



# Naar de POH-GGZ in de huisartsenpraktijk

De Praktijk Ondersteuner Huisarts Geestelijke Gezondheidszorg (POH-GGZ) is een professionele GGZ-hulpverlener die werkzaam is voor de huisartsenpraktijk. De POH-GGZ is er om op een laagdrempelige manier hulp te bieden aan mensen met psychische en psycho-sociale klachten.

# POH-GGZ

## Wat kan de POH-GGZ voor u betekenen?

In Nederland heeft 1 op de 4 mensen last van psychische klachten. Deze kunnen vanzelf of met hulp van anderen overgaan, maar soms is er meer hulp nodig.

Bij de volgende klachten kunt u met de huisarts bespreken om een afspraak met de POH-GGZ te maken:

- somberheid of depressie
- rouwverwerking
- opvoedkundige problemen
- angstklachten
- overspannenheid/burn-out
- concentratie problemen
- sociale problemen
- boosheid
- moeite om emoties te reguleren
- andere problemen waar je zelf niet uit kunt komen.

In een gesprek met de POH-GGZ brengt u uw klachten en vragen in kaart. U bespreekt samen op welke wijze uw klachten u belemmeren in wat u graag zou willen bereiken.

De POH-GGZ geeft voorlichting over klachten en mogelijke oorzaken en adviseert over passende behandelingen. Dit kan een behandeling zijn bij de POH-GGZ, vaak in combinatie met eHealth. Ook begeleiding na een behandeling in de GGZ is mogelijk.

De POH-GGZ is goed op de hoogte van verschillende vormen van ondersteuning in de wijk of initiatieven in uw regio en werkt samen met verschillende instellingen.

## Verwijzen

Wanneer u in samenspraak met de POH-GGZ en de huisarts van mening bent dat een behandeling door een andere hulpverlener of instelling (zoals maatschappelijk werk, een psychologenpraktijk of een GGZ-instelling) nodig is, zal de POH-GGZ u verwijzen.

## eHealth

Met eHealth bedoelen we online behandelprogramma's die u helpen uw geestelijke gezondheid te bevorderen. Naast de consulten bij de POH-GGZ kunt u zelf actief op een tijdstip dat voor u handig uitkomt, aan de slag met uw herstel. Denk hierbij aan het maken van opdrachten, lezen van informatie en bekijken van voorlichtingsfilmpjes.

## Zijn er kosten aan verbonden?

De kosten voor zorg die door de huisarts en de POH-GGZ worden verstrekt, worden vanuit de basisverzekering volledig vergoed. Bij eventuele doorverwijzing naar een GGZ-instelling kunt u bij uw zorgverzekeraar informatie krijgen over vergoeding van die kosten.

## Het digitale dossier

De POH-GGZ werkt in hetzelfde dossier als de huisarts. In dit dossier worden de verslagen van de gesprekken veilig opgeslagen.

## Privacy en toestemming

De POH-GGZ is onderdeel van de huisartsenpraktijk en werkt met dezelfde privacyregeling als de huisarts.

Voor vragen over de POH-GGZ kunt u bij uw huisarts terecht.