

Secretariaat : Pastoriestraat 147
5612 EK Eindhoven
Redactie : OlgaMariaBerger@gmail.com
Mobiel : 06-2397 92 41
Website : www.ypsilonedk.nl



Nieuwsbrief oktober 2021

Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen.

We komen op 12 oktober voor het eerst weer bij elkaar voor een contactavond!!!

Voor de jaarplanners:

De regioavonden van Ypsilon afd. Eindhoven & de Kempen **in 2021**

In gewone tijden iedere 2e dinsdag van de maand om 19.30 uur in het Inspiratiecentrum van GGzE.

12 oktober	9 november	14 december
------------	------------	-------------

Inleveren kopij

Inleveren kopij voor het volgende regioblad: voor 25 oktober 2021

OlgaMariaBerger@gmail.com (nieuw mailadres!!!)

Diensten FACT-/POD-teams

De FACT-teams en de POD-teams zijn van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur bereikbaar op telefoonnummer **040-410 04 51**. Buiten deze tijden kunt u zich in geval van nood wenden tot huisarts/huisartsenpost, crisisdienst of eventueel 112.

Digitale kennissessies: De moeite waard om in de gaten te houden

Ypsilon organiseert samen met haar regionale vrijwilligers een boeiende reeks gratis onlinebijeenkomsten. Aantrekkelijk en gemakkelijk om te volgen vanachter je computer of laptop. Je hoeft er de deur niet voor uit, afstand is geen probleem. Elke kennissessie gaat over een ander thema. Na de sessie is de kennis en informatie over het besproken onderwerp terug te lezen in een 'thema-publicatie'.

Aanmelden via <https://www.ypsilon.org/kennissessies>

Redactioneel

Na een lange stop is het dan zover. Op 12 oktober is er een contactavond en daar kunnen we eens rustig bijpraten over de afgelopen periode. Hoe is het met jouw zieke naaste gegaan? Heb je het zelf niet al te moeilijk gehad met de maatregelen?

In principe kunnen degenen die dat willen de anderhalve meter aanhouden ook al is dat van overheidswege niet meer verplicht. De stoelen kunnen ver genoeg uit elkaar staan. Wie een mondkapje wil dragen voor de zekerheid is ook welkom. Ik denk dat de meeste van ons gevaccineerd zijn, maar we hebben alle respect voor degenen die voorzichtig willen blijven. Wil je nog niet komen en toch eens bijpraten, dan is er altijd nog de telefoon. Die wordt op dit moment niet opgenomen door Jan Wouters maar door ons nieuwe bestuurslid Wil van der Laak. Hij zal zich in het volgende regionieuws aan ons voorstellen op papier. In het echt op de komende regioavond en natuurlijk tijdens de jaarvergadering van 14 december.

Voor november zijn we bezig om weer een spreker te regelen. We hopen op een spreker over medicijngebruik met name over Clozapine dat soms als laatste redmiddel wordt gezien. Er zijn in de loop van de tijd veel wondermiddelen aangedragen maar ze helpen nooit voor iedereen, maar het is interessant om te horen wat de mogelijkheden zijn. Daar horen we eventueel in november meer over; nog niet helemaal zeker op dit moment.

Intussen hoop ik jullie allemaal te ontmoeten op 12 oktober in het Inspiratiecentrum.

Olga Berger

Nuchterheid nodig in berichtgeving over psychose

In de media wordt nauwelijks verteld hoe het echt zit met gevoeligheid voor psychose. De berichtgeving gaat vrijwel alleen over geweldpleging, overlast of uitzichtloos lijden. Mensen met psychosegevoeligheid voelen zich daardoor ernstig benadeeld. Dat blijkt uit een enquête die Samen Sterk zonder Stigma heeft uitgevoerd in samenwerking met Ypsilon, Anoksis, PlusMinus en PsychoseNet. Honderden respondenten gaven ook aan hoe het anders kan.

Mensen met psychosegevoeligheid en hun naasten zien zichzelf in de media vooral terug als verwarde personen van wie je last hebt of die gevaar opleveren voor hun omgeving. In mindere mate (maar toch ook nog behoorlijk vaak) worden ze neergezet als ernstig zieke mensen, die blijvend zorg nodig hebben. De nuchtere waarheid: een crisis is meestal tijdelijk en de grote meerderheid van de mensen met psychosegevoeligheid leidt een gewoon leven, ook als de klachten nooit helemaal verdwijnen. Een kleine minderheid heeft langdurige zorg nodig. Geweld en overlast komen alleen incidenteel voor. In de media is vooral aandacht voor die incidenten, maar niet of nauwelijks voor de ‘andere kant’ van het verhaal over psychosegevoeligheid.

De berichtgeving roept bij de respondenten gevoelens op van verdriet (51%), irritatie (48%), pijn (44%), ongerustheid (38%) en boosheid (32%). De hoogste positieve score heeft ‘ontroerd’, met 9%. Maar liefst 255 respondenten geven tips of suggesties voor andere berichtgeving rond mensen met psychosegevoeligheid, bijvoorbeeld meer uitleg geven over wat psychose wel en niet inhoudt (31%), graag nuchtere, evenwichtige berichtgeving in plaats van eenzijdige, opgeklopte verhalen (30%) en graag meer compassie in de berichtgeving voor mensen met een ernstige aandoening (12%).

