

Til foreldre og omsorgspersoner

*Vi anbefaler at du leser dette skrivet med barnet
ved spørsmål om helsetilbudet hos oss*

Hvem er vi?

I Speare Spesialisthelsetjeneste jobber psykologer, leger og sykepleiere som hjelper barn og ungdom under 18 år med psykiske vansker. Vi bistår barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk, BUP, når det er kapasitetsutfordringer. Hos oss får dere hjelp når barnets/ungdommens psykiske vansker er så store at disse skaper problemer på flere områder f eks på skolen, i familien, med venner eller ved fritidsaktiviteter. Tilbudet er gratis og frivillig.



Hva er psykiske vansker?

Psykiske vansker kan være problemer med følelser, tanker og handlinger:

- Tristhet og depresjon
- Sinne og sinneutbrudd
- Redsel og angst
- Grubling og bekymring
- Tvangstanker/-handling
- Kroppslig uro
- Konsentrasjons- og oppmerksomhetsvansker
- Merkelige tanker og inntrykk
- Opplevd vonde hendelser
- Opplevd skremmende ting
- Plagsomme ettervirkninger
- Vanskeligheter med å forstå og/eller være med andre
- Manglende mestring av skolen
- Er stadig i konflikter

Hva gjør vi?

Når vi har blitt enige om å starte helsehjelpen hos oss får barnet/ungdommen først tilbud om utredning, og så tilbud om behandling ved behov for det. Møtene foregår ved fysisk oppmøte på et av våre kontor, men deler av utredning og oppfølging kan foregå via videokonsultasjoner. Vi foretar jevnlig vurderinger av behandlingstiltakene og fremskritt som vises. Når det ikke lenger er behov for helsehjelp hos oss, blir vi enige om avslutning og veien videre.

Utredning

En **basisutredning** betyr å undersøke hva barnet/ungdommen strever med, og kan vare inntil 6 uker. Denne består vanligvis av:

- 1) Foresattsamtale
- 2) Fellessamtale (barnet/ungdommen og foreldrene/omsorgspersonene)
- 3) Barne/ungdomssamtale
- 4) Spørreskjemaer om barnets/ungdommens psykiske helse til foresatte/omsorgspersoner, barnet/ungdommen og evt. lærer

Hvis vi trenger å gjøre flere undersøkelser, tester og utredningssamtaler, fortsetter vi med en **utvidet utredning**. Denne kan vare ytterligere 6 uker og kan innebære møte med ny behandler.



Når vi er ferdig med utredningen, gir vi en oppsummering og vurderer sammen med dere:

- Hva som gjør at barnet/ungdommen strever (diagnostisk avklaring)
- Hvilken hjelp vi anbefaler
- Om dere trenger og ønsker behandling hos oss
- Om dere kan få bedre hjelp andre steder

Behandling

Behandling kan være samtaler med barnet/ungdommen og/eller foreldre/omsorgspersoner, familien, søsken, øvelser, undervisning/kurs, gruppebehandling.

Utredning og behandling kan gis ved å møtes fysisk eller på video/digitalt, eller ved en kombinasjon. Vi avtaler det som er best for barnet ditt og deg.

Samarbeid

Samarbeid med foreldre er en viktig del av helsehjelpen. Vanligvis trenger vi også å samarbeide med skole, helsestasjon, fastlege, PPT og/eller barnevern for å gi den beste helsehjelpen. Samarbeid krever samtykke fra foreldre/omsorgspersoner når barnet er under 16 år og fra ungdommen selv fra fylte 16 år.

Din mening

Din mening om og opplevelse av helsetilbudet hos oss er viktig, enten du er foresatt eller barn/ungdom. Vi setter stor pris på tilbakemeldinger, både negative og positive, slik at vi sammen kan finne ut av hva som er best for dere og andre familier som kommer til oss. Tilbakemelding kan gis til behandler eller fagansvarlig hos oss (www.speare.no/ansatte).

Klageadgang

Dersom du opplever at dine rettigheter som pasient ikke blir innfridd, eller at helsehjelpen ikke ytes på en god måte, kan du klage til oss. Dette kan du gjøre ved å klage direkte til behandler, eller via skjema på nettsiden vår.

Du har også en lovfestet rett til å be tilsynsmyndigheten (Statsforvalteren) om en vurdering dersom du mener at helselovgivningen er brutt.

Om taushetsplikt

Vi har taushetsplikt. Dette betyr at vi ikke kan gi helseopplysninger om barnet/ungdommen til andre uten at ungdommen (over 16 år) eller foreldre/omsorgspersoner (barn under 16 år) gir samtykke til det. Derfor ber vi om et skriftlig samtykke til å innhente informasjon. Unntak fra taushetsplikten gjelder dersom vi vurderer at det er alvorlig fare for liv og helse (eller hvis informasjon er nødvendig for at forelder/omsorgspersoner skal kunne oppfylle foreldreansvaret (f eks alvorlig rus, selvmordstanker, vold). Da er vi pliktige til å melde fra til barneverntjenesten, og ønsker å få til dette i samarbeid med barnet/ungdommen og dere. I noen få, spesielle tilfeller, har vi også opplysningsplikt til politiet.

Journal

Vi er pliktig til å føre helseopplysningene i journal. Barnet/ungdommen kan lese sin egen journal. Foreldre har innsynsrett frem til barnet er 16 år. Er barnet/ungdommen mellom 12 og 16 år kan det selv velge at helseopplysninger ikke gis til andre, dersom det ikke ønsker dette av grunner som bør respekteres.

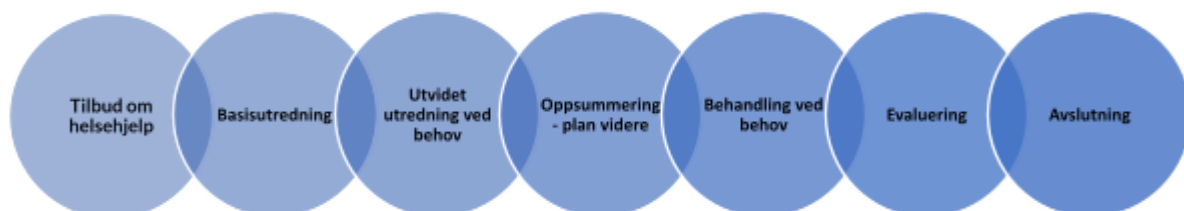
Akutt forverring

Ved akutt forverring av psykisk helsetilstand, kontakt ansvarlig behandler. Har du ikke fått tildelt behandler, eller ikke kommer i kontakt med behandler, ring Speare Helse på 40100024, tastevalg 2. På kveld, i helg eller på helligdag, ta kontakt med legevakt på telefon 116 117. Ved fare for liv og helse, ring 113.

Avslutning

De fleste opplever seg bedre etter oppfølging hos oss. Da vil vi bli enige om å avslutte kontakten. Ikke alle blir helt kvitt plagene sine. Målet er at barnet/ungdommen til tross for dette opplever å kunne håndtere plagene sine på en bedre måte enn før dere fikk kontakt med oss.

Vår jobb er også å «hjelpes hjelperne» der dere bor og oppholder dere, slik at de kan hjelpe barnet/ungdommen videre etter avslutning. Dette kan være skolen, fastlegen eller helsestasjon. Etter kontakt med oss kan det derfor være at vi anbefaler dere å ha kontakt med noen andre enn oss.



Sist oppdatert: 30.10.25.