

PSYCHOSOZIALE SPITEX

Wenn der Alltag verrückt

Wenn eine psychische Krise
oder Erkrankung den Alltag
zur Herausforderung machen.



Unsere Arbeitsweise

Krisensituationen und psychische Erschütterungen

Stresssituationen, Krankheiten oder herausfordernde Lebenssituationen können zu psychischen Krisen führen – mit dem Resultat, dass wir unser Leben kurz- oder längerfristig nicht mehr vollumfänglich meistern können. Aufgaben, die vor Kurzem noch problemlos gelungen sind, erscheinen auf einmal kaum lösbar. Aufzustehen und sich selbst zu versorgen, kann zum unüberwindbar scheinenden Kraftakt werden. Es gelingt nicht, Sozialkontakte aufzubauen und aufrechtzuerhalten oder eine geeignete Tagesstruktur zu finden. Spitex Zürich unterstützt Betroffene dabei, wieder Fuss zu fassen und die Kontrolle über ihr Leben zurückzugewinnen.

Wie wir unterstützen

Unsere Pflegefachpersonen der psychosozialen Spitex stellen den Bedarf der Betroffenen in den Vordergrund.

Vereinbarungen treffen

Um den individuellen Unterstützungsbedarf festzustellen, findet zunächst ein Gespräch mit einer speziell ausgebildeten und erfahrenen Pflegefachperson statt. Gemeinsam mit der betroffenen Person, und bei Bedarf mit den Angehörigen, werden Umfang und Inhalte der Pflege und Betreuung festgelegt. Lern- und Entwicklungsziele werden vereinbart und die Möglichkeiten und Grenzen der psychosozialen Pflege und Betreuung werden aufgezeigt.

Struktur schaffen

Durch gezielte Beratung und professionelle Unterstützung werden Menschen befähigt, ihren Alltag so selbstständig wie möglich zu strukturieren und mit den Auswirkungen ihrer psychischen Situation umzugehen.

Unser Angebot

Dafür setzen wir uns ein

Ziele unserer Arbeit sind, betroffene Menschen in ihrer Selbstbestimmung zu fördern, ihre Lebensqualität zu steigern und ihr Selbstmanagement zu stärken.

- Spezifische psychiatriepflegerische Bedarfsabklärung
- Ganzheitliche pflegerische Einschätzung mit Einbezug von psychischen, körperlichen und umfeldspezifischen Aspekten
- Förderung des Selbstmanagements im Umgang mit Erkrankung und Therapie
- Unterstützung im Aufbau, in der Reflektion und im Aufrechterhalten von sozialen Beziehungen und der gesellschaftlichen Teilhabe
- Unterstützung bei der Problem- und Krisenbewältigung
- Erarbeiten und einüben von Bewältigungsstrategien
- Aufbau und Erhaltung einer als sinnvoll empfundenen Tagesstruktur
- Befähigung zur Haushaltführung und Selbstpflege

Eine Begegnung auf Augenhöhe und gegenseitiger Respekt sind Basis der Zusammenarbeit.

- Förderung sozialer Kontakte zur Verhinderung von Isolation
- Aktivieren von Ressourcen als Hilfe zur Selbsthilfe
- Ressourcenorientierte Gespräche zur Alltagsbewältigung
- Förderung von Hoffnung und Zuversicht
- Begleitung bei Behördengängen und zu Institutionen
- Beratung und Information von Angehörigen
- Koordination und Zusammenarbeit mit den verschiedenen Hilfsangeboten (Hausärztin und Hausarzt, Psychologin und Psychologe, Psychiaterin und Psychiater, Spital, Sozialamt u. a.)
- Nachbetreuung nach Klinikaufenthalt

Wir beraten Sie

Für betroffene Menschen sind wir genauso da wie für Angehörige, Ärztinnen und Ärzte, Kliniken, Spitäler und weitere Institutionen. Bei einem Notfall melden Sie sich bei der kostenlosen kantonalen Notfallnummer.

0800 33 66 55

Kosten

Die Leistungen der psychosozialen Pflege sind über die Grundversicherung der Krankenkasse gedeckt. Weitere Informationen dazu finden Sie in den gültigen Tarifen von Spitex Zürich.

Spitex Zürich

Altstetterstrasse 124
8048 Zürich

058 404 47 00

[spitex-zuerich.ch](https://www.spitex-zuerich.ch)