



- Forløbet har givet utroligt meget, særligt at være indlagt i en gruppe og kunne have mange gode snakke med de andre. Jeg har fået nogle fantastiske redskaber, og personalet er guld værd.

*Louisa Lodahl, 26 år, kantinedhjælper*



- Mange af behandlingsaktiviteterne gav god mening for mig – især kropsterapi og vejrtrækningsteknikker. Og ikke mindst selvværds- og kognitive-gruppen, hvor jeg arbejdede med at ændre tankemønstre. Jeg bruger redskaberne den dag i dag. Jeg har ikke haft anfald siden indlæggelsen i 2015.

*Nicolaj Christiansen, 28 år og social- og sundhedshjælper*



## Sådan bliver du henvist

Der er flere, der kan henvise dig til Epilepsihospitalet fx lægen fra den sygehusafdeling, hvor du bliver fulgt eller er udrett.

Det kan også være en praktiserende speciallæge fx en neurolog eller din egen læge - under reglerne for frit sygehusvalg.

Når du er henvist, indkalder vi dig til en samtale hos en af vores neurologer.



## Kontakt os!

Afdelingssygeplejerske Lena Glatved Madsen

Tlf.: 5826 4200

Mail: [filadelfia@filadelfia.dk](mailto:filadelfia@filadelfia.dk)

Epilepsihospitalet Filadelfia

Psykoterapeutisk Afsnit

Kolonivej 16

4293 Dianalund

[www.filadelfia.dk](http://www.filadelfia.dk)



- Jeg havde oplevelsen af, at man vidste, hvad man ville, og hvordan man kunne hjælpe mig. Der var sat god tid af. Jeg følte mig tryk.

*Klara Egeriis, 17 år og skoleelev*



- Jeg troede, at jeg var den eneste, der havde det sådan. Jeg følte mig helt alene, da jeg fik diagnosen. Så det var rigtig rart at møde andre og ikke skulle forklare sig, fordi de allerede kendte til det.

*Janni Nielsen, 34 år og social- og sundhedsassistent*

Udgivet af FILADELFIA 2019



# Psykoterapeutisk Afsnit

Terapeutisk hjælp til dig, som har epilepsi eller PNES, funktionelle anfald

# Lev bedre med epilepsi og PNES

Har du epilepsi, PNES – eller måske begge dele, tilbyder Epilepsihospitalet, Filadelfia behandling og hjælp til at klare hverdagen og få bedre livskvalitet. Det kan fx være, at du let mister overblikket, har angst og trækker dig fra andre mennesker. Måske har du svært ved at sige fra, har negative tanker om dig selv og dit liv?

Psykoteraeutisk behandling på Filadelfia kan støtte dig i at leve med epilepsi og PNES og få en bedre livskvalitet i din dagligdag.

## Hvem er vi?

Du vil møde forskellige fagpersoner, der vil arbejde sammen med dig. Det er vores erfaring, at det er vigtigt i forhold til et godt behandlingsforløb.

Du vil under hele indlæggelsen være tilknyttet en fast sygeplejerske eller social- og sundhedsassistent.

- Ergoterapeut
- Fysioterapeut
- Psykiater
- Psykolog
- Social- og sundhedsassistent
- Sygeplejerske.

## Vores tilbud

Vi kan tilbyde et 4-ugers behandlingsforløb med indlæggelse i Psykoteraeutisk Afsnit.

Du får et aktivitets skema for hver uge i behandlingsforløbet. Du vil følge det sammen med to-tre patienter, der er indlagt i samme forløb.

Derudover skal du arbejde individuelt med dine egne mål for i tæt samarbejde med din kontaktperson. Der vil ligeledes kunne laves individuelle aftaler efter behov/begrænsninger.

Vi tager udgangspunkt i dig og dit liv.

Behandlingen består af kognitiv adfærdsterapi og foregår i et samarbejde med dig.

Det overordnede mål er, at du:

- får en bedre forståelse af dig selv
- bliver bevidst om dine tanker, følelser og adfærdsmønstre
- bliver bedre til at acceptere de problemer, der fylder i dagligdagen
- får redskaber til at håndtere anfald.

I det individuelle forløb tilpasser vi behandlingen efter dine behov og begrænsninger.

Du er ikke indlagt i weekenden, men tager hjem fredag eftermiddag og kommer igen søndag aften. Filadelfia tilbyder statens kørselstakst for udgifter til transport. Dog ikke ved indlæggelsen og udskrivelsen. Her skal du søge regionen, hvor du bor.

Vi bor i et hyggeligt hus med ugenert terrasse. Afsnittet har otte sengestuer, stort køkken og opholdsrum med mulighed for sociale aktiviteter.

## Behandling

Behandlingen består blandt andet af:

- Samtaler
- Kognitiv miljøterapi
- Behandling af stress og angst
- Træning af selvværd
- Mindfulness
- Kropsterapi og sanserum
- Motion
- Undervisning
- Træning og struktur.

Du får lagt en god struktur i din dagligdag for at undgå stress.

Vi støtter dig efter udskrivelsen, hvor du får tilbudt at blive ringet op af din kontaktperson.

Tre måneder efter udskrivelsen tilbyder vi en ambulante samtale,



- Det har været godt at deltage i behandlingskonferencen, hvor alle behandlere byder ind fra deres fagområde lige i forhold til mig. Det har givet mig struktur.

*Jacob Stadler Nielsen*  
34 år, ejendomsfunktionær

## Kognitiv adfærdsterapi

Kognitiv adfærdsterapi er en psykologisk behandling, der har fokus på din måde at tænke om dig selv, andre og omverdenen på.

Vi vil sammen med dig undersøge om dine tankemønstre gavner dig i forhold til at leve et godt liv. Sammen vil vi ændre negative mønstre.

