Återhämtningsguiden

Sanna Esaiasson & Linda Nordström, NSPH Skåne

NSPH Skåne
Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Skåne

MED STÖD FRÅN ALLMÄNNA ARVSFONDEN

REGION SKÅNE

SKÅNES KOMMUNER

sensus

Allmänt om Återhämtningsguiden

- Idé från Danmark. Udskrevet, med syfte att minska suicidtal

- Togs fram av NSPH Skåne i samverkan med Region Skåne, Psykiatri Skåne och Kommunförbundet Skåne. Återhämtningsguiden implementeras nu i fler regioner.

- Ca 100 personer har deltagit i referens- och fokusgrupper. Dessa har bidragit till innehåll, användning och implementering av materialet samt reflektioner kring funktion och format

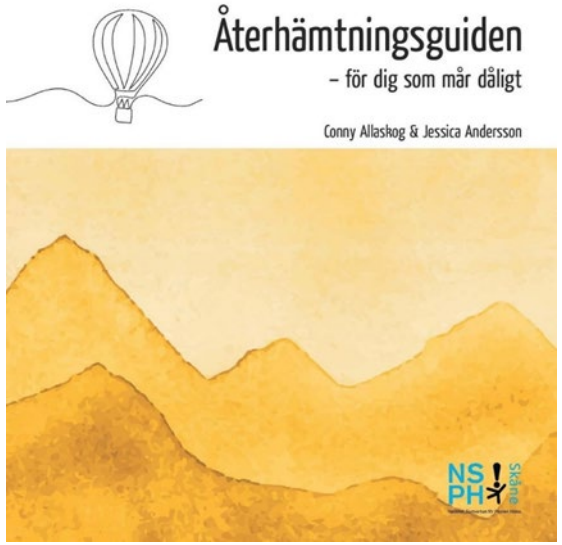
- Återhämtningsguiden är ett verktyg för den som är i behov av återhämtning, som drabbad eller anhörig. Materialen handlar om hopp, kontroll och möjligheter och är skrivna av personer som har egen erfarenhet av psykisk ohälsa och återhämtning

NSPH Skåne
Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Skåne

NSPH Skåne

Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Skåne

Återhämtningsguiden som mobilapplikation



- *Återhämtningsguiden- för dig som mår dåligt* finns även att ladda ner kostnadsfritt som mobilapplikation på Google Play och App Store
- Även *Återhämtningsguiden- för dig som står nära någon som mår dåligt* finner du på Google Play och App Store . Appen heter *Återhämtningsguiden-anhörig.*
- Apparna finns översatta till engelska och arabiska och heter då *Recovery guide* respektive .دليل التعاف. Du kommer åt översättningarna genom att ändra språkinställning och region på din telefon.

NSPH Skåne
Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Skåne

Framgångsfaktorer och erfarenheter i arbetet med Återhämtningsguiden

- Förenkla patientens väg tillbaka till vardagen
- Ger ett strukturerat arbete med återhämtning och ökade möjligheter att prata om återhämtning
- Skapar ökade möjlighet till delaktighet, vilket ofta är viktigt för tillfrisknad
- Underlättar kommunikation mellan patient och personal
- Förbättrat samarbete mellan patient och närstående
- Kan ge stärkande samtal i gruppverksamhet
- CEPI- Centrum för evidensbaserade psykosociala insatser. "*Återhämtningsguidens interventionsmetod har potential att främja återhämtning i slutenvårdstjänster för mentalvård (MHS)*"(Bejerholm et al 2022).

Läs studien "Implementation of the Recovery Guide in inpatient mentalhealth services in Sweden—A process evaluation study"- Bejerholm U, Allaskog C, Andersson J,Nordström L, Roe D: https://doi.org/10.1111/hex.13480

NSPH Skåne
Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Skåne

Kontaktuppgifter

Sanna Esaiasson
sanna@nsphskane.se
073 232 57 47

Linda Nordström
linda@nsphskane.se
073 232 57 30

Hemsida: https://aterhamtningsguiden.se/
Facebook: www.facebook.com/nsphskane.se
Instagram: www.instagram.com/aterhamtningsguiden
Nyhetsbrev: https://gansub.com/s/lCssV/
NSPH Skåne: www.nsphskane.se

NSPH Skåne
Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Skåne