

Synaeda, gezonde geestelijke gezondheidszorg in Friesland

SYNAEDA
PSYCHO MEDISCH CENTRUM

Synaeda helpt op jaarbasis in Friesland meer dan 10.000 mensen bij het herstellen van en omgaan met psychische problemen. Kort behandelen als het kan, langer als het moet. Blijven vernieuwen is essentieel. Bijvoorbeeld met een Digitale poli, vertelt directeur Bob Goeree.

Geestelijke gezondheidszorginstelling Synaeda is een zelfstandig werkende dochterorganisatie van GGZ Friesland. Net als CAGGB, het Centrum Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg Buitenpost. Omdat die twee dochters steeds meer gingen samenwerken, zijn ze op 30 juni jl. gefuseerd. De directie van Synaeda en CAGGB is in handen van klinisch psycholoog en psychotherapeut Vera Veerman en Bob Goeree, van huis uit informaticaspecialist en econometrist. „Vera doet al het inhoudelijke en ik de rest, zo mag je het zien”, zegt Bob Goeree. „Voor het totale plaatje: GGZ Friesland biedt een volledig en gevarieerd aanbod aan mensen met (ernstige) psychische problemen en psychiatrische stoornissen. Zij doen vooral het niet-planbare deel in de geestelijke gezondheidszorg in Friesland en hebben crisisopvang en klinieken. Synaeda en CAGGB doen planbare zorg, bij ons kom je eens in de zoveel tijd voor een afspraak.”

Focus op inhoud

Synaeda zet in op kort behandelen als het kan en langer behandelen als het moet. De professionals van Synaeda krijgen de ruimte zich helemaal te richten op de patiënten; alles wat niet inhoudelijk is van aard wordt op iedere locatie door het secretariaat gedaan. Behandelaars kunnen zich volledig richten op het bieden van hulp. Ze worden helemaal ontzorgd op het gebied van administratie en afspraken plannen „Dat helpt naar ons idee de behandelaar om zich te focussen op de zorg. En het helpt de geestelijke gezondheidszorg en patiënten in algemene zin, omdat dit doelmatige werken bijdraagt aan het verkorten van de wachtlijsten. Focus op de inhoud is essentieel; iedere professional krijgt bij ons de gelegenheid om dat naar eigen inzicht en samen met collega's te doen. We houden het principe aan dat iedere intake getoetst wordt door een tweede collega; het bespreekbaar maken van de inhoud en delen van kennis stimuleert en verbetert de behandeling.”

Vernieuwing van de zorg is een van de pijlers onder Synaeda. Bob Goeree: „We vinden het belangrijk dat mensen bij ons de ruimte krijgen om zichzelf te blijven ontwikkelen in de richting die ze vakinhoudelijk willen. Daarom lopen we voorop in innovatie en de inzet van nieuwe



behandelmethoden, zoals therapie die gebaseerd is op de werking van het brein van de patiënt. Bijvoorbeeld op het gebied van depressie werken we hard aan het bieden van nieuwe effectieve behandelingen. Zo is Synaeda een van de eersten in het land die de rTMS- behandeling aanbiedt. rTMS (Repetitieve Transcraniële Magnetische Stimulatie) is een behandeling tegen depressies zonder medicatie. Bij een rTMS-behandeling krijgt de patiënt magnetische pulsen op het hoofd, waarmee we een deel van de hersenen van buitenaf prikkelen. Dit voelt voor de patiënt als tikjes. Door deze pulsen worden de hersenen actiever en proberen we de klachten van de depressie weg te nemen.”

Doelmatig behandelen

„Synaeda werkt vanuit haar missie om geestelijke gezondheidszorg regionaal gespreid in Friesland toegankelijk en bereikbaar te houden vanuit zeven locaties. Samen, met alle organisaties in de ggz, moet je daar in Friesland aan blijven werken. Ieder vanuit zijn eigen missie, maar wel vanuit gedeelde verantwoordelijkheid. Samenwerking is essentieel om zorg bereikbaar, betaalbaar en toegankelijk te houden en de wachtlijsten zo kort mogelijk. Wij zetten veel in op postdoctorale opleidingen, intensievere samenwerking met huisartsen en het overleg met andere aanbieders.”

„Wij voelen daar met Synaeda vanuit onze historische achtergrond en positie samen met GGZ Friesland, een extra regionale verantwoordelijkheid voor. Het is de kunst de geestelijke gezondheidszorg altijd vanuit inhoudelijke kracht en mogelijkheden te blijven aansturen en van daaruit te kijken hoe je dat zo goed en duurzaam mogelijk kunt doen. Daarom kiezen we voor doelmatige zorg: kort behandelen als het kan, langer als het moet. Werken vanuit beweging naar herstel, beweging in denken, voelen en door beweging met het lijf. Ons streven is om mensen zo goed en vlot mogelijk weer mee te laten draaien in de maatschappij.”

Digitale poli

Een van de manieren om de toegankelijkheid te borgen en mensen meer vrijheid te geven, is de Digitale poli, vertelt Bob Goeree. „Onderzoek

Synaeda is in heel Friesland te vinden. Vanuit 8 locaties in onze provincie en 1 in Papendal waar topsport-ggz wordt geboden, biedt Synaeda met 250 medewerkers geestelijke gezondheidszorg voor volwassenen. In Buitenpost zit CAGGB (onderdeel van Synaeda), hier kunnen ook kinderen en jongeren terecht met hun hulpvragen.

heeft uitgewezen dat digitale therapie met videobellen net zo goed werkt als een face-to-face behandeling. Het grote voordeel van een digitale behandeling is dat cliënten gewoon vanuit hun vertrouwde omgeving kunnen deelnemen, of op de plek waar iemand op dat moment is. De therapie op de Digitale poli is met behulp van videobellen en chatten, dus je kunt je psycholoog zien via je computer, smartphone of tablet. We maken gebruik van de NiceDay- app, die ontwikkeld is voor mentale ontwikkeling en bewuste leefstijl.”

„Mensen hebben de vrijheid om voor de Digitale poli te kiezen, het hoeft dus niet. Eerst merkten we dat mensen nog wel een kennismakingsafspraak op locatie wilden, om hun behandelaar persoonlijk te ontmoeten. Tegenwoordig is vaak de hele behandeling digitaal. Het scheelt natuurlijk heel veel reistijd en geregeld. Het helpt enorm om de toegankelijkheid te borgen; kijk bijvoorbeeld naar mensen op de Waddeneilanden. Voor de meeste cliënten is de Digitale poli echt een uitkomst. Digitaal behandelen draagt ook bij aan meer zelf doen, actiever omgaan met je behandeling. Doordat je videobelt en chat, stimuleert het mensen ook om tussen behandelaafspraken door met hun behandeling bezig te zijn. We zien dat onze aanpak werkt op de eigen inbreng, de motivatie en daarmee ook weer op de duur van het behandelen.”

www.synaeda.nl



Vera Veerman en Bob Goeree, directie Synaeda