

Rundum

versorgt

Ein breit gefächertes Angebot der AOK Bremen/Bremerhaven unterstützt Menschen, die psychologische Hilfe benötigen.

Der Partner trennt sich, ein naher Mensch stirbt, die Arbeit fällt immer schwerer, bis irgendwann nichts mehr geht. Eine seelische Krise zu bewältigen, ist für niemanden einfach – und mitunter muss man dafür auch professionelle Hilfe in Anspruch nehmen. Doch die Suche nach der richtigen Therapie, nach dem passenden Therapeuten

und weiteren Hilfsangeboten kann für psychisch Erkrankte belastend sein – gerade wenn sie sich in dieser Versorgungslandschaft noch nicht auskennen.

Um die Hürden zu senken, hat die AOK Bremen/Bremerhaven im Herbst 2019 das Versorgungsangebot „Der kurze Weg – Mentale Gesundheit“ ins Leben gerufen. Die Patienten erhalten dadurch nicht nur einen schnelleren Zugang zu Ärzten und Psychotherapeuten, sie werden auch auf vielfältige Weise unterstützt und beraten. Vertragspartner der AOK sind dabei die Kassenärztliche Vereinigung Bremen (KVHB) und die IVP Networks GmbH (IVP) in Hamburg. Das Unternehmen stellt ein Team von Psychologen und Psychotherapeuten bereit – über eine Krisen-Hotline sogar rund um die Uhr. Außerdem sind fünf Psychiatrische Pflegedienste in Bremen und Bremerhaven mit im Boot.

FESTER BETREUER FÜR JEDEN PATIENTEN

Wie läuft das Programm genau ab? Als erstes meldet sich ein Mitarbeiter aus dem IVP-Team und vereinbart mit dem Patienten einen Telefontermin, um mit ihm über seine persönliche Situation und den Unterstützungsbedarf zu sprechen. Diese sogenannten Care Manager begleiten die jeweilige Person während der gesamten Behandlungsdauer, organisieren Therapien und Hilfsangebote und sorgen dafür, dass sie ineinandergreifen. Dadurch

entlasten sie die behandelnden Ärzte und Therapeuten, für die sie ebenfalls ständige Ansprechpartner sind.

Nach dem Telefontermin erhält der Patient eine Empfehlung, wie die auf ihn zugeschnittene Versorgung aussehen kann. Dafür stehen verschiedene Module zur Verfügung.

BAUSTEINE JE NACH BEDARF

Ein Baustein ist die kurzfristige Behandlung von Menschen in psychischen Krisen beim Facharzt und Psychotherapeuten. „Wer als Patient an diesem Programm teilnimmt, soll einen schnelleren Zugang zu den teilnehmenden Ärzten und Therapeuten haben“, sagt Barbara Frank von der KVHB.

Daneben ist auch eine aufsuchende Versorgung zu Hause möglich, die von den Psychiatrischen Pflegediensten angeboten wird. Sozialarbeiter und Pflegefachkräfte unterstützen Menschen in ihrem Alltag, wenn sie Schwierigkeiten haben, sich selbst zu organisieren oder soziale Kontakte aufrechtzuerhalten. Zum Beispiel begleiten sie die Patienten auch zu Ämtern und Ärzten oder zu Gesprächen mit Angehörigen und Vorgesetzten. Als Ergänzung zu diesen „Vor-Ort-Leistungen“ setzt IVP drei eigene Versorgungsbausteine über Telefon und Internet ein: Unter der Dachmarke Novego bietet das Unternehmen diverse E-Learning-Programme an, welche die Patienten eigenständig

TEXT: ASTRID FUNCK, FOTO: SHUTTERSTOCK



durchlaufen können – unter anderem zu den Themen Depression, Angst und Burnout. Die Inhalte werden in Form von Videos, Hördateien, Lese-strecken und interaktiven Übungen vermittelt.

