

Til barn og ungdom

*Vi anbefaler at du leser dette skrivet med dine foreldre
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 hjelper sykehuset der du bor (BUP), når de ikke har mulighet til å hjelpe deg raskt nok.



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
- Plager etter dette
- Vanskeligheter med å forstå og/eller være med andre
- Får ikke til skolen
- Konflikter med andre

Mange ganger er det foreldre eller andre voksne som er bekymret, og ber om hjelp for deg.

Hva gjør vi?

Vi undersøker hva slags psykiske vansker du har og årsaken til denne (utredning), og gir behandling til deg og/eller dine foreldre/omsorgspersoner, for at du/dere bedre skal forstå og håndtere det du strever med. Vanligvis har vi:

- samtaler med dine foreldre/omsorgspersoner
- samtaler med deg
- spørreskjemaer

- tester
- samtaler med lærer
- møter med skole, PPT, helsesykepleier, fastlege, barnevern eller andre.

Vi setter et navn (en diagnose) på det du strever med, hvis vanskene er så store at du trenger videre helsehjelp. Møtene med oss foregår på et av våre kontor, men noen ganger kan vi ha videosamtaler.

Når du ikke lenger ønsker eller har behov for helsehjelp hos oss, avslutter vi kontakten og anbefaler videre hjelp.



Din mening

Din mening er viktig for oss, og setter stor pris på tilbakemeldinger, både negative og positive. Da kan vi sammen finne ut av hva som er best for deg og andre familier som kommer til oss. Du kan gi tilbakemelding til behandler eller andre hos oss (www.speare.no/ansatte).

Om taushetsplikt

Vi har taushetsplikt, som betyr at vi ikke kan gi dine helseopplysninger til andre uten at du (hvis du er over 16 år) eller foreldrene dine (hvis du er under 16 år) gir tillatelse til dette. Unntak fra taushetsplikten gjelder dersom vi vurderer at det er alvorlig fare for liv og helse (eller hvis informasjon er nødvendig for at foreldre skal kunne oppfylle foreldreansvaret (f.eks. alvorlig rus, selvmordstanker, vold). Da er vi pliktige til å melde fra til barnevernstjenesten og ønsker å få til dette i samarbeid med deg og dine foreldre. I noen få, spesielle tilfeller har vi også opplysningsplikt til politiet.

Journal

Vi skriver opplysningene du og andre gir i din journal. Du har rett til å se/lese i egen journal. Foreldre kan som hovedregel lese sitt barns journal frem til barnet/ungdommen er 16 år. Er du mellom 12 og 16 år kan du velge at dine opplysninger ikke gis ut, dersom du ikke ønsker dette av grunner som bør respekteres.

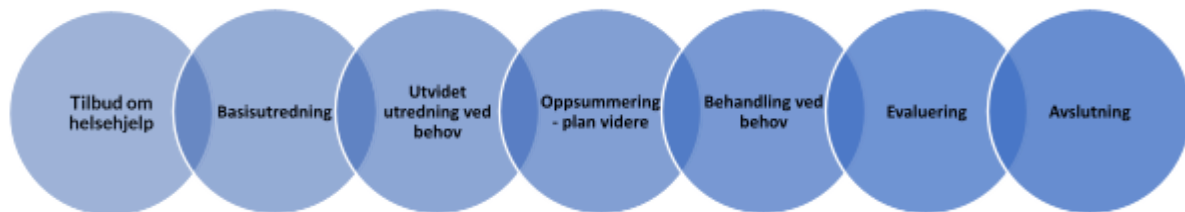
Akutt forverring

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 du til tross for dette opplever å kunne håndtere plagene dine på en bedre måte enn før du fikk kontakt med oss.

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



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.

Sist oppdatert: 30.10.25.