

Zorgpaden MEJA 2024

Een zorgpad beschrijft de behandelmogelijkheden binnen MeJa. Dit is afhankelijk van de ernst van de problematiek. De indicierend regiebehandelaar is te allen tijde degene die de diagnose stelt en het behandelplan opstelt. Onderstaande wordt hierin gebruikt als richtlijn.

Voor de behandeling zoals beschreven in de zorgpaden, vindt altijd eerst een intake plaats. De eerste screening is de verwijsbrief van de huisarts. In de intake zal de indicierend regiebehandelaar een klachteninventarisatie doen, de HONOS afnemen, de zorgzwaarte bepalen, een diagnose stellen adhv de DSM 5. Deze procedure beslaat minimaal 2 (intake en adviesgesprek) en maximaal 4 sessies (uitgebreide leergeschiedenis en eventueel aanvullende diagnostiek en adviesgesprek). Als de cliënt akkoord is met het voorgestelde behandelplan, start de behandeling.

Voor de volgende classificaties is een zorgpad opgesteld binnen MEJA:

- Depressie
- Angst
- PTSS
- Persoonlijkheidsproblematiek

Depressie

Ernst	Setting en behandelduur	Interventies:
Licht (depressieve stoornis, eenmalig licht)	categorie A, monodisciplinair, gemiddeld 10 behandelsessies van 60 minuten	<p>behandeling: erkenning, psychoeducatie, structureren/ balans, cognitieve herstructurering,</p> <p>E-health</p> <ul style="list-style-type: none"> -zwanger en somber - somber pp - leefstijl - depressie CGT - depressie IPT - depressie - deprese Sociale omgeving - Moodbooster voor de donkere maanden - Somberheid - Activatie <p>Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.</p> <p>Op indicatie: Voluit leven groep speciaal voor moeders met jonge kinderen of de vadergroep.</p> <p>Indien zwanger: maken peripartumplan (met module online speciaal hiervoor ontwikkeld)</p>
Middel (depressieve stoornis, eenmalig of recidiverend). Geen comorbiditeit	Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandelsessies van 60 minuten	<p>behandeling: CGT protocol depressie, uitgebreide terugvalpreventie (gebruik makend van ehealth).</p> <p>Afhankelijk van de problematiek aangevuld met :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Systeemtherapie - Interventies uit schematherapie - Consult psychiater

		<ul style="list-style-type: none"> - Ambulante begeleiding - IMH - Zelfbeeldinterventies - Slaapinterventies - Basis schemagroep <p>E health</p> <ul style="list-style-type: none"> -zwanger en somber - somber pp - leefstijl - depressie CGT - depressie IPT - depressie - depreste Sociale omgeving - Moodbooster voor de donkere maanden - Activatie <p>Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.</p> <p>Indien zwanger: maken peripartumplan (met module online speciaal hiervoor ontwikkeld)</p>
Middel (depressieve stoornis, eenmalig of recidiverend). Met comorbiditeit	Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandlesessies van 60 minuten Afhankelijk ernst comorbiditeit zn opschalen naar interventies passend bij een zware depressie (categorie A, multidisciplinair)	Eerst behandelen als 'zonder comorbiditeit'. Indien niet afdoende, interventies vervolgen uit de categorie 'zware depressie'.
Zwaar (depressieve stoornis recidiverend en/of met comorbiditeit	Categorie B, multidisciplinair Maximaal aantal sessies afhankelijk van de comorbiditeit. Behandeling depressie maximaal 40 sessies van 60 minuten. Behandelen van onderliggende problematiek (zie andere zorgpaden)	Behandeling: CGT-protocol depressie, intensieve psychotherapie, farmacotherapie via POP poli of huisarts, suicidepreventie en ambulante thuisbegeleiding, uitgebreide terugvalpreventie (gebruik makend van eHealth).

		<p>Afhankelijk van de problematiek aangevuld met:</p> <ul style="list-style-type: none">- Systeemtherapie- Schematherapie- IMH <p>Als de depressie wat opklaart eventueel aanbieden community, wereld van meja.</p> <p>In kader terugvalpreventie: ACT groep voluit leven of MBCT (met of zonder baby) E-health: ACT (+ losse thema's) ACT: van klacht naar herstel</p> <p>Indien zwanger: maken peripartumplan (met module online speciaal hiervoor ontwikkeld)</p>
--	--	--

Angst

Er zijn verschillende angststoornissen: paniekstoornis, agorafobie, sociale angststoornis, specifieke fobie, obsessieve compulsieve stoornis, gegeneraliseerde angststoornis, hypochondrie, somatische symptoomstoornis, niet anders omschreven angststoornis.

