



## Klinika za psihijatriju KB Dubrava Referentni centar Ministarstva zdravstva za stresom uzrokovane poremećaje

### Pružanje psihološke podrške zdravstvenim djelatnicima

Od formiranja Primarnog respiracijsko - intenzivističkog centra (PRIC) u Kliničkoj bolnici Dubrava Klinika za psihijatriju KB Dubrava organizirala je ambulantu za psihološku podršku s ciljem pružanja psihološko psihijatrijske podrške i pomoći zdravstvenim djelatnicima koji sudjeluju u liječenju pacijenta oboljelih od Covid 19.

Psihološka podrška važna je zbog prevencije sindroma sagorijevanja i drugih psiholoških poteškoća, učenja kako se nositi sa stresom te liječenja ukoliko je potrebno.

Aktualno se svi zdravstveni djelatnici koju sudjeluju u radu PRIC-a (djelatnici KB Dubrava i djelatnici drugih ustanova koji su privremeno preraspodijeljeni na rad u KB Dubrava) osim individualne psihološke podrške mogu uključiti i u grupnu podršku te tehnike relaksacije. Organizirali smo i dostupnost naše psihološke podrške i za djelatnike drugih zdravstvenih ustanova koji sudjeluju u radu s pacijentima oboljelima od bolesti Covid 19.

## Grupe podrške osoblju

Kontakt broj **01 290 3006**

Termini održavanja **utorak i petak od 13.00 sati do 14.00 sati**

Mjesto održavanja **KB Dubrava, anesteziološka predavaonica II kat**

U slučaju potrebe moguće je povećati broj termina, kao i broj sudionika po grupi (do 15 osoba)

## Individualna psihološka podrška

Kontakt broj **01 290 3006**

Dostupno **od 08.00 sati do 19.00 sati** radnim danima

U slučaju potrebe za hitnom i neodgodivom intervencijom kroz 24 sata je dostupan dežurni psihijatar.

## Tehnike relaksacije

(Tehnike pozornosti, progresivna mišićna relaksacija, vježbe disanja, TRE vježbe)

Termin održavanja **srijeda od 13.00 sati do 14.00 sati**

Mjesto održavanja **KB Dubrava, anesteziološka predavaonica II kat, dvorana 5**

**Zdravstveni djelatnici drugih zdravstvenih ustanova koji sudjeluju u radu s pacijentima oboljelima od bolesti Covid 19** kojima je potrebna psihološka podrška telefonskim putem mogu se javiti na **broj telefona 091 412 2054 od 8 do 16 sati** na kojem je dostupan specijalist psihijatar.

Na isti broj moguće je dogovoriti i razgovor u ambulantomama koje privremeno koristi Klinika za psihijatriju u Domu zdravlja Istok (DZ Peščenica i DZ Sesvete) i Domu zdravlja Centar (DZ Kruge).