

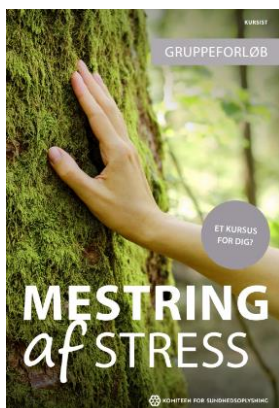
Nyhedsbrev

For almen praksis i Frederiksberg kommune

dec. 2024



Mestring af stress – Nyt Lær at tackle kursus fra 2025



Den 26. marts 2025 udbyder Frederiksberg Sundhedscenter for første gang et nyt 'Lær at tackle' kursus, som henvender sig til Frederiksberg borgere over 18 år med langvarig stress. Formålet er, at understøtte deltagernes mestring af de udfordringer, der udløser og vedligeholder stress.

Kurset foregår i Sundhedscentret og består af 7 mødegange af 2,5 timer.

Underviserne er frivillige instruktører som er blevet uddannet, og som har egen erfaring med stress. Borgerne kan henvises via egen læge eller henvende sig direkte til Sundhedscenteret. Tilmeldingen er muligt fra 1. december 2024.

Borgere der henvises til mestring af stress inviteres til en indledende afklarende samtale, hvor det afklares, om lær at tackle er det rigtige tilbud til dem. –

Vedhæftet dette nyhedsbrev får du også en folder om tilbuddet som kan udleveres til patienter.

Yderligere information: Sylvia Johannsen syjo01@frederiksberg.dk / tlf: 2898 5471

International lungedag 20. november

Med fokus på opsporing af lungesygdomme blev den Internationale Lungedag markeret på Frederiksberg Sundhedscenter på den 20. november. Og igen i år var arrangementet godt besøgt.

Vi tilbød lungefunktionsmåling til borgere, som ikke er kendt med lungesygdom. Derudover var der mulighed for at få vejledning i inhalationsteknik af farmaceut fra apoteket, kostvejledning af en diætist, rygestopvejledning og motionsvejledning.

Ca. 80 mennesker mødte op og 71 fik målt lungefunktion, - fordelt på 37 kvinder og 34 mænd. Heraf var der 11 hvor der var mistænke om KOL og 4 med mistanke om astma. 7 fik målt en restriktiv lungefunktion mens 38 havde normal lungefunktion.

De resterende 20 målinger blev udført på borgere med kendt lungesygdom (astma/KOL), men som ikke går til jævnlige kontroller hos egen læge.

Alle som fik målt lungefunktion fik et postkort med i hånden med resultatet, modtog vejledning og blev derudover opfordret til at opsøge egen læge ved behov.



Yderligere information: Naja Sandal Rouat naro04@frederiksberg.dk / tlf: 2898 5456

Ophør af Sundhedsplejens tilbud "Vægt i balance"

Med budgetforlig 2025 for Frederiksberg Kommune er der vedtaget en tilpasning af sundhedstjenestens budget, der medfører, at tilbuddet "Vægt i balance" ophører med virkning fra 1. januar 2025. Der er derfor ikke længere muligt at henvise børn og unge til indsatsen. De igangværende forløb vil blive afsluttet med udgangen af 2024. Fremover kan der i stedet henvises til Ambulatorium for overvægtige børn og unge på Nordsjællands Hospital i Hillerød.

Yderligere information: Susanne Wad Leth sule02@frederiksberg.dk / tlf: 3821 0031

Psykologhjælp til børn og unge i psykisk mistrivsel

Vi har tidligere skrevet om Frederiksberg Kommunes nye behandlingstilbud, Åbent Tilbud for Mental Sundhed. Et lettilgængeligt og gratis tilbud om psykologbehandling til børn og unge.

Tilbuddet er etableret efter Sundhedsloven, som pr. 1. juli 2024 er udvidet med følgende bestemmelse:

Lettilgængeligt behandlingstilbud til børn og unge med psykisk mistrivsel og symptomer på psykisk lidelse.