In onze praktijk, waarbij de focus ligt op psychische problematiek rondom zwangerschap en jonge moederschap, zien we met name GAS, paniekstoornis, OCS en de niet anders omschreven angststoornis. Na diagnostiek zijn er de volgende behandelmogelijkheden:

Ernst	Setting en behandelduur	Interventies:
Licht	categorie A, monodisciplinair, gemiddeld 10 behandelsessies van 60 minuten	behandeling: erkenning, psycho educatie, structureren/ balans, cognitieve herstructurering, exposure Ehealth: -masterclass angst voor de bevalling - perfectionisme: lust of last - masterclass de perfecte moeder?- - Faalangst - Gegeneraliseerde angst - Paniek Sociale angst - Specifieke fobie -Stop keuzestress -Ziekteangst - Piekeren - Introceptieve exposure Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja om zo kennis te vergroten over transitie naar het moederschap
Middel	Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandelsessies van 60 minuten	behandeling: CGT protocol depressie, uitgebreide terugvalpreventie (gebruik makend van ehealth). Afhankelijk van de problematiek aangevuld met : - Systeemtherapie

		<ul style="list-style-type: none"> - Interventies uit schematherapie - Consult psychiater - Ambulante begeleiding - IMH <p>Ehealth:</p> <ul style="list-style-type: none"> -masterclass angst voor de bevalling - perfectionisme: lust of last - masterclass de perfecte moeder?- - Faalangst - Geeneraliseerde angst - Paniek Sociale angst - Specifieke fobie -Stop keuzestress -Ziekteangst - Piekeren - Introceptieve exposure <p>Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.</p>
Middel (met comorbiditeit)	<p>Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandelssessies van 60 minuten Afhankelijk ernst comorbiditeit zn opschalen naar interventies passend bij een zware depressie (categorie A, multidisciplinair)</p>	<p>Eerst behandelen als 'zonder comorbiditeit'. Indien niet afdoende, interventies vervolgen uit de categorie 'zware depressie'.</p>
Zwaar	<p>Categorie B, multidisciplinair Maximaal aantal sessies afhankelijk van de comorbiditeit. Behandeling depressie maximaal 40 sessies van 60 minuten. Behandelen van onderliggende problematiek (zie andere zorgpaden)</p>	<p>Behandeling: CGT-protocol angst, intensieve psychotherapie en zo nodig ambulante thuisbegeleiding gericht op exposure, uitgebreide terugvalpreventie (gebruik makend van eHealth).</p> <p>Afhankelijk van de problematiek aangevuld met:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Systeemtherapie - Interventies uit schematherapie

		<ul style="list-style-type: none">- Consult psychiater- IMH <p>Als de angst wat opklaart eventueel aanbieden community, wereld van meja.</p>
--	--	---

Indien er sprake is van Obsessief compulsieve stoornis, zal de behandeling meteen starten in categorie zwaar, met intensieve psychotherapie waarbij ambulante begeleiding wordt ingezet om de exposure behandeling meteen goed op de kaart te zetten. Als de dwang heel hardnekkig blijft en geen verbetering laten zien verwijzing overwegen naar dagbehandeling U

Traumagerelateerde stoornis

In onze praktijk, waarbij de focus ligt op psychische problematiek rondom zwangerschap en jonge moederschap, zien we van de trauma gerelateerde stoornissen met name PTSS en een andere gespecificeerde trauma/stressor gerelateerde stoornis. Na diagnostiek zijn er de volgende behandel mogelijkheden:

Ernst	Setting en behandelduur	Interventies:
PTSS en andere gespecificeerde trauma/stressor gerelateerde stoornis.	categorie A, monodisciplinair, gemiddeld 10 behandel sessies van 60 minuten	<p>Behandeling: erkenning, psycho-educatie, leefstijl interventie en traumagerichte therapie (EMDR, Imaginaire exposure, narratieve exposure therapie en/of schrijftherapie).</p> <p>E health (modules PTSS en EMDR)</p> <p>Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.</p> <p>Indien zwanger: maken peripartumplan (met module online speciaal hiervoor ontwikkeld)</p>
Complexe PTSS	Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandel sessies van 60 minuten	<p>Behandeling: erkenning, psycho-educatie, leefstijl interventie en traumagerichte therapie (EMDR, Imaginaire exposure, narratieve exposure therapie en/of schrijftherapie) en uitgebreide terugvalpreventie (gebruik makend van ehealth).</p> <p>Afhankelijk van de problematiek aangevuld met :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Systeemtherapie • Interventies uit schematherapie • Consult psychiater • Ambulante begeleiding • IMH • Zelfbeeldinterventies • Slaapinterventies • Basis schemagroep <p>E health (modules PTSS en eventueel EMDR)</p>

