



Infobrochure

Wat na een Zelfmoordpoging?

Inleiding

Zelfdoding is een ernstig probleem in onze samenleving. Het voorkomen van zelfdoding en de opvang van suïcidepogers vereist dan ook extra aandacht en zorg.

Met deze brochure willen we u informeren over de opvang die u geboden kan worden na een zelfmoordpoging. Dit zowel tijdens uw opname in ons ziekenhuis, op spoed, op de afdeling psychiatrie, als ook na ontslag.

Inhoud

Inleiding	. 3
Wat na een zelfmoordpoging?	. 4
Er kan hulp en ondersteuning geboden worden.	. 4
Oplossingen vindt u stap voor stap	. 5
Wat is een suïcidepoging?	. 5
Project integrale zorg aan suïcidepogers	. 6
Opname voor behandeling op de afdeling psychiatrie-psychotherapie van ons ziekenhuis	. 8
Nazorg/vervolgzorg	. 9
Contact	. 10
Meer informatie	. 11

Wat na een zelfmoordpoging?

U bent opgenomen in dit ziekenhuis naar aanleiding van een crisis. Misschien voelde u zich wanhopig, kwam u in een situatie terecht waardoor u geen uitweg meer zag. U ondernam een poging om uzelf van het leven te beroven. Soms leidt zo'n poging tot de dood.

Er kan hulp en ondersteuning geboden worden

Neem nu de tijd om tot rust te komen en om naar oplossingen te zoeken. De hulpverleners van het ziekenhuis zijn er voor u om te spreken over uw problemen en uw vragen.

Professionele hulp is beschikbaar in en buiten het ziekenhuis. Samen kan u werken aan een oplossing. Soms is ondersteunende medicatie nodig, al dan niet in combinatie met een gespreksbehandeling bij een psychiater of psycholoog.

Oplossingen vindt u stap voor stap

Als u kan, praat dan over uw poging met uw partner, familieleden en/ of vrienden. Laat u door hen steunen. Zij kunnen zelf ook om hulp vragen. Tijdens uw opname in dit ziekenhuis zal een voorstel gedaan worden voor verdere hulpverlening.

Vaak wordt een verblijf in het ziekenhuis aangeraden. Hulpverleners gespecialiseerd in geestelijke gezondheidszorg zullen dan een behandeling voorstellen. Soms is een opname op een dienst psychiatrie - psychotherapie van het algemeen ziekenhuis aangewezen.

Men kan u ook voorstellen, als u naar huis gaat, om verder in behandeling te gaan bij een psychiater of psycholoog. Dit kan ambulant binnen het ziekenhuis op de polikliniek of buiten het ziekenhuis in een Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg.

Verder in deze brochure vindt u ook enkele contactgegevens van diensten waar u terecht kan voor verdere ondersteuning.

Neem zeker contact op met uw huisarts als u naar huis terugkeert. Hij/zij is er voor u bij crisismomenten en met hem/haar kan u bespreken welke bijkomende hulp het meest geschikt is. Hij/zij kan u adressen geven van hulpverleners in uw regio.

Wat is een suïcidepoging?

- Het is een handeling met een niet fatale afloop
- Het is een opzettelijke en weloverwogen handeling
- De persoon weet dat de handeling hem/haar fysieke schade kan toebrengen en mogelijks de dood tot gevolg kan hebben

Een suïcidepoging wijst op een ernstig lijden, duidt op hopeloosheid, op een gevoel van vastzitten in een situatie zonder een uitweg te zien. Onderzoek heeft veelvuldig aangetoond dat er een sterk verhoogd risico bestaat op recidieven en zelfdoding na een suïcidepoging. Uit onderzoek blijkt dat patiënten die na een suïcidepoging opgevangen en geëvalueerd worden, minder geneigd zijn om later een nieuwe poging te ondernemen.

Een deskundige psychosociale opvang en evaluatie is daarom noodzakelijk.

Project integrale zorg aan suïcidepogers

In de Vlaamse ziekenhuizen worden jaarlijks meer dan 10.000 suïcidepogingen behandeld. Ons ziekenhuis neemt deel aan het project integrale zorg aan suïcidepogers. De doelstelling is om de opvang van suïcidepogers te optimaliseren. Dit gebeurt door een deskundige inschatting van het suïciderisico te maken en psychosociale opvang te voorzien, met behulp van het Instrument voor Psychosociale Evaluatie en Opvang. Dit instrument biedt een leidraad aan de hulpverleners voor gespreksvoering rond zelfdoding en het voorzien van de best mogelijke zorg.

Anderzijds wordt ook de verdere toeleiding naar vervolgzorg geoptimaliseerd, om de continuïteit van zorg te waarborgen. De huisarts is hierin de spilfiguur. Vanuit het ziekenhuis is ook specifieke rapportage naar de huisarts voorzien.

In het ziekenhuis wordt u voorgesteld om binnen de week na ontslag contact op te nemen met uw huisarts.

In het kader van het Vlaams Actieplan Suïcidepreventie worden de suïcidepogingen in Vlaanderen geregistreerd.

Deze registratie gebeurt in samenwerking met de Eenheid voor Zelfmoordonderzoek.

Ons ziekenhuis werkt mee aan het verzamelen van gegevens voor het onderzoek naar suïcidepogingen in Vlaanderen.

Dit onderzoek werd goedgekeurd door het Ethisch Comité van dit ziekenhuis.

Alle suïcidepogingen die worden behandeld op de spoeddienst van ons ziekenhuis worden vertrouwelijk geregistreerd. Aan de onderzoekers worden enkel naamloze, gecodeerde gegevens doorgegeven.

