

**W związku z obecnym zagrożeniem związanym z COVID-19 w Polsce sytuacja dotycząca działania pomocy psychologicznej, psychiatrycznej i terapeutycznej wygląda następująco:**

Zgodnie z ogólnymi wytycznymi Centrali NFZ czasowo ograniczono stacjonarną psychoterapię, porady psychologiczne i działalność oddziałów dziennych. W opiece psychiatrycznej i leczenia uzależnień wdrażany jest program pilotażowy z wykorzystaniem systemów teleinformatycznych lub innych systemów łączności. W ośrodkach terapii uzależnień oraz poradniach zdrowia psychicznego można uzyskać szczegółowe informacje drogą telefoniczną.

**1. Telefoniczne wsparcie psychologiczne oferowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie**

- Psycholog: nr tel. 91 46 46 335, w godz. 8-20
- Sekcja Interwencji Kryzysowej: nr tel.91 48 57 580, całodobowo

**2. Telefoniczne wsparcie psychologiczno-terapeutyczne w Środowiskowych Domach Samopomocy**

W szczególności jest ono adresowane do osób nie wychodzących z domu (seniorów czy osób poddanych kwarantannie). Mieszkańcy miasta mogą skonsultować się ze specjalistami pod specjalnymi numerami telefonów, od poniedziałku do piątku:

Specjalista	Numer telefonu	Godziny dyżurów
Terapeuta ds. uzależnień	732 684 448	16:00 - 20:00
Terapeuta	732 684 421	8:00 - 13:00
Terapeuta	732 684 067	8:00 - 13:00
Psycholog	732 684 062	9:00 - 15:00
Psycholog	732 684 446	12:00 - 18:00
Psycholog	732 684 088	14:00 - 20:00
Terapeuta	791 934 198	12:00 -15.00

**3. Wsparcie psychiatryczne w SPSZOZ „Zdroje”, ul. Mączna 4 w Szczecinie.**

- Psychiatryczna Izba Przyjęć: 91 880 6220  
Przyszpitalna Poradnia Zdrowia Psychicznego: 91 880 6221  
Zespół Psychologów: 91 880 6224

**W szpitalach psychiatrycznych przyjęto następujące zasady:**

- Przyjmowanie tylko i wyłącznie osób, których życie jest zagrożone (przypadki wymagające bezwzględnej hospitalizacji);
- Przyjęcia planowe zostają ograniczone do niezbędnych ze względu na stan zdrowia pacjentów. W każdym przypadku będzie brane pod uwagę ryzyko dotyczące stanu zdrowia pacjentów i prawdopodobieństwo jego pogorszenia;
- Zostały do odwołania wstrzymane odwiedziny pacjentów w szpitalu;
- Pacjentom kontynuującym opiekę w poradni specjalistycznej i wymagającym okresowej kontroli będą udzielane teleporady w godzinach pracy;
- W sytuacji, kiedy jest to niezbędne, pacjent zostanie umówiony na konkretną godzinę do lekarza;

- Prośbę o przepisanie leków do kontynuacji leczenia należy zgłaszać telefonicznie;
- Bez wychodzenia z domu można skontaktować się telefonicznie z lekarzem rodzinnym POZ w celu uzyskania porady lub recepty na kontynuację leczenia.

#### 4. Ośrodki terapii uzależnień (na przykładzie OTU, ul. Ostrowska 7 w Szczecinie)

- Indywidualne, telefoniczne wsparcie terapeutyczne (nr tel. do rejestracji: 91 455 - 83 – 43)
- Zawieszona pomoc grupowa

#### 5. Inne bezpłatne formy wsparcia psychologicznego

Poza pomocą instytucjonalną w Polsce pojawiają się akcje społeczne specjalistów indywidualnych oraz różnych organizacji, świadczące bezpłatną pomoc psychologiczną i terapeutyczną. Poniżej przedstawiono przykładowe działania:

- **„Psychologowie dla społeczeństwa”** - wspólna inicjatywa psychologów i psychoterapeutów, w ramach której oferowane jest bezpłatne wsparcie dla osób, które zmagają się z problemami psychicznymi podczas stanu zagrożenia epidemicznego. Pomocy udzielają wykwalifikowani specjaliści (poza wyżej wymienionymi, także: interwenci kryzysowi i psychotraumatolodzy), którzy na co dzień pracują zarówno w prywatnych gabinetach, jak i szpitalach, przychodniach i poradniach. Osoby zainteresowane mogą skorzystać z maksymalnie 3 sesji za pośrednictwem rozmowy telefonicznej lub wideorozmowy, trwających 50 minut. Akcja ma potrwać do końca marca tego roku, jednak termin ten może ulec zmianie. Lista specjalistów wraz z danymi do kontaktu dostępna jest na stronie:  
<https://www.psychologowie-dla-spoleszenstwa.pl/kontakt>
- **Fundacja Vis Salutis:** tel. 888-960-980 (dyżur psychologa i psychoterapeuty codziennie w godzinach 10:00-18:00).

Psycholog

Maja Wencierska

Materiały źródłowe:

[http://www.nfz-szczecin.pl/swiadczeniodawcy\\_news\\_2874\\_komunikat\\_dotyczacy\\_realizacji\\_i\\_rozliczania\\_swadczen\\_w\\_rodzaju\\_opieka\\_psychiatryczna\\_i\\_leczenie\\_uzalezniow\\_w\\_zwiazku\\_z\\_zapobieganiem\\_przeciwdzialaniem\\_i\\_zwalczaniem\\_covid\\_19.htm](http://www.nfz-szczecin.pl/swiadczeniodawcy_news_2874_komunikat_dotyczacy_realizacji_i_rozliczania_swadczen_w_rodzaju_opieka_psychiatryczna_i_leczenie_uzalezniow_w_zwiazku_z_zapobieganiem_przeciwdzialaniem_i_zwalczaniem_covid_19.htm)

<http://www.szpital-zdroje.pl/news/aktualnosci/ze-wzgledu-na-ogloszony-stan-zagrozenia-epidemicznego-wprowadzone-zostaja-zmiany-w-udzielaniu-swadczen-zdrowotnych-w-spszoj-zdroje>

<https://www.szczecin.uw.gov.pl/?type=article&action=view&id=11808>

<http://szpital-zdroje.pl/szpital/kontakt/wykaz-telefonow>