in de specialistische GGZ;
- overbruggingszorg als er sprake is van een wachtlijst.

De praktijkondersteuner GGZ maakt deel uit van het huisartsteam en kan gemakkelijk overleggen met uw huisarts.

Daarnaast is de praktijkondersteuner GGZ goed op de hoogte van het hulpaanbod van andere organisaties in uw regio en kan u hierin adviseren en indien nodig doorverwijzen.

## Wie zijn de praktijkondersteuners GGZ?

Bij de huisartsenpraktijken van gezondheidscentra Samen Gezond zijn 4 praktijkondersteuners GGZ in dienst. Dit zijn Eva van der Eem, Tess Gommers, Joyce Kersten, Rianne Rouw en Ans Majoor. De praktijkondersteuners GGZ zijn allen opgeleid in de psychische hulpverlening en hebben veel ervaring op dit gebied.



v.l.n.r.: Eva van der Eem, Tess Gommers, Joyce Kersten, Rianne Rouw, Ans Majoor

### Kosten

De kosten voor een consult bij de POH-GGZ vallen onder de reguliere huisartsenzorg. Dat betekent dat dit niet verrekend wordt met het eigen risico en er ook geen eigen bijdrage geldt.

### Aanmelding

De POH-GGZ is niet rechtstreeks toegankelijk. Indien u verwezen bent door uw huisarts kunt u een afspraak maken via de assistentes van huisartsenpraktijk De Kroonsteen boven in gezondheidscentrum De Kroonsteen 8. Tel (024) 358 17 00

De praktijkondersteuners GGZ hebben verschillende werklocaties. De afspraken worden in overleg met u gepland.

### Fysiotherapieaanbod GGZ binnen Gezondheidscentra Samen Gezond

- Informatie over runningtherapie of ontspanningstherapie bij Fysiotherapie & Sport De Kroonsteen:  
Telefoon : 024 358 60 51  
E-mail : [info@ftmalden.nl](mailto:info@ftmalden.nl)
- Informatie over ontspanningstherapie bij MMFysio:  
Telefoon : 024 - 358 07 79  
E-mail : [info@mmfysio.nl](mailto:info@mmfysio.nl)

### Digitale nieuwsbrief

Wilt u de nieuwsbrief van onze gezondheidscentra digitaal ontvangen?

Ga naar [www.gcsamengezond.nl](http://www.gcsamengezond.nl) en klik op 'aanmelden nieuwsbrief' op de hoofdpagina (links onderaan).

### Volg ons ook op Facebook en Instagram:

[www.facebook.com/gcsamengezond](http://www.facebook.com/gcsamengezond)

[www.instagram.com/gcsamengezond](http://www.instagram.com/gcsamengezond)