

# Handbuch

für Angehörige psychisch kranker Menschen



## Ambulante Dienste / Stationäre Dienste

Julius Kurmann, Chefarzt Stationäre Dienste

Kerstin Gabriel Felleiter, Chefärztin Ambulante Dienste

## Inhaltsverzeichnis

<b>Inhaltsverzeichnis .....</b>	<b>2</b>
<b>1. Einleitung .....</b>	<b>4</b>
<b>2. Die Luzerner Psychiatrie.....</b>	<b>4</b>
2.1 Stationäre Dienste.....	5
2.2 Ambulante Dienste.....	5
2.3 Kinder- und Jugendpsychiatrie.....	5
<b>3. Ihr Angehöriger ist Patient in der Luzerner Psychiatrie.....</b>	<b>6</b>
3.1 Ihr Angehöriger ist Patient in der Klinik Luzern, St. Urban oder Sarnen .....	6
3.1.1 Anmeldung und Aufnahme in die Klinik .....	6
3.1.2 Behandlung.....	6
3.1.3 Ansprechpersonen für den Patienten.....	7
3.1.4 Zusammenarbeit mit Angehörigen .....	7
3.2 Ihre Angehörige ist Patientin der Gemeindeintegrierten Akutbehandlung .....	7
3.2.1 Anmeldung und Aufnahme in der GiA.....	7
3.2.2 Behandlung.....	8
3.2.3 Ansprechpersonen .....	8
3.2.4 Zusammenarbeit mit den Angehörigen .....	8
3.3 Ihr Angehöriger ist Patient in der Tagesklinik Luzern, Sursee oder Sarnen .....	8
3.3.1 Zusammenarbeit mit Angehörigen .....	9
3.3.2 Tagesklinik Luzern.....	9
3.3.2.1 Anmeldung und Aufnahme .....	9
3.3.2.2 Behandlung.....	9
3.3.2.3 Ansprechpersonen .....	10
3.3.3 Tagesklinik Sursee .....	10
3.3.3.1 Anmeldung und Aufnahme .....	10
3.3.3.2 Behandlung.....	10
3.3.3.3 Ansprechpersonen .....	10
3.3.4 Tagesklinik Sarnen .....	11
3.3.4.1 Anmeldung und Aufnahme .....	11
3.3.4.2 Ansprechpersonen .....	11
3.3.4.3 Behandlung.....	11
3.4 Ihre Angehörige ist Patientin in einem Ambulatorium.....	11
3.4.1 Abklärungen.....	12
3.4.2 Behandlungen.....	12
3.4.3 Zusammenarbeit mit Angehörigen .....	12
3.4.4 Gruppenangebote.....	13
3.4.5 Gesprächsabende für Angehörige .....	13
3.5 Ihr Angehöriger ist Patient im Drop-in.....	13
3.5.1 Anmeldung.....	13
3.5.2 Behandlungsteam und Beratung.....	13

3.5.3	Behandlungsziele .....	14
3.5.4	Zusammenarbeit mit Angehörigen / Ansprechpersonen .....	14
3.6	Ihre Angehörige ist Patientin in der Memory Clinic Zentralschweiz .....	14
3.6.1	Anmeldung.....	14
3.6.2	Ansprechpersonen .....	14
3.6.3	Abklärung.....	15
3.6.4	Zusammenarbeit mit Angehörigen .....	15
3.6.5	Gruppenangebot für Betroffene und ihre Angehörige.....	15
<b>4.</b>	<b>Was Sie für Ihre kranke Angehörige tun können.....</b>	<b>16</b>
4.1	Ihre kranke Angehörige für eine Behandlung motivieren .....	16
4.2	Ihre Angehörige in der Behandlung schützen.....	16
4.3	«Gesund handeln» .....	16
4.4	Im Notfall aktiv werden .....	17
4.5	Vorsorgen.....	17
<b>5.</b>	<b>Was Sie für sich tun können .....</b>	<b>18</b>
5.1	Sachliche Informationen besorgen .....	18
5.2	Auf die eigenen Bedürfnisse und Wünsche achten .....	18
5.3	Isolation vermeiden .....	18
5.4	Unterstützungsangebote nutzen .....	18
5.4.1	Angehörigen- und Selbsthilfegruppen.....	18
5.4.2	Paar- oder Familientherapie.....	19
5.4.3	Einzeltherapie oder -beratung.....	19
<b>6.</b>	<b>An wen Sie sich wenden können.....</b>	<b>19</b>
6.1	Therapeutinnen und Therapeuten .....	19
6.2	Beratungstelefon 24 h für Angehörige und Betroffene .....	19
6.3	Angehörigenorganisationen .....	19
6.4	EQUILIBRIUM .....	20
6.5	traversa – Netzwerk für Menschen mit einer psychischen Erkrankung .....	20
6.6	Vereinigung der Psychiaterinnen und Psychiater Luzern.....	20
6.7	Verband PsychotherapeutInnen Zentralschweiz (VPZ).....	20
6.8	Pro Mente Sana .....	20
6.9	Rechtsberatung Inclusion Handicap .....	21
6.10	Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden .....	21
6.11	e.l.b.e. – Fachstelle für Lebensfragen.....	21
<b>7.</b>	<b>Literaturhinweise .....</b>	<b>22</b>
<b>8.</b>	<b>Adressen Luzerner Psychiatrie.....</b>	<b>23</b>
<b>9.</b>	<b>Rückmeldungen.....</b>	<b>26</b>
9.1	Kontaktpersonen «Angehörigenhandbuch» .....	26
9.2	Beratungstelefon 24h für Angehörige und Betroffene .....	26

## 1. Einleitung

Der psychischen Gesundheit wird heute mehr Beachtung geschenkt und sie ist für die Lebensqualität von grosser Bedeutung. Wir wissen, dass eine psychische Störung sowohl für den einzelnen Menschen wie auch für die betroffene Familie eine enorme Belastung darstellen kann. Obwohl sehr viele Menschen unter psychischen Problemen leiden, werden diese Menschen noch immer von der Gesellschaft stigmatisiert und ausgegrenzt. Dabei ist bekannt, dass jeder von uns jederzeit psychisch erkranken kann – Kinder und Erwachsene, Reiche und Arme, Frauen und Männer.

Psychisch krank zu sein bedeutet nicht, dass man selber schuld daran ist, oder dass es sich dabei um eine charakterliche Schwäche handelt. Psychische Erkrankungen sind reale Erkrankungen, die Leiden und Behinderungen verursachen. Glücklicherweise sind wir heute in der Lage, psychische Erkrankungen gut behandeln zu können. Es gilt als gesichert, dass an der Entstehung von psychischen Erkrankungen sowohl biologische Faktoren wie Vererbung, hirngorganische Funktionsstörungen etc. wie auch psychologische und soziale Faktoren beteiligt sind. Aus diesem Grund arbeiten wir mit einem Behandlungsteam, das aus Fachpersonen verschiedener Berufsrichtungen zusammengesetzt ist. Damit wollen wir den Patientinnen und Patienten<sup>1</sup> eine möglichst umfassende, integrierte psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung bieten.

Der Einbezug der Angehörigen in die Behandlung von Menschen mit psychischen Störungen ist ein sehr wichtiges Element einer Behandlung. Im vorliegenden Handbuch finden Sie Informationen, Hilfe und Anregungen. Vorschläge, wie wir die Zusammenarbeit mit Angehörigen besser gestalten können, nehmen wir gerne entgegen.

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste / Stationäre Dienste

## 2. Die Luzerner Psychiatrie

Die Luzerner Psychiatrie ist für die Bevölkerung der Kantone Luzern, Obwalden und Nidwalden ein Kompetenzzentrum für alle Fragen im Bereich psychische Erkrankungen. Unseren Versorgungsauftrag organisieren wir nach dem Grundsatz «ambulant vor stationär».

Die Luzerner Psychiatrie ist in die drei Kernbereiche «Ambulante Dienste», «Stationäre Dienste» und «Kinder- und Jugendpsychiatrie» gegliedert und ist an mehreren Standorten vertreten. Über 1200 Mitarbeitende arbeiten für das Wohl psychisch kranker Menschen.

---

<sup>1</sup> Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird im folgenden Text abwechselnd die weibliche und die männliche Form verwendet. Es sind jedoch immer beide Geschlechter gemeint.