Indien u het daarmee oneens bent, kan u contact opnemen met **Tille Boutens** (056/ 62 31 23, tille.boutens@ziekenhuiswaregem.be) waarna uw gegevens automatisch uit het register worden gehaald.

Wat zijn de doelstellingen van het onderzoek?

- Verzamelen van nauwkeurige gegevens omtrent het voorkomen en de context van suïcidepogingen in Vlaanderen
- In kaart brengen van trends doorheen de tijd
- Het aanleveren van relevante informatie voor het suïcidebeleid van de Vlaamse regering
- Het optimaliseren van de zorg voor patiënten na een suïcidepoging

Als u meer informatie wenst omtrent de precieze gegevens die geregistreerd worden en de procedure waarmee we absolute anonimiteit garanderen, kan u terecht op www.eenheidzelfmoordonderzoek.be

Opname voor behandeling op de afdeling psychiatrie-psychotherapie van ons ziekenhuis

Louter crisisopvang is vaak niet voldoende. Vandaar dat er, na de opname op spoed of intensieve zorgen, kan gekozen worden voor een behandeling op onze afdeling psychiatrie.

Onze teamleden zullen regelmatig nagaan hoe u zich voelt. Het is belangrijk om uw gedachten, gevoelens en problemen met de teamleden te bespreken. Op deze manier kan de zorg het best op uw noden afgestemd worden.

Het praten over zelfdoding is niet evident. Het is echter noodzakelijk om uw gedachten rond zelfdoding te bespreken. Dit helpt om uw risico op zelfdoding in te schatten en zorgt ervoor dat u uw gedachten rond zelfdoding kan ordenen en uw isolement kan doorbreken.

Elke persoon die op de afdeling psychiatrie opgenomen wordt, krijgt een suïcideniveau (SNIV) toegewezen. Een SNIV is een inschatting van het risico op zelfdoding. Dit is een momentopname en wordt dagelijks geëvalueerd.

Aan het risiconiveau worden beschermingsmaatregelen gekoppeld. Dit gaat bijvoorbeeld over meer contactmomenten met de teamleden en verhoogd aanwezigheidstoezicht.

Indien u hierover verdere vragen heeft, kan u steeds bij de verpleging van de afdeling terecht.

Nazorg / vervolgzorg

Omwille van het belang van verdere opvolging en continuïteit van zorg, zal u een vervolgbehandeling voorgesteld worden.

Hieronder vindt u ook enkele contactgegevens van personen/ diensten waar u beroep kan op doen:

Telefoonnummer huisarts:

.....

Schrijf hier telefoonnummers en adressen van mensen die u kan contacteren als u het erg moeilijk hebt:

.....

.....

.....

Contact

O.L.V. van Lourdes Ziekenhuis Waregem, Dienst Psychiatrie –Psychotherapie:

Dr. J. Huybrechts - Dr. P. Callens

U kan contact opnemen met het secretariaat: 056/ 62 35 70

Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg:

Voor een dienst in uw buurt, contacteer:

- CGG Mandel en Leie (Kortrijk, Menen, Izegem, Tielt, Waregem)
Tel: 056/ 23 00 23
- CGG Adentro (Deinze – Eeklo – Gent): Tel: 09/ 386 36 90
- CGG Zuid-Oost-Vlaanderen (Oudenaarde): Tel: 078/ 15 55 70

Website: www.centrageestelijkegezondheidszorg.be

Centrum Algemeen Welzijnswerk:

Voor een dienst in uw buurt, contacteer:

Contacteer het algemeen (gratis) nummer: 0800 13 500

Website: www.caw.be

Psychiatrische hulp aan huis:

Aanmelding via huisarts of psychiater:

- Psychiatrische Zorg Thuis Waregem
- Mobiel Team Psychiatrie (regio Waregem)
- Psychiatrisch ondersteuningsteam Vesta Kortrijk
- Mobiel crisisteam Kortrijk
- Mobiel team Midden-West-Vlaanderen (acute zorg en langdurige zorg)
- Mobilteam Het Pakt + MCT
- Mobiel team Menen (Impact + Amphora)

Kortdurende Crisisinterventie:

Provincie West-Vlaanderen:

EPSI Kortrijk – Eenheid voor psychiatrische spoedinterventie

AZ Groeninge Kortrijk

President Kennedylaan 4, 8500 Kortrijk

Tel: 056/ 63 19 30

Provincie Oost-Vlaanderen:

UPSIE Gent – Verpleegafdeling Spoedpsychiatrie

UZ Gent

C; Heymanslaan 10, 9000 Gent

Tel: 09/ 332 43 44

Voor een luisterend oor kan u dag en nacht gratis bellen/chat-ten:

- Tele-Onthaal : Tel: 106
www.tele-onthaal.be
- De Zelfmoordlijn 1813: Tel. 1813
www.zelfmoord1813.be
- Awel (voor jongeren): Tel: 102
www.awel.be

Extra digitale ondersteuning

- BackUp: app die verschillende tools bevat die kunnen helpen om een crisis te overbruggen of te voorkomen.
- On Track Again: App die jongeren opnieuw op weg helpt na een zelfmoordpoging
- Think Life: zelfhulp cursus die helpt om beter te leren omgaan met zelfmoordgedachten

Meer informatie:

www.zelfmoord1813.be

Contact

Telefoonnummer PAAZ: 056/ 62 30 70

Telefoonnummer onthaal: 056/ 62 31 11

Auteur: Dienst PAAZ
Publicatiedatum: Maart 2022
Doc: 6004

O.L.V. van Lourdes Ziekenhuis Waregem
Vijfseweg 150
8790 Waregem
T. 056/ 62 31 11
F. 056/ 62 30 20
E. info@ziekenhuiswaregem.be