

# Har du en kompis som är deprimerad? – Det går att bota



NORRBOTTENS  
LÄNS LANDSTING

DIVISION

**Vuxenpsykiatri**

**H**älften av alla människor i Sverige kommer någon gång i livet att behöva behandling för psykiska besvär. Vuxenpsykiatri finns där för att hjälpa. Vi gör en viktig insats för många som har det svårt. En del patienter behöver bara prata med någon utomstående, några behöver terapi, andra medicin, men de flesta behöver flera olika insatser.

Att jobba inom vuxenpsykiatri är spännande, utvecklande och ibland också svårt. Det finns lika många behandlingar som psykiska besvär. Vanliga diagnoser är depression, ångest, fobi, psykos och bipolär sjukdom. För att hjälpas åt med bedömningarna arbetar vi ofta i team. Målet är givetvis att alla människor ska må bra och kunna delta aktivt i samhället. Kanske vill du vara med och göra det möjligt?

I ett behandlingsteam behövs det olika kunskaper. Det finns många yrkesgrupper inom vuxenpsykiatri. Här är några av dem.

# Yrken inom vuxenpsykiatri

## SKÖTARE

Som skötare i psykiatri arbetar du som behandlare/kontaktperson, oftast i team med psykiater, psykolog, kurator, arbetsterapeut, sjukgymnast och sjuksköterska. Alla i teamet arbetar för att ge rätt stöd och behandling för att patienten ska må bättre och utveckla sin förmåga att klara vardagen. Varje patient har en behandlingsplan som upprättas i samråd med patienten och, där det behövs, med dennes nätverk. I arbetet som skötare ingår att dokumentera och vara delaktig i utvecklings- och kvalitetssäkringsarbetet på arbetsplatsen samt att ha kontakt med andra myndigheter, till exempel försäkringskassa, socialförvaltning och arbetsförmedling. Även medicinska uppgifter ingår där det finns behov. Som skötare kan du arbeta på en psykiatrisk vårdavdelning eller i öppenvård.

*För att arbeta som skötare i psykiatri kan du utbilda dig till undersköterska på gymnasieskolans treåriga omvårdnadsprogram med inriktning mot psykiatri. För arbete i öppenvård krävs påbyggnadsutbildning i form av kontaktmanna-utbildning, psykoterapeutisk utbildning och handledning.*

## SJUKSKÖTERSKA

Som sjuksköterska kan du arbeta på exempelvis en vårdavdelning, en vårdcentral eller en öppenvårdsmottagning. En sjuksköterska i psykiatrisk vård ingår ofta i ett team tillsammans med psykiater, psykolog, kurator, arbetsterapeut, sjukgymnast och skötare. Alla i teamet bidrar med sin specifika kunskap och arbetar för att ge rätt vård och stöd till patienten. För varje patient upprättas en behandlingsplan och som behandlare är du ansvarig för patientens långsiktiga planering och uppföljning. I sjuksköterskans arbetsuppgifter ingår att ta prover, dela ut läkemedel, ge injektioner och dropp, även att ha kontakt med försäkringskassa, socialförvaltning och andra myndigheter. Som sjuksköterska kan du få bedriva utvecklings- och kvalitetssäkringsarbete på din arbetsplats.

*För att bli psykiatrisjuksköterska ska du först vara legitimerad sjuksköterska, vilket tar tre år, och sedan gå specialistutbildning i psykiatri som är ett år.*

# xenpsykiatri

## ARBETSTERAPEUT

---

En arbetsterapeut tränar människor som av olika orsaker har svårt att klara sitt dagliga liv, kanske på grund av sjukdom eller olycka. Målet är att individen ska klara sin personliga vård, vardagens aktiviteter och fritid så självständigt som möjligt. Någon behöver kanske träna samarbetsförmåga, en annan koncentration, stresstolerans, självförtroendet eller initiativförmåga. En arbetsterapeutisk utredning ger en helhetsbedömning av en persons problem, resurser och behov av åtgärder och är ett viktigt bidrag till personens rehabiliteringsplan. Ju tidigare en arbetsterapeutisk utredning görs desto snabbare kan den som är sjukskriven återgå till ett aktivt liv.