## 2.1 Stationäre Dienste

Psychiatrische Klinik St. Urban (Akutbereich, Altersbereich, Abhängigkeitsbereich, Spezialstationen)

Psychiatrische Klinik Luzern (Akutbereich, Konsiliar- und Liaisondienst am Luzerner Kantonsspital in Luzern)

Psychiatrische Klinik Sarnen (Akutstation, Station Integration (inkl. Tagesklinik), Ambulatorium)

Heilpädagogisch-Psychiatrische Fachstelle (HPF)

## 2.2 Ambulante Dienste

Gemeindeintegrierte Akutbehandlung (GiA) Luzern Stadt und Luzerner Landschaft

Ambulatorien Luzern, Hochdorf, Sursee und Wolhusen (Konsiliar- und Liaisondienst am Luzerner Kantonsspital in Sursee und Wolhusen)

Drop-in in Luzern

Tageskliniken in Luzern und Sursee

Memory Clinic Zentralschweiz in Luzern und Sursee

Spezialbereiche: Ambulante Alterspsychiatrie, Forensischer Dienst, Adipositas und Essstörungen

## 2.3 Kinder- und Jugendpsychiatrie

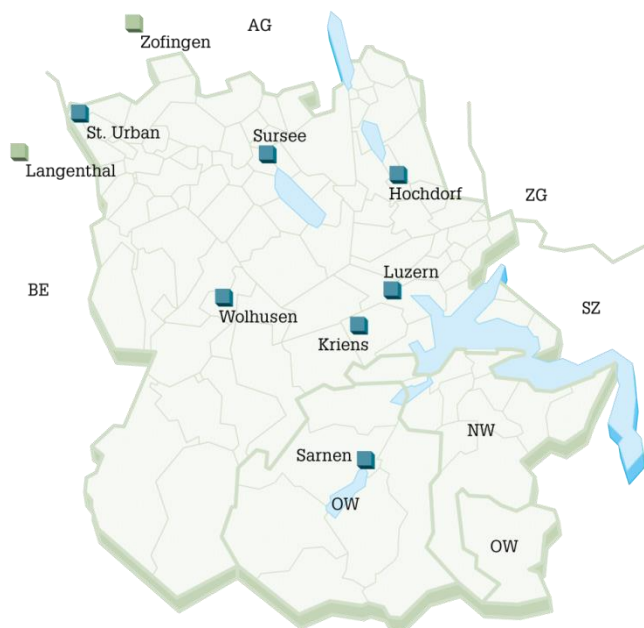
Ambulatorien in Luzern, Hochdorf, Sursee, Wolhusen, Sarnen

Jugendpsychiatrische Therapiestation in Kriens

Kinderpsychiatrische Therapiestation in Kriens

Kinder- und Jugendpsychiatrische Tagesklinik in Kriens

Konsiliar- und Liaisondienst am Kinderspital Luzern



Weitere Informationen finden Sie auf der Website der Luzerner Psychiatrie: [www.lups.ch](http://www.lups.ch)

### **3. Ihr Angehöriger ist Patient in der Luzerner Psychiatrie**

#### **3.1 Ihr Angehöriger ist Patient in der Klinik Luzern, St. Urban oder Sarnen**

Die Einweisung in die Psychiatrische Klinik erfolgt in der Regel über den betreuenden Arzt, sei es die Hausärztin oder der Psychiater. In 80 Prozent der Fälle handelt es sich um freiwillige Eintritte. Bei ca. 20 Prozent der Patienteneintritte kommt es zu unfreiwilligen Eintritten (sogenannte fürsorgerische Unterbringungen). Diese werden notwendig, wenn der Patient so krank ist, dass er die Fürsorge für sich selber nicht mehr übernehmen kann und dadurch entweder sich selbst oder andere Menschen gefährdet.

Bei einer stationären Behandlung arbeiten wir auf den verschiedenen Stationen im multi-professionellen Behandlungsteam. Dieses besteht aus Ärztinnen, Psychologen, Sozialarbeitenden, Pflegefachpersonen, Arbeitsagoginnen, Bewegungs-, Ergo-, Aktivierungs- und Gestaltungstherapeuten.

##### **3.1.1 Anmeldung und Aufnahme in die Klinik**

Die Aufnahme erfolgt nach einer schriftlichen oder im Notfall telefonischen Anmeldung durch eine zuweisende Ärztin oder zuweisenden Arzt. In Ausnahmefällen kann eine notfallmässige Aufnahme erfolgen.

Beim Eintritt in die Klinik wird durch die zuständige Fachperson (in der Regel eine Ärztin oder ein Psychologe) und die verantwortliche Pflegefachperson ein ausführliches Gespräch mit dem Patienten geführt. Da Ihre Auskünfte als Angehörige für die Aufnahmesituation von grosser Wichtigkeit sind, begrüssen wir es, wenn Sie beim Aufnahmegespräch dabei sind.

Im Verlauf der ersten Behandlungstage führt der zuständige Oberarzt oder die zuständige Leitende Psychologin zusammen mit der fallführenden Person nochmals ein ausführliches Gespräch mit der Patientin oder dem Patienten. Dabei werden die Behandlungsziele und der Behandlungsplan besprochen. Die Behandlungsplanung wird regelmässig im Kernteam (fallführende Person, pflegerische Bezugsperson, Patient) aktualisiert.

Bei der Behandlungsplanung wird mit dem Patienten u. a. abgesprochen, welche Therapien notwendig und sinnvoll sind, welche Medikamente er einnehmen muss, wie diese wirken und welche Nebenwirkungen sie haben können.

##### **3.1.2 Behandlung**

Zu Beginn der Behandlung erstellen wir gemeinsam mit der Patientin oder dem Patienten einen Behandlungsplan. Darin werden die angestrebten Veränderungen bzw. Ziele festgehalten sowie die von uns vorgeschlagenen Therapieangebote. Im Fall, dass der Patient beim Eintritt in die Klinik nicht urteilsfähig ist, wird eine allenfalls vorliegende Behandlungsvereinbarung als Grundlage für den Behandlungsplan verwendet.

In den Kliniken werden Behandlungsmethoden angewandt, die sich bewährt haben und die dem neusten Kenntnisstand entsprechen. Den Patientinnen und Patienten steht ein vielfäl-

tiges, umfangreiches und modernes Therapieangebot zur Verfügung, das ihren Bedürfnissen entsprechend genutzt werden kann. Alle Therapien und regulären Gespräche finden unter der Woche während der Bürozeiten statt.

### **3.1.3 Ansprechpersonen für den Patienten**

Wichtigste Ansprechperson des Patienten auf der Station sind die Pflegefachpersonen sowie die fallführende Person. Mit diesen Personen soll der Patient jederzeit über seine Probleme sprechen und seine Wünsche anbringen können.

Die anderen angebotenen Therapien sind ebenso bedeutend wie die Gespräche mit der Fallführung. Wir sind der Ansicht, dass mit einer integrierten psychiatrischen Behandlung, bei der verschiedene Therapieformen zum Tragen kommen, die Behandlungsziele besser erreicht werden können.

Uns geht es primär darum, dass der Patient, der in der Regel aufgrund seiner Krankheit die Fürsorge für sich selber im momentanen Zustand nicht oder nur teilweise übernehmen kann, genügend Sicherheit und Stabilität erhält, damit er wieder ein Leben ausserhalb der Klinik führen kann. In erster Linie geht es also um Kriseninterventionen.

### **3.1.4 Zusammenarbeit mit Angehörigen**

Die Zusammenarbeit mit den Angehörigen ist uns ein wichtiges Anliegen und stellt für uns ein wichtiges Element in der Behandlung dar. In der Regel werden Sie während der Behandlung durch die zuständige Fallführung, die Mitarbeitenden des Sozialdienstes oder die Pflegefachpersonen zu einem Gespräch eingeladen. Falls es für Sie wichtig ist, selbst aktiv zu werden, so melden Sie sich bei der Pflegefachperson oder der Fallführung und verlangen Sie ein Treffen. Wir führen mit Ihnen gerne ein Gespräch, sofern der Patient dies erlaubt. In der Regel findet das Gespräch gemeinsam mit Ihnen und dem Patienten statt. Uns ist diese offene, transparente Haltung wichtig, damit das Vertrauen des Patienten nicht gestört oder gefährdet wird.