TELEFON-COACHING UND KRISEN-HOTLINE

Ein weiterer Baustein ist ein Telefon-Coaching, das in der Regel alle zwei Wochen mit einem festen Coach stattfindet. Psychologen mit Hochschulabschluss trainieren mit den Teilnehmern, wie sie Belastungssituationen wie Stress, Mobbing oder familiäre Probleme bewältigen können. „Das ersetzt keine Psychotherapie, hilft aber in akuten Krisen wie zum Beispiel bei einem Trauerfall in der Familie“, sagt Nina Brexendorf, die bei IVP als Projektmanagerin für das Programm mit der AOK als Partner zuständig ist. Abgerundet wird das Angebot durch eine Krisen-Hotline, die für die Teilnehmer des Programms 24 Stunden pro Tag und 365 Tage im Jahr erreichbar

ist. Die Psychologen führen zum Beispiel Kriseninterventionsgespräche, wenn jemand akute Probleme hat. „Es kann schon eine große Entlastung sein, wenn man weiß, dass es eine Nummer gibt, unter der sich jederzeit jemand meldet und einem zuhört“, hebt Nina Brexendorf hervor.

ZWEI ZUGANGSWEGE FÜR AOK-VERSICHERTE

Sämtliche Akteure, die am Programm mitwirken, informieren darüber hinaus auch über zusätzliche regionale Hilfsangebote wie Selbsthilfegruppen oder Frauenhäuser. Doch wie kommt man nun als AOK-Versicherter in das Programm hinein? Falls sich der eigene Arzt oder Psychotherapeut bereits an dem Programm beteiligt, führt der erste Weg über diese Schiene. Daneben kann die AOK Bremen/Bremerhaven ihre Versicherten auch direkt in das Programm einschreiben, wenn sie über 18 Jahre alt sind und ein paar weitere Voraussetzungen erfüllen.

Die Haus- oder Fachärzte und Psychotherapeuten schlagen ihre Patienten für das Programm vor. Im Weiteren bleiben sie dann mit in die Arbeit eingebunden und können über ein Online-Portal genau verfolgen, wie die Behandlung verläuft. Die Bremer Hausärztin Gisela Velde-Gestrich hat in ihrer Praxis in Osterholz-Tenever bereits etliche Patienten in das Programm eingeschrieben. „Es gibt viele Menschen, die psychische Probleme haben, und man weiß als Arzt oft gar nicht, wo man sie so schnell hinschicken soll, damit sie Hilfe bekommen“, sagt die 58-Jährige. Die Care Managerin von IVP habe einer Frau, die unter Depressionen litt, gleich für den nächsten Tag ein Telefon-Coaching vermittelt. „Diese telefonischen Kontakte, auch über die Hotline, tun den Patienten sehr gut und geben ihnen Sicherheit auch außerhalb der Sprechzeiten.“

Mehr Informationen unter Tel. **0421 1761 77165** oder online: aok.de/hb/der-kurze-weg

Wachsendes Versorgungsnetzwerk

→ Bis Ende 2021 hatten sich rund 630 Versicherte der AOK Bremen/Bremerhaven für das Programm „Der kurze Weg – Mentale Gesundheit“ eingeschrieben. Anfang Dezember 2021 wirkten insgesamt 108 Ärzte und Therapeuten daran mit, darunter 91 Hausärzte, zehn Fachärzte für Psychiatrie, Neurologie oder Nervenheilkunde und sieben Psychotherapeuten. Hinzu kommen fünf Psychiatrische Pflegedienste aus Bremen und Bremerhaven. Die Kassenärztliche Vereinigung Bremen (KVHB) strebt an, noch mehr Ärzte und Therapeuten für eine Teilnahme zu gewinnen. Auf der Website der KVHB finden Mediziner und Therapeuten unter dem Stichwort „Vertrag Psychische Erkrankungen“ alle dafür notwendigen Unterlagen.