*Utbildningen är tre år och därefter kan du läsa vidare till en magisterexamen i arbetsterapi. Socialstyrelsen ger legitimation till examinerade arbetsterapeuter.*

## PSYKOLOG

---

Som psykolog känner du till vilken hjälp människor kan behöva när de mår psykiskt dåligt. Men du vet också hur friska människor fungerar, tillsammans med andra eller ensamma, hemma och på jobbet. Du kan därför hjälpa människor att påverka sitt liv, sina vanor och sitt beteende. Som psykolog är du utbildad för att förstå det psykologiska samspelet och är expert på att analysera beteenden och intellektuella funktioner. Psykologen utför bedömningar, utredningar och behandlingar och arbetar både enskilt och i team med psykiater, kurator och annan vårdpersonal.

*Psykologutbildningen är fem år och har tre perspektiv: individ, organisation och grupp. Forskning och metodutveckling ingår också. Efter psykologexamen gör man ett års handledd praktisk tjänstgöring i psykologarbete, PTP, för att få legitimation som psykolog. Att gå i egen terapi är en del av utbildningen.*



## PSYKIATER

En psykiater är en läkare som har specialutbildning inom psykiatri, vilket även kan beskrivas som själens sjukdomar. Psykiatern utreder och ställer diagnos, ofta som en del i ett team med olika yrkeskompetenser, där psykiatern har en ledarställning och det yttersta ansvaret för att behandlingen bedrivs enligt vetenskap och beprövad erfarenhet. Psykiatern är expert på mediciner som påverkar det mänskliga psyket och har också en unik möjlighet att när det är nödvändigt vårda människor mot deras vilja, vilket kräver mycket ansvar och varsamhet.

*En psykiater är grundutbildad och legitimerad som läkare, vilket innebär fem års studier. Därefter arbetar man två år som "lärling" dvs AT-läkare och gör sedan en specialistutbildning inom psykiatri som tar cirka fem år. Sammanlagt har alltså en psykiater minst tolv års utbildning, vilket gör psykiatern till den högst utbildade inom psykiatrin.*

## KURATOR

En kurator är vägledare och stöd för människor i olika situationer i livet. Genom samtal fångar kuratorn in sociala problem för att komma fram till den bästa lösningen tillsammans med patienten. Kuratorn utför utredningar av patienter och deras situation och ingår i team med annan vårdpersonal. Som kurator har du kontakt med närstående till patienten; du kan jobba med anhörigstöd och vara den som ser till att barnperspektivet tas i beaktning i arbetet med patienten och dennes anhöriga. Kuratorer samarbetar ofta med exempelvis försäkringskassa och kommunens socialsekreterare.

*Kuratorer har ofta en socionomexamen med en vidareutbildning i socialt arbete och socialt behandlingsarbete. Även examen inom socialpedagogik kan vara en ingång till yrket. Socionomprogrammet är tre och ett halvt år.*

## SJUKGYMNAST

Sjukgymnaster har den bästa kunskapen om människans förmåga att röra sig och om de funktionsstörningar som begränsar rörelseförmågan. Som sjukgymnast utför du bedömningar, utredningar och behandlingar. Sjukgymnasten behandlar till exempel smärta, stelhet, muskelsvaghet, andningsproblem, stress, rädsla och ångest. Inom psykiatrin jobbar sjukgymnaster med kroppskännedom, ångesthantering, avspänning och fysisk träning i olika former, men även smärtlindring, massage och akupunktur.

*Utbildningen till sjukgymnast är tre år och motsvarar kandidatexamen. Socialstyrelsen ger legitimation till examinerade sjukgymnaster.*



## VUXENPSYKIATRIN

Norrbottnens läns landsting, 971 89 Luleå  
Telefon 0920-28 40 00

[www.nll.se](http://www.nll.se)