## **3.2 Ihre Angehörige ist Patientin der Gemeindeintegrierten Akutbehandlung**

Bei der Gemeindeintegrierten Akutbehandlung (GiA) handelt es sich um ein akutpsychiatrisches Behandlungsangebot der Luzerner Psychiatrie. Normalerweise werden Patientinnen, die sich in einer akuten psychischen Krankheitsepisode befinden, stationär, d. h. in einer Klinik behandelt. Mit dem Angebot GiA wird ermöglicht, solche Episoden auch vorwiegend zu Hause zu behandeln. Die GiA wird in den beiden Versorgungsregionen Luzern Stadt und Luzerner Landschaft angeboten.

### **3.2.1 Anmeldung und Aufnahme in der GiA**

Voraussetzung für die Aufnahme in die GiA ist eine akutpsychiatrische Behandlungsbedürftigkeit (d. h. das Ausmass der krankheitsbedingten Probleme muss so sein, dass die Kriterien auch für einen Klinikaufenthalt erfüllt sind). Zuweisungen erfolgen durch die ambulant behandelnde Ärztin oder durch die Behandelnden in der psychiat-

rischen Klinik. In diesem Fall wird die Möglichkeit geboten, sich im Anschluss an den stationären Aufenthalt zu Hause durch das GiA-Team behandeln zu lassen.

### **3.2.2 Behandlung**

Ziel ist es, alltagsrelevante krankheitsbedingte Defizite individuell zu erfassen und die auch in der akuten Krankheitsphase vorhandenen Ressourcen der Patientinnen bereits zu Beginn der Therapie zu fördern. Bei der Behandlung zu Hause werden die Patientinnen je nach Bedarf mehrmals täglich aufgesucht. In ihrer vertrauten Umgebung erhalten sie Unterstützung bei der Strukturierung des Tages, der Wahrnehmung der alltäglichen Pflichten und der Medikamenteneinnahme. Ähnlich wie bei einer Klinikbehandlung steht das Team der Gemeindeintegrierten Akutbehandlung an sieben Tagen der Woche zur Verfügung. Nachts gibt es einen Pikettdienst.

### **3.2.3 Ansprechpersonen**

Die wichtigsten Ansprechpersonen sind die fallführende Pflegefachperson sowie der Assistenz- bzw. Oberarzt. Diese legen zusammen mit den Patientinnen und deren Angehörigen den Behandlungsplan und die Behandlungsziele fest.

### **3.2.4 Zusammenarbeit mit den Angehörigen**

Gerade wenn die Behandlung zu Hause stattfinden soll, kann dies einerseits eine Belastung für die Angehörigen bedeuten, andererseits aber auch zu einer Entlastung führen. Es ist uns ein grosses Anliegen, Sie als Angehörige bei der Behandlungsplanung möglichst intensiv einzubeziehen, indem Sie bereits in der Eintrittssituation anwesend sind und im Behandlungsverlauf regelmässig an Standortgesprächen teilnehmen (das Einverständnis der Patientinnen vorausgesetzt). Durch die Besuche zu Hause geschieht der Einbezug von Ihnen als Angehörige ganz «natürlich».

## **3.3 Ihr Angehöriger ist Patient in der Tagesklinik Luzern, Sursee oder Sarnen**

Die Tagesklinik ist eine teilstationäre Einrichtung. Dies bedeutet, dass die Patienten tagsüber von Montag bis Freitag ein psychiatrisch-psychotherapeutisches Therapieangebot erhalten. Am Abend und am Wochenende kehren sie in ihr gewohntes Umfeld zurück. Die Behandlung hat folgende Ziele: Psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung von psychischen Störungen, Rehabilitation und Wiedereingliederung in die Lebensbereiche Wohnen, Arbeit, Freizeit und Sozialkontakte.

Für eine Aufnahme in die Tagesklinik muss jeder Patient in der Lage sein, selbständig im jeweiligen Umfeld zu leben und jeden Morgen in die Tagesklinik zu kommen. Motivation für diese Therapieform ist unumgänglich.

Tagesklinik Luzern

Behandlungsplätze: 13

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 09.00 – 16.00 Uhr



Tagesklinik Sursee

Behandlungsplätze: 14

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 09.00 – 16.30 Uhr

Tagesklinik Sarnen

Behandlungsplätze: 12

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 09.00 – 16.30 Uhr

### **3.3.1 Zusammenarbeit mit Angehörigen**

Der Einbezug des sozialen Umfeldes des Patienten ist uns während der Behandlung ein wichtiges Anliegen. Darum wünschen wir uns eine Zusammenarbeit mit Ihnen als Angehöriger, mit anderen Bezugspersonen und/oder Arbeitgebern. Wir beziehen Sie gerne in Form von Paar-, Familien- oder Arbeitgebergesprächen in die Behandlung ein. Voraussetzung ist, dass der Patient seine Einwilligung dazu gibt.

### **3.3.2 Tagesklinik Luzern**

Das Behandlungsteam besteht aus einer Stellenleiterin, einer Spitalfachärztin, einem Sozialarbeiter, Pflegefachpersonen und Ergotherapeutinnen.

#### **3.3.2.1 Anmeldung und Aufnahme**

Nach erfolgter Anmeldung durch den zuweisenden Arzt erhält der Patient einen Termin für ein Vorgespräch. Dieses dauert ca. 45 Minuten und wird von der Stellenleitung durchgeführt. Es beinhaltet eine Führung durch die Tagesklinik mit Vorstellung des Behandlungsangebotes und ein Gespräch, in welchem die Indikation für die Tagesklinik geklärt wird. Nach Möglichkeit wird bereits zu diesem Zeitpunkt ein Termin für eine Probeweche vereinbart. Die Probeweche dauert in der Regel von Montag bis Freitag und soll dem Patienten einen vertieften Einblick in das Behandlungsangebot der Tagesklinik geben. Auch dient sie dazu, die Behandlungsindikation zu überprüfen. Bei Abschluss der Probeweche findet gemeinsam mit dem Patienten ein Auswertungsgespräch statt. Bei gegenseitigem Einverständnis erfolgt die definitive Aufnahme.

#### **3.3.2.2 Behandlung**

Die verschiedenen Aktivitäten finden vorwiegend in Gruppen statt. Den festen Rahmen bildet der Wochenplan mit verschiedenen Lerngruppen und therapeutischen Angeboten. Neben diesen klar umrissenen Gefässen nimmt das Erleben und Bewältigen des Alltags einen zentralen Platz ein. Wir streben ein Milieu an, welches Selbständigkeit und Eigenverantwortlichkeit fordert und fördert sowie Schutz, Halt und Struktur bietet. Die Patienten sollen ihre persönlichen Ressourcen erleben, erweitern und auf das eigene Umfeld übertragen können.

Wir streben eine möglichst umfassende Betreuung unter Berücksichtigung der medizinischen, psychologischen und sozialen Aspekte an. Diese beinhaltet die medikamentöse Behandlung, diagnostische Klärung sowie die Einleitung konsiliarischer Abklärungen (Zuzug von Fachpersonen zur weiteren Beratung) am Kantonsspital Luzern. Regelmässig fin-

den Einzelgespräche mit der Bezugsperson, der Ärztin sowie gemeinsame Standortgespräche statt.

#### 3.3.2.3 Ansprechpersonen

Die wichtigsten Ansprechpersonen während des gesamten Aufenthaltes in der Tagesklinik sind die Ärztin und die entsprechende Bezugsperson des Behandlungsteams. Diese legen im gemeinsamen definitiven Aufnahmegespräch mit dem Patienten die Behandlungsziele und den Behandlungsplan fest.

### 3.3.3 Tagesklinik Sursee

In der Tagesklinik arbeiten eine Stellenleiterin, ein Assistenzarzt, eine Psychologin, Ergotherapeutin und Pflegefachpersonen zusammen.

#### 3.3.3.1 Anmeldung und Aufnahme

Eine Einweisung erfolgt durch den Patienten selbst, den Hausarzt, einen Psychotherapeuten, über einen Facharzt für Psychiatrie sowie Ärzte in psychiatrischen, stationären Einrichtungen. Vor dem Eintritt findet ein ärztliches Vorgespräch statt, in dem das Programm der Tagesklinik vorgestellt wird und geklärt wird, ob der Patient für eine Behandlung motiviert ist und welche Ziele er für die Behandlung hat.

