

Ką turėsiu daryti toliau?

- Laikykitės gydytojų Jums nurodytų rekomendacijų.
- Tęskite gydymą ambulatoriškai Jums priskirtame psichikos sveikatos centre ARBA mūsų ligoninės dienos stacionare.
- Nepamirškite naudotis savo krizių valdymo planu.
- Kreipkitės į savipagalbos grupes.
- Pabandykite vesti dienoraštį.
- Palaikykite socialinį kontaktą: susitikite, bendraukite, užsiimkite mėgstama veikla su jums brangiais žmonėmis.



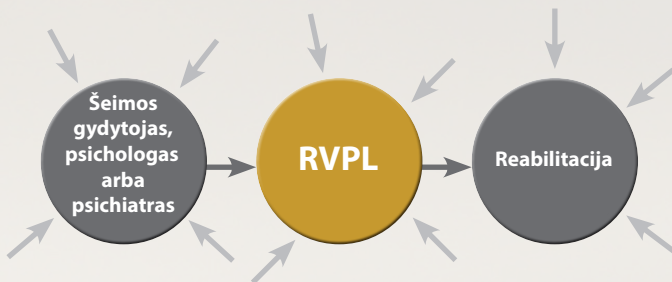
Kontaktai, kurie gali praversti:

- **Nemokamos anoniminės psichologo konsultacijos**
konsultacija@rvpl.lt
- **VšĮ Pagalbos ir informacijos šeimai tarnyba**
Viršuliškių g. 34, Vilnius
Tel. (8 5) 241 3510,
el. p. pagalba.seimai@lspzgb.lt
- **VšĮ „Rastis“ – psichosocialinės reabilitacijos paslaugos**
Tel. (8 5) 271 5764,
Vasaros g. 5, 7 korpusas, Vilnius
- **„Giedra“, Lietuvos psichikos negalios žmonių bendrija**
S. Konarskio g. 49,
4 korp., 33 patlp., Vilnius
Tel. (8 5) 233 2820
- **Žmogaus teisių stebėjimo institutas**
Didžioji g. 5, Vilnius
Tel. (8 5) 231 4677
- **Respublikinis priklausomybių ligų centras**
Tel. (8 5) 213 7274
- **Lietuvos neįgaliųjų forumas**
Žemaitės g. 21 (V a.),
512, 515 kab., Vilnius
- **Krizių įveikimo centras**
Antakalnio g. 97, Vilnius
Tel. 8 640 51 555



Misija – arčiau paciento!

Sveikiname pradėjus kelionę geresnės psichikos sveikatos link!



Respublikinė Vilniaus psichiatrijos ligoninė – viena iš šios kelionės stotelių.

Čia jūs:

- daugiau sužinosite apie savo negalavimą;
- gausite visą reikiamą medicininę pagalbą;
- sulauksite paramos bei palaikymo;
- sužinosite, ką daryti, kad galėtumėte toliau tęsti pilnavertį gyvenimą (rekomendacijas rasite kitoje lankstinuko pusėje);
- jūsų sveikata rūpinsis patyrę specialistai: gydytojai psichiatrai, slaugytojai psichologai, ergoterapeutai. Daugelis jų – vieni geriausių specialistų visoje Lietuvoje.

Priklausomai nuo situacijos, ligoninėje praleisite nuo maždaug 6 dienų iki kelių savaičių. Šis laikas būtinas tam, kad būtų atlikti visi reikiami tyrimai bei užtikrinta geresnė Jūsų savijauta.

Gydytojų komandai jau įvertinus Jūsų būklę, **Jums bus pristatytas gydymo planas.**

Mūsų specialistų tikslas – parinkti tik **moderniausius ir pasiteisinančius gydymo metodus**, tačiau jeigu dėl gydymo plano kyla klausimų, visada galite klausti arba teirautis alternatyvaus gydymo plano.

Ką daryti, jeigu dėl ligos, jaudulio ar kitų aplinkybių neprisimenate ar nespėjote įsivinti Jums suteiktos informacijos? Informuokite apie tai personalą: savo gydytoją arba slaugytojas.

Norime pabrėžti, kad be Jūsų sutikimo niekas nesužinos apie Jūsų negalavimą: Jūsų asmens duomenys yra apsaugoti *(išskyrus atvejus, kai įstatymo tvarka atskleidimo reikalauja kitos institucijos).*

Papildomos paslaugos:

- Psichologo konsultacijos.
- Judesio, meno ir užimtumo terapijos.
- Psichosocialinė reabilitacija (pagalba atstatant dėl ligos prarastus emocinius, socialinius, įgūdžius, ryšius su aplinka).
- Konsultavimas priklausomybių klausimais.
- Susitikimai su pacientams padedančiomis organizacijomis (apie tai būsite informuoti savo skyriuje).
- Šeimos konsultavimas (nemokamai) ir psichoterapija (mokamai).
- Logopedo paslaugos.
- Odontologo paslaugos.
- Plataus spektro kraujo tyrimai, kompiuterinės tomografijos, echoskopijos paslaugos (paslaugos neįveinančios į gydymo programą papildomai apmokestinamos).
- Dienos stacionaras.
- Savižudybių rizikos valdymas.
- Laisvalaikio kambarys.
- Biblioteka (galite kreiptis tiek dėl literatūros, susijusios su jūsų sutrikimu, tiek dėl grožinės literatūros ar periodinės spaudos).