		<p>Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.</p> <p>Indien zwanger: maken peripartumplan (met module online speciaal hiervoor ontwikkeld)</p>
PTSS met comorbiditeit	<p>Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandlesessies van 60 minuten Afhankelijk ernst comorbiditeit zn opschalen naar interventies passend bij een zware PTSS (categorie A, multidisciplinair)</p>	<p>Eerst behandelen als 'zonder comorbiditeit'. Indien niet afdoende, interventies vervolgen uit de categorie "ernstig PTSS met comorbiditeit"</p>
Ernstig PTSS met comorbiditeit	<p>Categorie B, multidisciplinair Maximaal aantal sessies afhankelijk van de comorbiditeit. Behandeling PTSS maximaal 40 sessies van 60 minuten. Behandelen van onderliggende problematiek: zie andere zorgpaden.</p>	<p>Behandeling: erkenning, psycho-educatie, leefstijlinterventie en traumagerichte therapie (EMDR, Imaginaire exposure, narratieve exposure therapie en/of schrijftherapie), eventueel suicidepreventie en ambulante thuisbegeleiding, uitgebreide terugvalpreventie (gebruik makend van eHealth).</p> <p>Afhankelijk van de problematiek aangevuld met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Systeemtherapie • farmacotherapie via POP poli of huisarts • Schematherapie (eventueel in groepsverband) • IMH • Ambulante begeleiding • Zelfbeeldinterventies • Slaapinterventies <p>Eventueel aanbieden community, wereld van meja.</p>

		<p>In kader terugvalpreventie: ACT groep voluit leven of MBCT (met of zonder baby)</p> <p>Indien zwanger: maken peripartumplan (met module online speciaal hiervoor ontwikkeld)</p>
--	--	---

Persoonlijkheidsstoornissen

Er zijn verschillende persoonlijkheidsstoornissen bestaande uit 3 clusters. De paranoïde-, schizoïde- en schizothypische persoonlijkheidsstoornis (cluster A), de antisociale-, borderline-, histrionische- en narcistische persoonlijkheidsstoornis (cluster B) en de afhankelijke-, vermijdende-, en dwangmatige persoonlijkheidsstoornis (cluster C). Ook zijn er nog andere persoonlijkheidsstoornissen, namelijk de andere gespecificeerde persoonlijkheidsstoornis en de ongespecificeerde persoonlijkheidsstoornis.

In onze praktijk, waarbij de focus ligt op psychische problematiek rondom zwangerschap en jonge moederschap, behandelen we met name klachtgericht. Echter kan er wel sprake zijn van comorbide persoonlijkheidsproblematiek en kan hier aanvullend aandacht voor zijn in het behandeltraject zoals hieronder beschreven. De aanwezigheid van persoonlijkheidsstoornissen uit cluster A en een antisociale persoonlijkheidsstoornis behandelen we niet in onze praktijk.

Ernst	Setting en behandelduur	Interventies:
Psychische problematiek met comorbide persoonlijkheidsproblematiek licht aanwezig	Categorie A, monodisciplinair Gemiddeld 25 behandelsessies van 60 minuten Afhankelijk van de ernst van de aanwezige persoonlijkheidsproblematiek zo nodig opschalen naar interventies passend bij een matige ernst (categorie B, multidisciplinair)	Behandeling: Psycho-educatie, psychotherapie, interpersoonlijke therapie, elementen uit de VERS, MBT. Afhankelijk van de problematiek aangevuld met : <ul style="list-style-type: none"> • Systeemtherapie • Consult psychiater • Ambulante begeleiding • IMH E health (afhankelijk van diagnose passende module ehealth, bv psycho educatie over de gestelde diagnose). Denk ook aan masterclass perfectionisme en de masterclass de perfecte moeder Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.
Psychische problematiek met comorbide persoonlijkheidsproblematiek matig aanwezig	Categorie B, multidisciplinair Maximaal aantal sessies afhankelijk van de comorbiditeit. Behandeling depressie maximaal 40 sessies van 60 minuten. Behandelen	Behandeling: : Psycho-educatie, psychotherapie, interpersoonlijke therapie, schematherapie, VERS en/of MBT en het opstellen van signaleringsplan (gebruik makend van ehealth).

	<p>van onderliggende problematiek (zie andere zorgpaden)</p>	<p>Afhankelijk van de problematiek kan worden ingezet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Systeemtherapie • Groepsbehandeling (schematherapie en de vadergroep) • Consult psychiater • IMH <p>E health ((afhankelijk van diagnose passende module ehealth). Denk ook aan masterclass perfectionisme en de masterclass de perfecte moeder</p> <p>Bibliotherapie/ gebruik maken van community wereld van meja.</p>
--	--	--

Indien er sprake is van persoonlijkheidsproblematiek van ernstige mate en wanneer behandeling stagneert binnen onze praktijk, zal een verwijzing worden gedaan naar een GGZ-instelling die intensievere behandeling kan richten (bijvoorbeeld overwegen van verwijzing naar de poli persoonlijkheidsstoornis Lentis of naar INTER-PSY).