#### 3.3.3.2 Behandlung

Die Behandlung dauert in der Regel drei Monate. Der Behandlungsablauf in der Tagesklinik gliedert sich in drei Phasen: Diagnostikphase, Behandlungsphase, Austrittsphase.

##### *Diagnostikphase*

In den ersten zwei Wochen der Behandlung werden neben einer ausführlichen Erhebung der Biographie und einer diagnostischen Abklärung, gemeinsam mit dem Patienten die Ziele des Aufenthaltes in einem Behandlungsplan festgehalten.

##### *Behandlungsphase*

Es findet eine störungsspezifische, sowohl medikamentöse als auch psychotherapeutische Behandlung statt, deren Zwischenschritte und Ziele regelmässig im Rahmen der Oberarztvisite gemeinsam mit dem Patienten evaluiert werden.

##### *Austrittsphase*

Schwerpunkt liegt hier in der Integration in das berufliche und private Umfeld und im Aufbau der ambulanten Weiterbehandlung.

#### 3.3.3.3 Ansprechpersonen

Die wichtigsten Ansprechpersonen während des gesamten Aufenthaltes in der Tagesklinik sind die behandelnden Therapeuten, entweder der Arzt oder die Psychologin und die entsprechende Bezugsperson.

### **3.3.4 Tagesklinik Sarnen**

Das Tageskliniksetting findet auf der gemischten Integrationsstation (8 stationäre Betten, 12 Tagesklinikplätze) statt. Das Behandlungsteam besteht aus einer Co-Leitung (Pflegefachperson und Oberärztin), Pflegefachpersonen, fallführenden Ärzten und Psychologinnen, Arbeitsagoginnen, einer Sozialarbeiterin, einem Kunsttherapeuten, einem Jobcoach und einer Tanz- und Bewegungstherapeutin. Weitere Spezialtherapieangebote der Klinik Sarnen können ebenfalls mitgenutzt werden.

#### **3.3.4.1 Anmeldung und Aufnahme**

Nach erfolgter ärztlicher Zuweisung via Sekretariat der Klinik Sarnen oder der Triage- und Notfallstelle stellt die Oberärztin einen ersten Telefonkontakt zur Vereinbarung eines Vorgesprächs in unserer Tagesklinik her. Dieses wird durch die Oberärztin geleitet unter Anwesenheit der fallführenden Personen aus der Pflege und dem ärztlich-psychiatrischen Bereich.

Neben dem Gespräch zur Indikationsstellung der Tagesklinik und Vorstellung des Behandlungsangebotes, beinhaltet es auch die Führung durch die Räumlichkeiten. Nach einigen Tagen Bedenkzeit meldet sich der Patient telefonisch bei uns auf der Station um ein konkretes Eintrittsdatum festzulegen. In der Regel erfolgt der Eintritt an einem Montag.

#### **3.3.4.2 Ansprechpersonen**

Die wichtigsten Ansprechpersonen während des gesamten Aufenthaltes in der Tagesklinik sind die pflegerische Bezugsperson und die fallführende Ärztin oder Psychologin, die zusammen mit dem Patienten das Kernteam bilden. Diese legen gemeinsam mit dem Patienten auch die Behandlungsziele und den Behandlungsplan fest.

#### **3.3.4.3 Behandlung**

Im Verlauf der ersten 2 Wochen nach Eintritt werden gemeinsam mit dem Patienten die Behandlungsziele und der Behandlungsplan festgelegt. Die Behandlungsdauer wird individuell festgelegt und dauert im Schnitt ca. 12 Wochen. Die verschiedenen Aktivitäten finden vorwiegend in Gruppen statt. Den festen Rahmen bildet der individuelle Wochenplan, der aufgrund der festgelegten Behandlungsziele erstellt wird. Ein Schwerpunkt unserer Tätigkeit ist die Wiederintegration in das bestehende soziale und wenn vorhanden berufliche Umfeld. Hierfür werden häufig externe Personen aus dem sozialen oder beruflichen Kontext hinzugezogen, um konkrete Schritte der Integration zu planen. Im Rahmen der Tagesklinik erreichen die Patienten meist wieder eine Teilarbeitsfähigkeit.

### **3.4 Ihre Angehörige ist Patientin in einem Ambulatorium**

Die Ambulatorien sind die ambulanten Beratungs- und Behandlungsstellen der Luzerner Psychiatrie. Wir arbeiten in einem multiprofessionellen Team mit Pflegefachpersonen, Psychologinnen und Ärzten. Die Patientinnen werden von Hausärzten oder auch von den Behandelnden einer psychiatrischen Klinik (im Anschluss an einen stationären Aufenthalt) ins Ambulatorium überwiesen. Es gibt aber auch die Möglichkeit der Selbstanmeldung. Nach dem Prinzip der regionalisierten Versorgung hat jedes Ambulatorium ein Einzugsgebiet, für

das es zuständig ist. Das Sekretariat kann Ihnen Auskunft geben, welches Ambulatorium für die Behandlung Ihrer Angehörigen zuständig ist.

Sekretariat Luzern	T 058 856 48 40
Sekretariat Sursee	T 058 856 46 00
Sekretariat Hochdorf	T 058 856 59 00
Sekretariat Wolhusen	T 058 856 58 40
Sekretariat Sarnen	T 058 856 59 59

Informationen zu den Standorten und Zuständigkeiten finden Sie auch auf <https://www.lups.ch/erwachsenen-psychiatrie/allgemeinpsychiatrie/ambulatorien/>

### **3.4.1 Abklärungen**

Nach erfolgter Anmeldung erhalten die Patientinnen einen Termin für ein Erstgespräch. Ist ihr Gesprächspartner eine Psychologin oder eine Pflegefachperson, kommt bei Bedarf eine Ärztin hinzu. Nach den ersten Gesprächen finden wir gemeinsam heraus, welche Art von Hilfe für die Patientinnen geeignet ist. Am Ende dieser Abklärungsphase besprechen wir das weitere Vorgehen gemeinsam. Dies kann eine Weiterbehandlung beim Hausarzt, bei einer niedergelassenen Psychotherapeutin oder Psychiaterin oder bei uns in den Ambulatorien sein.

### **3.4.2 Behandlungen**

Wir bieten integrierte psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlungen an. Neben verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren kommt bei Bedarf eine medikamentöse Behandlung zum Einsatz. Je nach Situation führen wir die Psychotherapie in Form von Einzel-, Paar- oder Familiengesprächen durch. Eine vertrauensvolle, partnerschaftliche Zusammenarbeit mit unseren Patientinnen und den Angehörigen ist für uns zentral.

Zudem bieten wir ambulante Substitutionsbehandlungen an.

Wir führen auch von der Justiz angeordnete ambulante Massnahmen durch und arbeiten zusammen mit der Frauenklinik und dem Kinderspital in der Schwangerschaftssprechstunde mit.

Die Behandlung in unseren Ambulatorien ist stets freiwillig, setzt also das Einverständnis der Patientin voraus. Patientinnen müssen u. a. in der Lage sein, die Medikamente eigenverantwortlich und regelmässig einzunehmen. In Ausnahmefällen können wir sie dabei unterstützen, indem wir anbieten, die Medikamente an den Wochentagen bei uns einzunehmen.

### **3.4.3 Zusammenarbeit mit Angehörigen**

Da Sie die wichtigsten Bezugspersonen Ihrer Angehörigen sind, ist uns Ihre Mitarbeit wertvoll und wichtig. Wir beziehen Sie gerne in Form von Paar- oder Familiengesprächen in die Behandlung ein. Dies immer unter der Voraussetzung, dass die Patientin ihre Einwilligung

dazu gibt. Auch wenn das erkrankte Familienmitglied selber eine Behandlung ablehnt, können Sie sich trotzdem bei uns beraten lassen. Wir versuchen dann, Sie im Umgang mit dem erkrankten Familienmitglied zu unterstützen.

#### **3.4.4 Gruppenangebote**

Für Patientinnen und Patienten bieten wir in regelmässigen Abständen Gruppentherapien zu unterschiedlichen Themen an, die auch Teilnehmerinnen und Teilnehmern offen stehen, die nicht in unseren Ambulatorien behandelt werden. Informationen über das Gruppenangebot finden Sie auf unserer Website [www.lups.ch](http://www.lups.ch). Auch die Sekretariate der verschiedenen Ambulatorien geben Ihnen über die aktuellen Gruppenangebote gerne Auskunft.