§ 126 a. Kommunalbestyrelsen tilbyder vederlagsfri udredning og behandling i et lettilgængeligt tilbud til børn og unge med psykisk mistrivsel og symptomer på psykisk lidelse. Udredning og behandling efter 1. pkt. skal tilbydes i sammenhæng med anden relevant hjælp efter denne lov eller anden relevant lovgivning.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen kan tilvejebringe udredning og behandling i henhold til stk. 1 ved at etablere tilbuddet på egne institutioner eller ved at indgå aftaler herom med andre kommunalbestyrelser.

Frederiksberg Kommune er en af de første kommuner, der har etableret et lettilgængeligt behandlingstilbud efter sundhedslovens nye bestemmelse. Derfor aflagde sundhedsminister Sophie Løhde den 18. november besøg i Åbent Tilbud for Mental Sundhed sammen med Dansk Psykolog Forening. Sundhedsministeren fik lejlighed til at tale med både behandlere og borgere om deres erfaringer med og oplevelser af tilbuddet.



Fra venstre; Forperson i Dansk Psykolog Forening, Dea Seidenfaden, Sundhedsminister Sophie Løhde, Borgmester Michael Vindfeldt, Kommunaldirektør Nina Eg Hansen og Chefspsykolog Malene Hein Damgaard

Henvisning til tilbuddet

Vi er glade for de **henvisninger**, vi allerede har modtaget fra de praktiserende læger. Vi vil dog igen gerne gøre opmærksom på, at det **ikke er muligt at henvise til Åbent Tilbud for Mental Sundhed med det formål at få viderehenvist til udredning i Børne- og Ungdomspsykiatrien (BUC)**. Hvis den praktiserende læge vurderer behov for psykiatrisk udredning, så skal lægen selv henvise direkte til BUC. Det fremgår af den samarbejdsaftale, der er indgået mellem PLO-Hovedstaden, Region Hovedstadens Psykiatri og de 29 kommuner. Se mere her: [Børn og Unge \(psykiatri-regionh.dk\)](https://psykiatri-regionh.dk). Alle henvisninger til udredning og behandling i BUC sendes elektronisk til Center for Visitation og Diagnostik - CVD. Retningslinjerne for henvisninger fra praktiserende læger er beskrevet i [Forløbsbeskrivelser BUC](#).

Vær opmærksom på, at den unge/familien selv kan henvende sig direkte til Åbent Tilbud for Mental Sundhed og få hjælp uden henvisning. Henvi gerne, hvis du;

1. vurderer, at den unge/familien har brug for støtte til at komme i kontakt med Åbent Tilbud for Mental Sundhed
2. ønsker en tilbagemelding på evt. igangsættelse af behandling

Praksiskoordinator Anders Barkholt deltager i følgegruppen for Åbent Tilbud for Mental Sundhed og hjælper med til at sikre, at tilbuddet udvikler sig så godt som muligt og i overensstemmelse med de behov, som de praktiserende læger oplever.

Fakta om Åbent Tilbud for Mental Sundhed:

- Et behandlingstilbud til børn og unge i psykisk mistrivsel - og deres forældre
- Barnet eller den unge skal have bopæl i Frederiksberg Kommune.
- Tilbuddets behandlere er alle uddannede psykologer.
- Borgere kan henvende sig direkte uden henvisning, men fagprofessionelle har også mulighed for at henvise.
- Hvis barnet/den unge ikke vurderes at være i tilbuddets målgruppe, guider behandlerne videre til andet relevant tilbud i eller udenfor kommunen.

Telefonnummer og telefontid: **Alle dage 8.30-14 på telefon 38 21 11 30.**

Link til hjemmeside: [Åbent tilbud for Mental Sundhed](#)

Link til [Sundhed.dk](#)

Yderligere information: Marie Lønstrup malo01@frederiksberg.dk / 3821 1166

Mestring af funktionelle lidelser

Frederiksberg kommune tilbyder nu forløbet "Mestring af funktionelle lidelser". Forløbet er målrettet borgere, hvor der enten er mistanke om eller allerede er diagnosticeret en funktionel lidelse.

Kurset varer 6 uger og begynder tirsdag **den 28. januar 2025**. Inden deltagelse afholdes en indledende samtale med Socialrådgiver i Arbejdsmarkedsafdelingen Alba Skovslund, der vurderer inklusionskriterierne og sikre konkret viderehenvvisning.

