



Annemette Hoier Nielsen

Første gang du kommer

Skal du huske dit sundhedskort, brev fra Udlændingestyrelsen vedr. opholdstilladelse og den medicin, du evt. får.

Hvis du er forhindret i at komme, bedes du ringe afbud hurtigst muligt og senest dagen før inden kl. 12.00 på tlf. 7453 2535. Der kan indtales besked

Transport

RCT ligger i Haderslev Centrum. Der er flere gratis parkeringsmuligheder i nærheden f.eks. ved Dammen eller hos Meny.

Busstationen ligger ca. 7 minutters gang fra Gravene.

Bor du mere end 50 km fra RCT kan du få kørselsgodtgørelse via Regionen. Vi hjælper med at søge om dette første gang du kommer til samtale.

RCT

Gravene 16, 1. sal

6100 Haderslev

Tlf.: 74532535

Telefonerne er åbne:

Mandag - torsdag kl.8.00 - 15.30

Fredag kl. 8.00 - 12.00

PJECE TIL PATIENTER

Om RCT
2021



**RehabiliteringsCenter
for Traumatiserede**



Hvad er RCT?

Vi tilbyder tværfaglig behandling til mennesker, som har været udsat for traumatiske oplevelser i et andet land end Danmark og som har udviklet PTSD.

Behandlingen er gratis, men du skal henvises af en læge eller via psykiatrien.

Om PTSD

Mange flygtninge har haft meget voldsomme oplevelser i forbindelse med krig, flugt og tortur. Oplevelser som har sat dybe spor, og som præger livet længe efter, de er kommet til Danmark.

Symptomerne på PTSD kan være:

- Søvnbesvær eller mareridt om natten
- Koncentrationsbesvær
- Følelsen af træthed og tristhed
- Irritation eller vrede
- Genoplevelser af krigs- og tortursituationer
- Åndedrætsbesvær og trykken for brystet
- Smerter som man ikke forstår årsagen til
- Følelsen af helst at ville være alene og ikke at kunne overskue ting, man før kunne klare
- Følelsen af at være på vagt

Disse kaldes posttraumatiske stress-symptomer og er menneskers naturlige reaktion på voldsomme oplevelser

Vores behandling

Hos os kan du få en tværfaglig behandling af vores dygtige psykologer, fysioterapeuter og socialrådgivere. Vi har også en fast tilknyttet speciallæge i psykiatri, en ortopædkirurg samt 2 bandagister .

- Psykologen hjælper til at tale om de traumatiserende oplevelser og giver redskaber til, hvordan du kan håndtere dine symptomer, tanker og følelser.
- Fysioterapeuten hjælper med forklaringer på smerter og andre gener i kroppen, som kan hænge sammen med PTSD. Smerter lindres f.eks. ved øvelser, massage, afspænding og vejledning. Fysioterapeuten hjælper også med kontakt til kommunen ved behov for hjælpemidler i hjemmet.
- Socialrådgiveren hjælper med de sociale problemer, som ofte er forbundet med PTSD og rådgiver om regler i det danske samfund samt hjælper med kontakt til myndighederne. Der kan også arbejdes med sociale relationer.
- Speciallægen i psykiatri kan hjælpe med at afdække specifikke vanskeligheder og kan ordinere medicin, der kan dæmpe symptomerne og gøre, at du kan sove bedre og føle mindre angst.
- Ortopædkirurgen hjælper med udredning og beskrivelse af skader i kroppen og henviser til relevante undersøgelser ved behov.
- Bandagisten hjælper med vurdering af behovet for hjælpemidler til kroppen og sørger også for tilpasning af de nødvendige hjælpemidler.

Forløbet

For at komme i behandling skal man henvises af en læge, som skal udfylde og underskrive et henvisningsskema, som findes på vores hjemmeside.

Når vi har modtaget en henvisning kalder vi indenfor 30 dage patienten ind til udredende samtaler hos en psykolog, en socialrådgiver og en fysioterapeut.

Efter samtalerne vurderer vi, om og hvilken behandling patienten skal tilbydes og indkalder så patienten til en startsamtale, hvor vi fortæller om behandlingsforløbet.

Et behandlingsforløb hos os varer typisk mellem 13 - 30 uger og foregår 1 gang om ugen i 1 eller 2 timer ad gangen alt efter, hvilke behandlere man skal se.

Muligheden for at få en tolk

RCT har dygtige fast tilknyttede tolke, som du kan få med i behandlingen, hvis der er brug for det. Du har den samme tolk igennem hele behandlingsforløbet. Vores tolke er, ligesom alle andre ansatte her, omfattet af reglerne om tavshedspligt.

Læs mere om os

Besøg os på internettet:
www.rct.life eller på
Facebook og LinkedIn.

På www.traume.dk kan du også læse mere om PTSD