#### **3.4.5 Gesprächsabende für Angehörige**

In Luzern finden regelmässig Gesprächsabende für Angehörige statt. Es sind Abende, an denen Angehörige, Verwandte oder Nahestehende eines psychisch erkrankten Menschen im Mittelpunkt stehen und mit psychiatrischen Fachleuten wie mit anderen Angehörigen diskutieren und den Austausch pflegen können. Es werden Fragen zu den Erkrankungen, Medikamenten und Behandlungsmöglichkeiten, aber auch zum Umgang mit den Erkrankten besprochen. Diese Gruppen stehen allen Angehörigen offen, d. h. nicht nur den Angehörigen der bei uns behandelten Patientinnen.

Angehörigenabende Luzern: jeden 2. Mittwoch, 18.00 – 19.30 Uhr, Ambulatorium Luzern, Auskunft T 058 856 48 00

### **3.5 Ihr Angehöriger ist Patient im Drop-in**

Das Drop-in ist eine ambulante Behandlungs- und Abklärungsstelle für opioidabhängige Menschen. Im Rahmen eines umfassenden Behandlungsangebotes werden Substitutionsbehandlungen mit Methadon, Buprenorphin (Subutex) oder Morphin sowie heroingestützte Behandlungen durchgeführt.

#### **3.5.1 Anmeldung**

Zuweisungen erfolgen in der Regel schriftlich und durch eine Fachperson. Betroffene können sich jedoch auch vor Ort oder telefonisch melden. Sie erhalten so rasch wie möglich einen Termin für ein Erstgespräch.

#### **3.5.2 Behandlungsteam und Beratung**

Im Drop-in arbeiten Fachleute mit verschiedenen beruflichen Hintergründen (Medizin, Pflege, Sozialarbeit und Sozialpädagogik). Die Mitarbeitenden des Behandlungsteams sind als Bezugspersonen zuständig für die persönliche Beratung der Patienten rund um das Thema Sucht, Substitution, Dosierung, sozialpsychiatrisch-medizinische Betreuung etc. Weitere Themenkreise sind: Wohnen, Arbeit, Schulden, Beziehungen, Familie, Freizeitgestaltung. Daneben werden Hilfsangebote anderer Institutionen vermittelt und Hilfestellungen koordiniert.

Inhalt und Ziele der Gespräche werden grundsätzlich in der individuellen Behandlungsplanung festgelegt, die sich an den persönlichen Möglichkeiten, den aktuellen Bedürfnissen und dem gegenwärtigen (Sucht-)Verhalten der Patienten orientiert.

### **3.5.3 Behandlungsziele**

Bei der Gestaltung der Behandlung stehen die Überlebenshilfe und die Entwicklung eines kontrollierten, möglichst unschädlichen Substanzkonsums im Vordergrund. Bis heute sind keine therapeutischen Massnahmen bekannt, die erwiesenermassen einen heilenden Einfluss auf die Heroinabhängigkeit haben. Die dauerhafte Abstinenz als oberstes Therapieziel lässt sich nach heutigem Stand des Wissens therapeutisch nicht erzwingen. Neben einer Stabilisierung geht es bei einer substitutionsgestützten Behandlung vor allem um eine Verbesserung der Gesundheit und der Lebensqualität.

Langzeitstudien zeigen, dass die Heroinabhängigkeit als chronische Erkrankung (Störung) und damit als Langzeitgeschehen interpretiert werden muss. Nur eine kleine Gruppe Heroinabhängiger erreicht in einem Zeitraum von wenigen Jahren eine dauerhafte Abstinenz, manche erreichen diese nie. Die Behandlung im Drop-in ist deshalb zeitlich nicht von vornherein begrenzt.

### **3.5.4 Zusammenarbeit mit Angehörigen / Ansprechpersonen**

Die enge Zusammenarbeit mit Ihnen als Angehörige ist uns wichtig. Sie können, falls der Patient damit einverstanden ist, an den Gesprächsterminen teilnehmen. Kontaktieren Sie dafür die zuständige Bezugsperson im Drop-in.

## **3.6 Ihre Angehörige ist Patientin in der Memory Clinic Zentralschweiz**

Die Memory Clinic Zentralschweiz mit den Standorten Luzern und Sursee ist spezialisiert auf ambulante Abklärungen von Gedächtnisstörungen und anderen Einbussen des geistigen Leistungsvermögens, insbesondere im höheren Lebensalter. Der Schwerpunkt liegt in der Demenzabklärung.

Die Memory Clinic Zentralschweiz ist ein Angebot der Luzerner Psychiatrie und des Luzerner Kantonsspitals (Zentrum für Neurologie und Neurorehabilitation).

### **3.6.1 Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt durch den Hausarzt oder eine Klinik.

### **3.6.2 Ansprechpersonen**

Die wichtigsten Ansprechpersonen sind die fallführenden Neuropsychologen. Diese führen die Untersuchungen durch und besprechen gemeinsam mit der Leitenden Ärztin die Diagnose und Therapiemöglichkeiten mit den Patientinnen und deren Angehörigen.

### **3.6.3 Abklärung**

Für eine Standardabklärung werden mindestens zwei Untersuchungstermine eingeplant. Sie besteht aus einem ausführlichen Anamnesegespräch, einer umfassenden neuropsychologischen Untersuchung und einem bildgebenden Verfahren des Gehirns wie MRI oder CT, einer medizinischen Untersuchung und Laboruntersuchungen, sofern diese nicht bereits vom Hausarzt gemacht wurden.

Im Anschluss an die Untersuchungen besprechen wir mit den betroffenen Personen und ihren Angehörigen die Ergebnisse, Behandlungsempfehlungen und Unterstützungsmöglichkeiten in einem ausführlichen Diagnose- und Beratungsgespräch. Danach werden die Patientinnen wieder durch ihren Hausarzt weiter betreut. Auf Wunsch führen wir weitere Beratungsgespräche durch.

Die Abklärungen erfolgen an einem der beiden Standorte in Luzern oder Sursee.

### **3.6.4 Zusammenarbeit mit Angehörigen**

Viele Patientinnen benötigen die Begleitung und Unterstützung ihrer Angehörigen. Entscheidungen müssen oft mit den Angehörigen getroffen, nötige Massnahmen mit diesen oder durch diese geplant werden. Dies kann bei einer Demenzerkrankung zu einer grossen Belastung für die Angehörigen führen. Es ist uns deshalb ein grosses Anliegen, die Angehörigen bei der Diagnosestellung und der Vermittlung von Behandlungs- und Unterstützungsmöglichkeiten intensiv mit einzubeziehen, indem sie, das Einverständnis der Patientinnen vorausgesetzt, bereits in der Erstuntersuchung und bei den weiteren Gesprächen anwesend sind. Eine unserer wichtigsten Aufgaben ist die Beratung der Angehörigen. Wir informieren sie über den Umgang mit den Erkrankten, über Entlastungsmöglichkeiten im Alltag sowie über Anlaufstellen, die weiterführende Informationen und praktische Unterstützung bieten.

### **3.6.5 Gruppenangebot für Betroffene und ihre Angehörige**

In Luzern und Sursee finden in regelmässigen Abständen Gruppentreffen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen statt. In der Gruppe «Training für Menschen mit Demenz» lernen Sie in verschiedenen Übungen Strategien zur Krankheitsbewältigung und deren praktische Anwendung kennen. Zudem bietet die Gruppe Gelegenheit zum Austausch mit anderen Betroffenen und Angehörigen.