Henvisningsprocedure

Hvis I ønsker at henvise en borger til forløbet, bedes I følge denne procedure:

- Send mail til jobcenter@frederiksberg.dk
- Emnefelt: Att. Alba Skovslund (koordinator) og **Mestring af funktionel lidelse**
- Tekstfelt: Oplys borgerens navn og telefonnummer

Vedhæftede brochure kan printes ud og udleveres til borger. Alternativt kan borger selv kontakte Alba Skovslund direkte (kontaktoplysninger fremgår i brochuren)

Vigtigt: Inden henvisning skal det sikres, at borgeren ikke har en anden uafklaret fysisk eller psykisk lidelse.

Yderligere information: Alba Skovslund alsk01@frederiksberg.dk / 2898 5795.

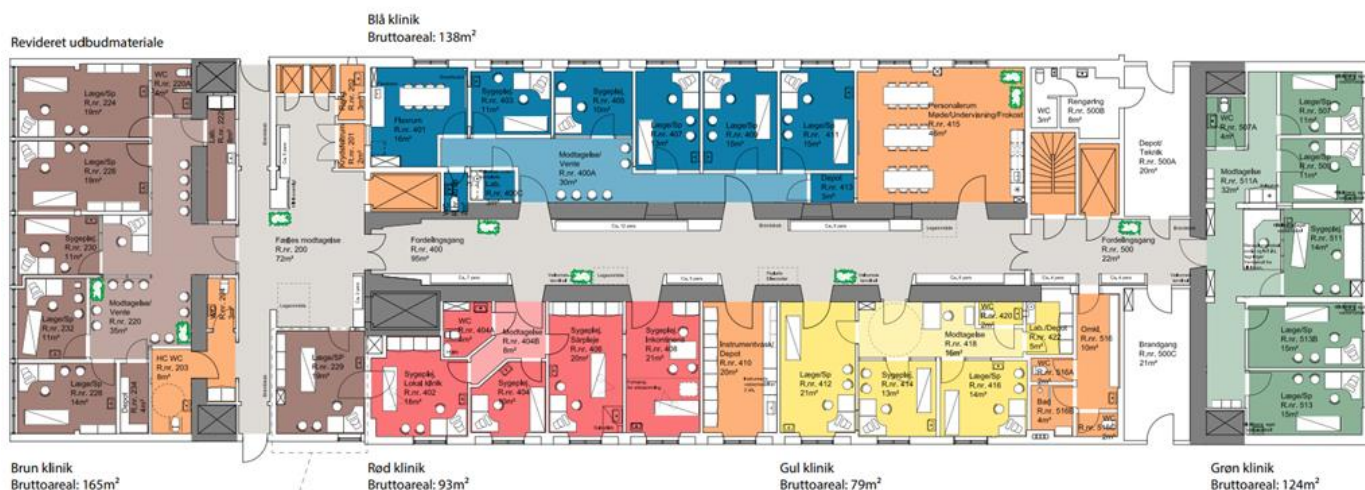


Ledige praksislokaler på hospitalsgrunden

Der er stadig mulighed for at leje praksislokaler på hospitalsgrunden: En praksis på 205,3 m2, inklusive andel af fællesarealer er ledig.

Praksis (på tegning: Blå klinik) består af reception, fire behandlerrum, personalerum, laboratorierum og depot. Lokalerne er velegnede for en kompagniskabspraksis med to læger.

Region Hovedstaden er udlejer og lejen på 29.247 kr. om måneden, inkl. driftsudgifter (vand, varme, el, renovation mv).



Den kommende lejer af lokalerne bliver samtidig en del af fællesskabet 'Frederiksberg Læge- og Sygeplejeklinikker' som, ud over at danne ramme for fire lægeklinikker og tre kommunale sygeplejeklinikker, indeholder fælles faciliteter som frokoststue/mødelokale, utensilierum og omklædningsrum. (på tegning: Orange områder)

Kontaktperson i Region Hovedstaden forbindelse med en evt. lejeaftale er Gitte Mogensen som kan træffes på telefon 4024 8625 eller på gitte.mogensen.03@regionh.dk

Venlig hilsen og god jul

Sundheds- og Omsorgschef Nicolai Kjems og Praksiskonsulent Anders Barkholt