

# Altrecht

# Medisch Specialist

# **INDIGO**

**Mentale ondersteuning**

**Direct en Dichtbij**

- 
- Indigo is een divisie binnen Altrecht.
  - In de divisie smelten per 1-1-06 preventie, bestaande eerste lijnsprojecten, en kortdurende behandeling samen tot een slagvaardig en toegankelijk zorgaanbod
  - Altrecht speelt met deze divisie in op de toenemende zorgvraag en de druk om de zorg betaalbaar en effectief te houden
  - Een kwart van de Nederlanders kampt met psychische problemen. Problemen die als ze in een vroeg stadium worden aangepakt vaak goed en snel weer kunnen worden opgelost
  - Het zorgaanbod is een versterking van de eerstelijns GGZ en sluit aan bij het stepped care model, zorg en behandeling bieden die op dat moment noodzakelijk is, niet meer en niet minder

## Kernwoorden van Indigo zijn:

- Geen leeftijdsgrens
- Mono-disciplinair (SPV-GZpsycholoog)
- Kort, begeleiding en behandeling vinden vlg 5 gesprekken model of PST plaats
- Probleemgericht
- Dichtbij en persoonlijk, werken in de gezondheidscentra en de wijk
- Snel en toegankelijk, geen uitgebreide procedures of intakes
- Deskundig, werken met evidence en practice-based methoden (Problem- solving Th, IPT, Cognitieve gedragsth)
- Aansluiten bij de vraag doelgroep en cliënt
- Direct doorverwijzen als langere of specialistische behandeling nodig is
- Behandelaanbod vlg de stepped-care methode ingericht, voorlichting, zelfhulp, cursus, behandeling en begeleiding

---

## Doelgroepen

De divisie richt zich op alle mensen, ongeacht leeftijd of achtergrond, die kampen met psychische problemen.

Mensen die voor het eerst vastlopen of al langer leven met psychische problemen maar die tijdelijk extra steun nodig hebben.

In DSM4 termen moet je dan denken aan:

- Aanpassingsstoornissen
- V-code's
- Angst en Stemmingsklachten
- Care cliënten die adequaat behandeld zijn en in een stabiele fase verkeren

---

## Zorgaanbod

- Consultatie en advies door SPV die tevens aanspreekpunt en partner is voor gezondheidscentrum/psychosociaal team
- Gevarieerd aanbod van voorlichting, zelfhulp en cursus
- SPV indiceert en koppelt vraag en aanbod
- Kortdurende steunende en structurerende begeleiding/behandeling door SPV (PST en 5 gesprekken model)
- Consult en medicatie advies aan huisarts door psychiater
- Kortdurende behandeling door GZ psycholoog (IPT, Cogn gedragsth)
- Probleem oplossende therapie

---

## Praktijk

- Werken met 3 teams (Stad en Utrecht Oost en West)
- Wekelijkse cliëntbespreking
- Gedegen bijscholing medewerkers
- Psychiater als consulent verbonden aan het team
- Per team ongeveer 20 medewerkers
- Goede secretariële ondersteuning en bereikbaarheid.

## Opzet organisatie

- Preventie en zorg
- 3 regio's, 3 teamleiders en een directeur
- Secretariaat
- WMO, ZVW en DBC
- Stepped care

## De eerste 5 maanden

- Positief
- Knelpunten
- Concurrentie
- PR