Für weitere Informationen melden Sie sich beim Sekretariat der Memory Clinic Zentralschweiz: T 058 856 46 50 | [memory.clinic@lups.ch](mailto:memory.clinic@lups.ch)

Oder besuchen Sie unsere Website:

[www.lups.ch/erwachsenen-psychiatrie/gruppenangebote](http://www.lups.ch/erwachsenen-psychiatrie/gruppenangebote)

## **4. Was Sie für Ihre kranke Angehörige tun können**

### **4.1 Ihre kranke Angehörige für eine Behandlung motivieren**

Psychische Krankheiten sind in der Regel gut behandelbar. Der wichtigste Schritt ist es deshalb, Ihre kranke Angehörige zu motivieren. Wünscht sie selbst fachliche Hilfe, ist der nächste Schritt die Suche nach einem geeigneten Behandlungsplatz, bei dem Sie sie unterstützen können. In der Regel ist die erste professionelle Ansprechperson der Hausarzt. Er trifft erste Abklärungen und leitet die ersten Behandlungsschritte ein oder übernimmt die Behandlung direkt. Ist eine ambulante oder stationäre psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung angezeigt, hilft der Hausarzt Ihrer Angehörigen bei der Suche nach einem Behandlungsplatz<sup>2</sup>. Gegebenenfalls übernimmt er die Zuweisung zu einer Psychiaterin oder einem Psychotherapeuten. Die Einweisung in eine psychiatrische Klinik muss der Hausarzt oder allenfalls der Notarzt vornehmen.

### **4.2 Ihre Angehörige in der Behandlung schützen**

Wichtig ist, dass Sie zu dieser Behandlung positiv eingestellt sind, dass Sie Ihre Angehörige unterstützen, weiterhin in die Behandlung zu gehen und die allenfalls vom Arzt verordneten Medikamente einzunehmen. Es kann sein, dass bei Ihrer Angehörigen Zweifel an der Richtigkeit der Behandlung oder der Wahl der Medikamente auftreten, dass sie diese in Frage stellt oder zeitweise gar ablehnt. Ermuntern Sie sie, ihre Zweifel, ihre Fragen und ihre Unsicherheiten bezüglich der Behandlung mit der Therapeutin zu besprechen und zu klären. Haben Sie selber Zweifel oder sind Sie unsicher, ob die Behandlung dem Wohlergehen und Weiterkommen Ihrer Angehörigen dient, fragen Sie Ihre Angehörige, ob Sie diesbezüglich mit der Therapeutin sprechen dürfen. Das anschliessende Gespräch erfolgt am besten im Beisein der Patientin. Es wird für Sie eine grosse Erleichterung sein, wenn Sie Ihre Angehörige in guter Behandlung wissen. So können Sie sie entsprechend besser für die Behandlung motivieren. Besseres Wissen über die Krankheit und deren Behandlung hilft oft auch, mögliche Ängste und Vorurteile abzubauen und ermöglicht Ihnen, Ihre Angehörige und deren Bedürfnisse besser verstehen.

### **4.3 «Gesund handeln»**

Trotz aller Krankheit ist es nicht nur für Sie, sondern auch für die Patientin wie auch für weitere Angehörige wichtig, dass Sie im alltäglichen Zusammenleben versuchen, den gewohnten Lebensrhythmus wie Essens- und Schlafenszeiten, Nachkommen von Verpflichtungen, Pflegen von Hobbies etc. beizubehalten. Es tut Ihnen und Ihrer Angehörigen gut, wenn Sie aktiv bleiben und «gesund handeln». Wir meinen damit, dass in der Regel alles, was die gesunden Seiten eines Menschen stärkt, auch Ihrer kranken Angehörigen hilft.

---

<sup>2</sup> Es kann vorkommen, dass im Raum Luzern die psychiatrischen Behandlungsplätze belegt sind. Hauptsächlich im ambulanten Bereich wird von den Betroffenen wie Angehörigen Ausdauer bei der Suche benötigt.



#### 4.4 Im Notfall aktiv werden

Wenn Menschen in einen Zustand geraten sind, in dem sie sich oder andere Menschen gefährden (Selbst- oder Fremdgefährdung), sprechen wir von einem Notfall. Manchmal treten Notfälle auch auf, wenn Patientinnen verworren oder erregt werden oder in einer Art Ver-zückung nicht mehr wissen, was sie tun. Die Frage, ob das Leben der Betroffenen bedroht ist, können Sie als Angehörige nicht beantworten. In solchen Krisensituationen ist es dringend notwendig, ärztliche Hilfe anzufordern. Während der Bürozeiten wenden Sie sich an die Therapeutin Ihrer Angehörigen. Falls sie in einer Institution der Luzerner Psychiatrie in Behandlung ist, finden Sie die entsprechenden Nummern auf Seite 23 ff.

Die Luzerner Psychiatrie hat gemeinsam mit der Vereinigung der Luzerner Psychiater (VPLU) und der Ärztesgesellschaft die psychiatrische Notfallversorgung im **Kanton Luzern** neu organisiert. Menschen in psychischer Not steht die Notfallnummer 058 856 53 00 zur Verfügung, die von der *lups* während 24 Stunden an 365 Tagen betrieben wird. Anruferinnen und Anrufern wird rasch und kompetent geholfen. Je nach Situation werden Hilfesuchende direkt telefonisch beraten und – sofern angezeigt – innerhalb von 12 Stunden einen ambulanten Konsultationstermin beim niedergelassenen diensthabenden Psychiater vermittelt. Ist eine rasche ärztliche Untersuchung und Intervention vor Ort beim Patienten notwendig, wird der allgemeinärztliche Notfalldienst direkt avisiert.

Betroffene der Kantone **Obwalden und Nidwalden** können sich ebenfalls über die Notfallnummer 058 856 53 00 melden.

Im Fall einer akuten Fremdgefährdung ist die Alarmierung der Polizei (Telefon 117) unvermeidlich. Auch wenn der Arzt die Patientin nicht zur Mitarbeit bewegen kann, ist es möglich, dass der Arzt die Polizei bezieht. Die Inanspruchnahme der Polizei ist für Angehörige oft belastend. Die meisten erleben aber, dass die Polizei Erfahrung im Umgang mit Menschen in psychischer Not hat. Zudem zeigen viele Patientinnen nach Besserung ihres Zustandes Verständnis für die ergriffenen Massnahmen. Gemeinsame Gespräche in der Klinik über die Notfalleinweisung können gegenseitiges Verständnis schaffen.

#### 4.5 Vorsorgen

Vor einer Klinikentlassung kann es für die Patientin wie für Sie als Angehörige klärend und entlastend sein, wenn im Beisein der Therapeutin klare Abmachungen getroffen werden, die für die Patientin, die Angehörigen und deren Therapeutin, unter welchen Bedingungen (zum Beispiel Kenntnis sogenannter Frühwarnzeichen, Wissen um entsprechende Schutzmassnahmen) eine nächste Notsituation vielleicht zu vermeiden wäre.

Auf unserer Homepage [www.lups.ch](http://www.lups.ch) finden Sie ein Instrument – die Behandlungsvereinbarung – das dazu dient, diese Abmachungen und Vereinbarungen schriftlich und verbindlich festzuhalten.

## **5. Was Sie für sich tun können**

### **5.1 Sachliche Informationen besorgen**

Es kann Angst machen, nicht zu wissen, was mit dem kranken Angehörigen los ist. Wenden Sie sich an den Therapeuten Ihres Angehörigen; fragen Sie ihn – am besten in Anwesenheit Ihres Angehörigen – was Sie über die Krankheit und die Behandlung wissen möchten. Gegebenenfalls werden Sie von ihm auch Hinweise auf entsprechende Fachliteratur erhalten.

### **5.2 Auf die eigenen Bedürfnisse und Wünsche achten**

Das Zusammenleben mit psychisch kranken Menschen kann sehr belastend sein. Gewohntes wird durcheinander gebracht und kann die Angehörigen an die Grenzen ihrer Belastbarkeit und in eigene psychische Not bringen. Versuchen Sie trotz oder gerade wegen aller Sorge und Engagement um den kranken Menschen auch zu spüren, was Sie selber brauchen und was Ihnen gut tut. Schaffen Sie sich Freiräume, pflegen Sie weiterhin oder eben wieder die Kontakte zu Ihrem Freundeskreis, gehen Sie Ihren Hobbies nach oder gönnen Sie sich bewusst Erholung. Was Ihnen gut tut, wirkt sich auch positiv auf das erkrankte Familienmitglied aus.