Bron: Ypsilon landelijk

Nieuw bekostigingssysteem nadelig voor ggz-cliënten

In de nieuwe ggz-financiering, onderdeel van het Zorgprestatie­model dat op 1 januari 2022 ingaat, krijgen jaarlijks 98.000 cliënten te maken met hogere zorglasten. In het nieuwe systeem worden cliënten verplicht om niet alleen in het startjaar, maar ieder jaar zelf voor hun zorg te betalen vanuit het eigen risico. Dit komt omdat facturen sneller verstuurd zullen worden.

MIND, waar ook Ypsilon onder valt, vindt deze drempelverhogende aanpassing onacceptabel. In een brief aan de Tweede Kamer vraagt zij het ministerie van VWS om de wijziging terug te draaien.

MIND vreest dat meer mensen hierdoor hun zorg gaan uitstellen of zelfs vanwege de financiële drempel zorg gaan mijden. Het probleem doet zich met name voor in de generalistische basis-ggz en bij relatief kortdurende trajecten. Maar ook in de langer durende ggz worden mensen met een ernstige psychiatrische aandoening (EPA) getroffen die elk jaar een stuk van hun behandeling zelf moeten betalen. Juist EPA-cliënten hebben veelal lage inkomens.

MIND-directeur Marjan ter Avest: “Wij zijn geschokt dat de rekening bij de patiënt wordt gelegd. Geestelijke gezondheidszorg moet laagdrempelig beschikbaar zijn voor iedereen die de hulp hard nodig heeft.”

Een andere, wel gunstige, verandering in de financiering is dat consulten met naasten voortaan gewoon betaald kunnen worden.

Bron: Ypsilon landelijk

Woensdag 20 oktober 2021: Psysalon Best

Psysalon heeft tot doel mensen, familieleden, betrokkenen en hulpverleners te ondersteunen en te inspireren. Bij Psysalon is iedereen welkom. (Ervarings-)deskundigen gaan met behulp van gespreksleider Wil van der Laak met elkaar in gesprek over het thema van deze avond. Niet alleen de (ervarings-)deskundigen voeren het gesprek maar ook de bezoekers worden actief betrokken zich te mengen in het gesprek. Op deze manier hoor je ook eens de verhalen van andere mensen om jou heen. Zo zal er een aantal keren per jaar een Psysalon plaats vinden in Oirschot of Best met elke keer een ander thema.

Deze bijeenkomst is voor iedereen die geïnteresseerd is in het thema “verward gedrag” en in het bijzonder voor mensen die te maken hebben met een naaste met een psychische kwetsbaarheid.

Zorg jij voor iemand in je omgeving? Krijg jij zelf zorg van iemand die je lief is? Dat is toch heel normaal?! Of niet...

Praat erover in de Psysalon, want soms is het fijn om te ontdekken: “Ik ben niet de enige.”

Als partner, ouder, kind, familie of kennis kiezen we er niet altijd voor om te zorgen, het overkomt je en we hebben het graag voor de ander over. Volgens een onderzoek over ‘informele hulp’ van het Sociaal en Cultureel Planbureau voert ongeveer een derde van de

Nederlanders ‘enige vorm van mantelzorg’ uit. Ongeveer een op de zes van deze zorgverleners helpt meer dan acht uur per week. Ruim 600.000 mensen hielpen langer dan drie maanden en meer dan acht uur per week. Deze vorm van zorg is dus een belangrijke factor in het leven van heel veel mensen.

Adres: Bestwijzer, Zonnewende 173, 5683 AB Best.

Tijd: van 19.30 tot 21.30 uur, gratis toegang.

De zaal is open vanaf 19.00 uur en er staat koffie en thee klaar.

In verband met beschikbare plaatsen is aanmelding gewenst, dit kan via Anke Biermans. anke.biermans@ggze.nl.

Hoe zit het nu echt met antidepressiva?

Hoewel miljoenen mensen antidepressiva nemen, blijft er een taboe omheen hangen. Het ‘Hoe zit het nu echt met antidepressiva’ probeert tegenwicht te bieden. “Antidepressiva zijn best goede geneesmiddelen.”

Voor of tegen. Als het over antidepressiva gaat, lijken er maar twee kampen te bestaan. Je hebt mensen die er rotsvast van overtuigd zijn dat ze levens redden en je hebt mensen die alleen maar risico’s zien.

Het pas verschenen *Hoe zit het nu echt met antidepressiva* wil zich ergens tussen pro en anti positioneren. “We brengen een genuanceerd verhaal”, zegt Christiaan Vinkers (41). Vinkers is naast onderzoeker ook psychiater bij het Amsterdam Universitair Medisch Centrum. Al lang merkt hij hoe alleen nog maar het woord antidepressiva verzet of aarzeling bij patiënten teweegbrengt. Ze betwijfelen of de pillen werken, schamen zich over het gebruik ervan of raken bezorgd over de bijwerkingen. Om zin van onzin te onderscheiden maakte hij in 2017 *Even slikken*, een boek waaraan ook Roeland Vis (40), ziekenhuisapotheker in Nieuwegein en Utrecht, aan meewerkte. Ze komen nu met een herziene en uitgebreide uitgave van hun boek. Die blijft nodig, menen ze. “Want de discussies over antidepressiva woeden nog steeds en blijven bovengemiddeld negatief.”

Met hun boek willen ze tegenwicht bieden. “Het is geen pleidooi om iedereen aan de prozac of seroxat te krijgen. We willen vooral een reëel beeld geven door feiten op te lijsten. Op die manier kunnen patiënten een geïnformeerde keuze maken”, zegt Vis. Zelf zijn hij en Vinkers overtuigd. “Er zijn mitsen en maren, maar als we onder de streep kijken, dan mogen we best blij zijn dat antidepressiva er zijn. Die boodschap mag ook wel eens klinken.”

=====