



Vårdvalet
REMITTENT

För dig som behandlar patienter
med långvarig smärta och/eller
utmattningssyndrom.

pbm.se/vardvalet



Förändring som håller.

Rehabilitering BASERAD PÅ KBT

Innan patienten kommer till PBM första gången

Patienten bör vara medicinskt färdigutredd. I remissen bör du också specificera om patienten har stressrelaterad ohälsa, smärta eller en kombination av båda.

Steg 1

REHABILITERINGEN INLEDS med en multidisciplinär och standardiserad bedömningsfas av ett multiprofessionellt team bestående av läkare, fysioterapeut och psykolog.

Steg 2

EFTER DEN FÖRSTA BEDÖMNINGEN kommer teamet tillsammans med patienten ta fram en rehabiliteringsplan som grundas på de symtom och funktionsinskränkningar som framkommit.

Steg 3

BEHANDLINGEN baseras på psykologintervention individuellt och i grupp av såväl rehab/smärtläkare, fysioterapeut (sjukgymnast), psykiatriker och psykolog. Inom ramen för vårdvalet erbjuder vi våra patienter en individanpassad och evidensbaserad bedömning och efterföljande rehabilitering baserad på KBT (kognitiv beteendeterapi).

Steg 4

REHABILITERINGEN sker såväl individuellt som i grupp, där patienten alltid är delaktig i planeringen och behandlingen. Problematiken kan vara såväl stressrelaterad ohälsa som långvarig smärta eller en kombination av båda.

Steg 5

UTVÄRDERING kommer att ske i form av rapportering av resultat till Nationellt Register för Smärta, NRS och SLL.

Vi behandlar BÅDE KROPP & SJÄL

PBM har ett välfungerande flöde baserat på kognitiv beteendeterapi för patienter med utmattningssyndrom och stressrelaterad ohälsa.

Med det nya uppdraget kan vi utöka patientgruppen till att inkludera även patienter med långvarig smärta och erbjuda ett bredare rehabiliteringsalternativ. Studier har visat att just samsjuklighet med psykisk ohälsa (ej enbart depression) ökar smärtans intensitet och ger negativa effekter på psykosocial funktion. På PBM tar vi därför hänsyn till både kropp och själ och ser till helheten. Oavsett orsak till smärtan anpassar vi behandlingen efter patientens behov.

Praktisk & Teoretisk GRUPPBEHANDLING

Alla patienter får även delta i gruppbehandlingar. Behandlingarna kommer att vara standardiserade och erbjuds till såväl smärt- som utmattningsspatienter, och är till stor del av interaktiv karaktär. Exempel på symtom och dess hantering som kommer diskuteras är stress, sömn, smärta, katastroftänkande och spänningstillstånd. Till den interaktiva undervisningen kommer praktiska moment varvas med teori. PBM har idag ett aktivt utvecklingsarbete inom E-hälsa för att optimera patientens delaktighet och egenansvar.



Lär känna oss

OM PBM & VÅRA TJÄNSTER

pbm.se

Vårt team SPETSKOMPETENS

Samtliga av våra psykologer har spetskompetens inom KBT steg 1 och 2, tillämpad beteendeanalys och stressrehabilitering. Våra fysioterapeuter är specialiserade inom smärtlindring och OMT (ortopedisk manuell teknik). Våra läkare har specialkompetens inom rehabilitering, smärtlindring och psykiatri.

PBM har kunskap om transkulturella aspekter och trauma-rehabilitering. Flera psykologer och läkare har gedigen kunskap om PTSD-behandling, och vid behov finns neuropsykiatrisk/psykologisk kompetens att tillgå.

God kontakt

FÖRSÄKRINGSKASSAN & ARBETSFÖRMEDLINGEN

PBM vill verka för att upprätthålla god kontakt med såväl Försäkringskassan som Arbetsförmedlingen. Vi värnar om att göra sjukskrivningsprocessen så jämställd som möjligt, och att eventuella aktiviteter kan samordnas mot arbetsmarknaden. Samverkan sker med patienten i form av återkoppling, planerade rehab-möten och diskussion om synkroniserade insatser vid arbetsåtergång.

Har du frågor?
KONTAKTA OSS



pbm.se



PBM ÄR EN AV VÅRDGIVARNA

I oktober 2014 införde Stockholms läns landsting vårdval för patienter med Smärta med eller utan samsjuklighet och för utmattningssyndrom.

Du kan även läsa om PBM på viss.nu