### **5.3 Isolation vermeiden**

Psychische Krankheiten sind häufig. Jede dritte Person erkrankt mindestens einmal in ihrem Leben an einer psychischen Krankheit, rund jeder Zehnte begibt sich deswegen in Behandlung einer psychiatrischen Klinik. Entsprechend gross ist die Zahl der involvierten Angehörigen. Sollten Sie sich alleine (gelassen) fühlen mit den Problemen Ihres erkrankten Angehörigen, hilft es Ihnen möglicherweise, sich diese Zahlen vor Augen zu halten, um aktiv zu werden. Vermeiden Sie insbesondere, sich aus ungerechtfertigten Scham- und Schuldgefühlen abzukapseln. Pflegen Sie weiterhin Ihre guten Beziehungen. Tauschen Sie sich aus. Sie werden entdecken, dass viel mehr Menschen mit psychischen Schwierigkeiten bei sich oder ihren Angehörigen zu kämpfen haben, als Sie bisher angenommen haben.

### **5.4 Unterstützungsangebote nutzen**

#### **5.4.1 Angehörigen- und Selbsthilfegruppen**

Die Teilnahme an Angehörigengruppen oder Selbsthilfegruppen hat sich für viele Angehörige bewährt. Wesentliche Aufgabe der von Fachpersonen geleiteten Angehörigengruppe ist es, dass Sie als Angehörige über die wichtigsten Hintergründe der entsprechenden Erkrankung und die erforderlichen Behandlungsmassnahmen informiert werden. In Angehörigengruppen – wie Selbsthilfegruppen – treffen Sie zudem Menschen mit ähnlichen Erfahrungen. Solche Gespräche können Ihnen Entlastung bringen und vermitteln, dass «Sie nicht alleine dastehen» und dass andere ähnliche Probleme und Schwierigkeiten haben. Sie können gegenseitig voneinander lernen.

#### **5.4.2 Paar- oder Familientherapie**

Diese bietet sich an, wenn Sie für Ihre Schwierigkeiten im Zusammenleben gemeinsam nach einer neuen Lösung suchen wollen. Wichtig für eine solche Behandlung ist die Motivation und Bereitschaft aller Beteiligten.

#### **5.4.3 Einzeltherapie oder -beratung**

Es kann sein, dass Ihnen die Gespräche mit Ihren Freunden und anderen betroffenen Angehörigen nicht reichen. Zwar läuft die Behandlung Ihres kranken Angehörigen gut, aber da ist eventuell zu wenig Raum für Sie selber. Dann finden Sie vielleicht in einer Einzelpsychotherapie oder -beratung, wo sie im Mittelpunkt stehen, den sicheren Ort, wo Sie frei über Schuldgefühle, Ängste, Gefühle der Ohnmacht, Wut, Trauer, Hoffnungslosigkeit etc. sprechen können und vielleicht auch einen neuen Umgang mit diesen inneren und den vielen oben genannten äusseren Belastungen finden.

### **6. An wen Sie sich wenden können**

#### **6.1 Therapeutinnen und Therapeuten**

Die Therapeutin Ihrer Angehörigen ist für viele Ihrer Fragen und Probleme im Zusammenleben die Ansprechperson. Voraussetzung für diese Art der Zusammenarbeit ist das Einverständnis Ihrer Angehörigen, da die Therapeutin unter Schweigepflicht steht.

#### **6.2 Beratungstelefon 24 h für Angehörige und Betroffene**

Sie haben in Ihrer Familie jemanden, der psychisch erkrankt ist, und sind von der Erkrankung mit betroffen oder Sie suchen als Betroffene selber Rat?

Unter der Telefonnummer 0900 85 65 65 beraten Sie erfahrene Mitarbeitende der *lups*. Kosten: Regulärer Gesprächstarif bis zur 10. Minute, danach 3.23 CHF/Minute.

Erreichbarkeit: täglich 24-Stunden-Service

- psychische Erkrankungen
- Medikamente
- Behandlungsmöglichkeiten

Bei Bedarf kann ein nichtärztliches Beratungsgespräch für Angehörige und/oder Betroffene an der psychiatrischen Klinik Luzern vereinbart werden.

#### **6.3 Angehörigenorganisationen**

VASK Zentralschweiz, Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken, bietet regelmässig Kurse für Angehörige an (Profamilie-Kurse).

VASK Zentralschweiz | Postfach 534 | 6210 Sursee

T 041 921 60 48 | [info@vask-zentralschweiz.ch](mailto:info@vask-zentralschweiz.ch) | [www.vask-zentralschweiz.ch](http://www.vask-zentralschweiz.ch)

#### **6.4 EQUILIBRIUM**

EQUILIBRIUM, Verein zur Bewältigung von Depressionen, wendet sich an Personen, die selbst an einer Depression leiden oder die als Angehörige oft ebenso stark betroffen sind.

EQUILIBRIUM | Verein zur Bewältigung von Depressionen | 6300 Zug  
T 0848 143 144 | [info@depressionen.ch](mailto:info@depressionen.ch) | [www.depressionen.ch](http://www.depressionen.ch)

#### **6.5 traversa – Netzwerk für Menschen mit einer psychischen Erkrankung**

traversa bietet verschiedene ambulantes Dienstleistungen im Bereich Wohnen, Beratung und Tagesstruktur sowie stationäre Angebote in verschiedenen Wohnhäusern. traversa fördert damit die Teilhabe von Menschen mit einer psychischen Erkrankung am gesellschaftlichen, kulturellen und wirtschaftlichen Leben.

traversa | Geschäftsstelle | Tribschengasse 8 | 6005 Luzern  
T 041 319 95 00 | [info@traversa.ch](mailto:info@traversa.ch) | [www.traversa.ch](http://www.traversa.ch)

#### **6.6 Vereinigung der Psychiaterinnen und Psychiater Luzern**

Die Vereinigung der Psychiaterinnen und Psychiater Luzern hat eine Webplattform eingerichtet, auf der Sie sich nach freien Behandlungs- und Beratungsplätzen bei einer Psychiaterin oder einem Psychotherapeuten informieren können. Zudem bietet sie eine telefonische Vermittlungsstelle.

T 041 410 15 57 | [www.vplu.ch](http://www.vplu.ch)  
Montag, Dienstag, Donnerstag: 09.00 – 11.00 Uhr  
Freitag: 14.00 – 16.00 Uhr

#### **6.7 Verband PsychotherapeutInnen Zentralschweiz (VPZ)**

Der Verband PsychotherapeutInnen Zentralschweiz hat eine Webplattform eingerichtet, auf der Sie sich nach freien Behandlungs- und Beratungsplätzen bei einer Psychotherapeutin oder einem Psychotherapeuten informieren können.

T 041 210 86 78 | [info@verband-vpz.ch](mailto:info@verband-vpz.ch) | [www.verband-vpz.ch](http://www.verband-vpz.ch)

#### **6.8 Pro Mente Sana**

Die Stiftung Pro Mente Sana setzt sich für psychisch kranke Menschen ein.

Pro Mente Sana | Hardturmstrasse 261 | Postfach | 8031 Zürich  
T 044 446 55 00 | [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)

Telefonberatung T 0848 800 858  
Montag u. Dienstag: 09.00 – 12.00 Uhr  
Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr / 14.00 – 17.00 Uhr

E-Beratung durch Peers und Fachpersonen (mit Login)

## **6.9 Rechtsberatung Inclusion Handicap**

Der Rechtsdienst für Behinderte bietet kostenlose Rechtsauskünfte für Menschen mit einer Behinderung an.

**Rechtsberatung Sozialversicherung** | Beratungsstelle Zürich

Grütlistrasse 20 | 8002 Zürich

T Sekretariat 044 201 58 27

T Rechtsauskunft 044 201 58 28

Montag bis Freitag, 09.00 – 12.00 Uhr

**Rechtsberatung Gleichstellung** | Mühlemattstrasse 14a | 3007 Bern

T 031 370 08 55

Montag bis Donnerstag, 09.00 – 12.00 Uhr / 14.00 – 17.00 Uhr

Freitag 09.00 – 12.00 Uhr

info@inclusion-handicap.ch

## **6.10 Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden**

Die Selbsthilfekontaktstelle bietet telefonische Sprechstunden an:

Montag 13.30 – 17.00 Uhr

Dienstag bis Donnerstag 10.00 – 12.30 Uhr / 13.30 – 17.00 Uhr.

Sie können sich über die Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen informieren. Auch der Kontakt zu bestehenden Gruppen wird vermittelt.

T 041 210 34 44 | mail@selbsthilfeluzern.ch | www.selbsthilfeluzern.ch

## **6.11 e.l.b.e. – Fachstelle für Lebensfragen**

Die Fachstelle des Vereins e.l.b.e ist spezialisiert auf Beratungen in den Bereichen Partnerschaft, Schwangerschaft, Familienplanung und Sexualität.

e.l.b.e | Fachstelle für Lebensfragen | Hirschmattstrasse 30b | 6003 Luzern

T 041 210 10 87 | www.elbeluzern.ch

## 7. Literaturhinweise

### Allgemein

Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker e.V. (Hg.) (2007) Mit psychisch Kranken leben. Rat und Hilfe für Angehörige. Bonn: Psychiatrie-Verlag

### Depressionen

Josuran R, Hoehne V, Hell D (2006) Mittendrin und nicht dabei. Mit Depressionen leben lernen. Berlin: Ullstein

Wagner-Neuhaus D (2003) Depression. Ein Ratgeber für Angehörige

### Schizophrenien

Bäumli J (2008) Psychosen aus dem schizophrenen Formenkreis. Ein Ratgeber für Patienten und Angehörige. Berlin: Springer

Hell D, Schüpbach D (2007) Schizophrenien – Verständnisgrundlagen und Orientierungshilfen. Berlin: Springer

Finzen A (2004) Schizophrenie – die Krankheit verstehen. Bonn: Psychiatrie-Verlag

Finzen A (2003) Schizophrenie – die Krankheit behandeln. Bonn: Psychiatrie-Verlag

### Ängste

Schmidt-Traub S (2008) Angst bewältigen. Selbsthilfe bei Panik und Agoraphobie. Berlin: Springer

Wittchen H-U (1997) Panik-Ratgeber. Was Sie schon immer über die Behandlung von Panikstörungen wissen wollten. Basel: Karger

Wolf D (2009) Ängste verstehen und überwinden. gezielte Strategien für ein Leben ohne Angst. Mannheim: PAL

Homepage der Angst- und Panikhilfe Schweiz: [www.aphs.ch](http://www.aphs.ch)

### Zwänge

Ambühl HR, Meier B (2003) Zwang verstehen und behandeln. Stuttgart: Klett-Cotta

Klepsch R, Wilcken S (1998) Zwangshandlungen und Zwangsgedanken. Wie Sie den inneren Teufelskreis durchbrechen. Stuttgart: TRIAS

### Borderline-Störungen

Niklewski G, Riecke-Niklewski R (2006) Leben mit einer Borderline-Störung. Ein Ratgeber für Betroffene, ihre Partner und Familien. Stuttgart: TRIAS

### Essstörungen

Much S (2003) Essstörungen erkennen, verstehen und überwinden. Stuttgart: MVH

### Psychosomatik

Lieb H, von Pein A (2009) Der kranke Gesunde. Stuttgart: MVH

## 8. Adressen Luzerner Psychiatrie

### **Klinik Luzern**

Luzerner Psychiatrie

Stationäre Dienste

Klinik Luzern

Areal Kantonsspital 11

6000 Luzern 16

T 058 856 44 41

F 058 856 44 69

linik.luzern@lups.ch

### **Klinik St. Urban**

Luzerner Psychiatrie

Stationäre Dienste

Klinik St. Urban

Schafmattstrasse 1

4915 St. Urban

T 058 856 55 55

F 058 856 51 47 (Empfang Klinik St. Urban)

linik.sturban@lups.ch

### **Klinik Sarnen**

Luzerner Psychiatrie

Stationäre Dienste

Klinik Sarnen

Brünigstrasse 183

6060 Sarnen

T 058 856 59 59

F 058 856 59 88

linik-sarnen@lups.ch

### **Tagesklinik Sarnen**

Luzerner Psychiatrie

Stationäre Dienste

Tagesklinik Sarnen

Brünigstrasse 183

6060 Sarnen

T 058 856 59 59

F 058 856 59 88

linik-sarnen@lups.ch

### **Tagesklinik Luzern**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Tagesklinik Luzern

Areal Kantonsspital 11

6000 Luzern 16

T 058 856 45 53

F 058 856 45 57

tagesklinik.luzern@lups.ch

### **Tagesklinik Sursee**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Tagesklinik Sursee

Surentalstrasse 10

6210 Sursee

T 058 856 46 10

F 058 856 46 01

tagesklinik.sursee@lups.ch

### **Ambulatorium Hochdorf**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Ambulatorium Hochdorf

Brauiplatz 8

6280 Hochdorf

T 058 856 59 00

F 058 856 59 03

ambulatorium.hochdorf@lups.ch

### **Ambulatorien Luzern**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Ambulatorien A und B

Löwengraben 20

6004 Luzern

T 058 856 48 00

F 058 856 48 33

ambulatorien.luzern@lups.ch

### **Ambulatorium Sarnen**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Ambulatorium Sarnen

Brünigstrasse 183

6060 Sarnen

T 058 856 59 59

F 058 856 59 88

klinik-sarnen@lups.ch

### **Ambulatorium Sursee**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Ambulatorium Sursee

Surentalstrasse 10

6210 Sursee

T 058 856 46 00

F 058 856 46 01

ambulatorium.sursee@lups.ch

### **Ambulatorium Wolhusen**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Ambulatorium Wolhusen

Gütsch 1 Josefshaus

6110 Wolhusen

T 058 856 58 40

F 058 856 58 43

ambulatorium.wolhusen@lups.ch

### **Drop-in**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Drop-in

Bruchstrasse 29a

Postfach 7253

6000 Luzern 7

T 058 856 43 00

F 058 856 43 10

dropin@lups.ch



**Memory Clinic Zentralschweiz**

Luzerner Psychiatrie

Memory Clinic Zentralschweiz

Areal Kantonsspital 16

T 058 856 46 50

**6000 Luzern 16**

memory.clinic@lups.ch

Luzerner Psychiatrie

Memory Clinic Zentralschweiz

T 058 856 46 20

Surentalstrasse 10

F 058 856 46 01

**6210 Sursee**

memory.clinic@lups.ch

**Gemeindeintegrierte Akutbehandlung (GiA) Luzern Stadt**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

GiA Luzern Stadt

T 058 856 58 80

Voltastrasse 42

F 058 856 58 76

6005 Luzern

gia.stadt@lups.ch

**Gemeindeintegrierte Akutbehandlung (GiA) Luzerner Landschaft**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

GiA Luzerner Landschaft

T 058 856 41 00

Surentalstrasse 10

F 058 856 41 01

6210 Sursee

gia.landschaft@lups.ch

**Forensischer Dienst**

Luzerner Psychiatrie

Ambulante Dienste

Forensischer Dienst

T 058 856 58 70

Schappe-Center/Hobacherweg 2

F 058 856 58 76

6010 Kriens

forensischer.dienst@lups.ch

## 9. Rückmeldungen

Feedback nehmen wir gerne schriftlich oder per Telefon entgegen. Wichtige Hinweise, Kritiken und Ergänzungen helfen uns bei der Überarbeitung für eine nächste Auflage unseres Handbuchs.

### 9.1 Kontaktpersonen «Angehörigenhandbuch»

Dr. med. Kerstin Gabriel Felleiter | Chefärztin Ambulante Dienste  
T 058 856 46 00 | kerstin.gabrielfelleiter@lups.ch

Susanna Lüscher | Chefarztsekretariat Ambulante Dienste  
T 058 856 58 42 | susanna.luescher@lups.ch  
Surentalstrasse 10 | 6210 Sursee

Dr. med. Julius Kurmann | Chefarzt Stationäre Dienste  
T 058 856 54 00 | julius.kurmann@lups.ch

Silvia Brunner | Chefarztsekretariat Klinik St. Urban  
T 058 856 54 08 | silvia.brunner@lups.ch  
Schafmattstrasse 1 | 4915 St. Urban

Anita Bättig | Chefarztsekretariat Klinik Luzern  
T 058 856 44 31 | anita.baettig@lups.ch  
Areal Kantonsspital 11 | 6000 Luzern 16

Regula Rohr Reinle | Chefarztsekretariat Klinik Sarnen  
T 058 856 53 99 | regula.rohr@lups.ch  
Brünigstrasse 183 | 6060 Sarnen

### 9.2 Beratungstelefon 24h für Angehörige und Betroffene

Beratungstelefon: T 0900 85 65 65

Kosten: Regulärer Gesprächstarif bis zur 10. Minute, danach 3.23 CHF/Minute.



