

Берлінський Центр здоров'я для біженців
пропонує психіатричну та психотерапевтичну допомогу
біженцям з України

Втеча та вимушене переселення людей відбуваються у багатьох випадках внаслідок нападу на їхнє рідне місто або руйнування їхніх власних будинків, а іноді навіть через загибель членів сім'ї чи когось із близького оточення. Це є одним із найважчих випробувань для людини. Зараз це відбувається під час війни проти України.

У зв'язку із цим часто виникає необхідність звернення за медичною допомогою. Список фахівців, готових прийняти Вас у Берліні та докладнішу інформацію на сайті:

<https://www.kvberlin.de/fuer-patienten/ukraine>.

Також важливо знати біженцям, що приймає стороні та волонтерам, у яких випадках потрібна професійна психіатрична або психотерапевтична допомога. Пропонуємо ознайомитися з наведеною нижче інформацією, яка допоможе Вам зорієнтуватися перед зверненням до психіатра або психотерапевта.

Незважаючи на тяжкість пережитих подій, багато психологічних реакцій, такі як підвищена тривожність, нервозність, виснаження або навіть надмірне збудження та спалахи гніву, розглядаються з точки зору здоров'я як "нормальні" наслідки, які через деякий час можуть пройти. Для цього вирішальне значення мають забезпечення основних людських потреб, адекватні умови проживання та безпека дорослих та дітей.

**Психологічні реакції, пов'язані з
війною та втечею, які можуть
незабаром пройти:**

- > підвищена тривожність
- > нервозність
- > виснаження
- > надмірна збудливість
- > спалахи гніву

Ознаки необхідності звернення до психіатра чи психотерапевта:

Звернення до психіатра необхідно у тому випадку, якщо, наприклад, про психіатричні захворювання вже було відомо раніше і призначалося медикаментозне лікування. Психіатр повинен негайно оцінити, чи слід продовжувати лікування. Також необхідно розглянути питання про психіатричне лікування, якщо тривога, пригніченість і роздуми про пережите затьмарюють решту, і нормальна повсякденна діяльність стає неможливою.

Порушення сну, що тривають кілька днів або тижнів, також можуть вимагати лікування, у тому числі, при необхідності медикаментозного.

Різні розлади фізичного здоров'я, такі як головний біль, надмірна втомлюваність та безперервні скарги з боку шлунково-кишкового тракту також повинні стати приводом для звернення за допомогою до психіатра, за умови, що фізіологічні причини скарг були попередньо виключені.

Надання психотерапевтичної допомоги гостро необхідне в тих випадках, коли довірчих бесід з боку осіб, які підтримують біженців, у повсякденному житті явно недостатньо, і людина відчуває потребу у тривалій розмові про те, як краще впоратися із ситуацією та зі своїми симптомами. Нерідко симптоми виявляються лише за кілька тижнів після прибуття біженців. Такими симптомами можуть бути постійне переживання травматичних подій в образах та картинках, почуття тривоги, депресія та навіть напади апатії та розгубленості. З появою таких ознак посттравматичного стресового розладу слід обов'язково звернутися за психотерапевтичною допомогою до Берлінського Центру здоров'я для біженців.

Психіатричне або психотерапевтичне лікування потрібне у таких випадках:

- > наявність психіатричних захворювань / прийом медикаментів
- > постійне порушення сну
- > безперервні головні болі, підвищена стомлюваність і постійні скарги з боку кишкового тракту при виключенні фізіологічних причин
- > повторюване переживання травматичних подій в образах та картинках
- > напади апатії та стан розгубленості:
- > стан тривоги та депресії
- > нездатність справлятися з повсякденним життям

Записатися на первинний прийом можна зареєстрованим у Німеччині можна через реєстраційну форму на нашому сайті.

Якщо Ви ще не зареєстровані в Німеччині, і у Вас відсутній документ, згідно з яким Ви застраховані в німецькій медичній страховій компанії, перед заповненням форми на сайті ознайомтесь, будь ласка, з інформацією, розміщеною під посиланням.*

Форма онлайн-запису на прийом: https://gzf-berlin.org/termin_1.php

**Адреса:
Gesundheitszentrum für
Flüchtlinge Willdenowstraße 38
12203 Berlin**

** Якщо Ви ще не зареєстровані в Німеччині і у Вас відсутній документ, згідно з яким Ви застраховані в німецькій медичній страховій компанії заповнювати підпункти 7 у реєстраційній формі Вам не потрібно.*

У цьому випадку медикаменти виписуються за приватним рецептом, які в окремих випадках можна буде сплатити за рахунок коштів фонду пожертв Берлінського центру здоров'я для біженців.

Заповнювати пункт 10 також не потрібно – на прийомі працюють українсько- та російськомовні перекладачі.

Незалежно від спеціальної постанови щодо біженців з України, реєстрація та оформлення медичного страхування у Німеччині є обов'язковою умовою для подальшого лікування у Берлінському Центрі Здоров'я для біженців.

Берлінський Центр Здоров'я для біженців тісно співпрацює з організацією Xenion, яка надає психосоціальну допомогу для осіб, які зазнали політичних переслідувань та постраждалих від тортур. При необхідності Ви також можете звернутися за консультацією до Xenion.

XENION Psychosoziale Hilfen für politisch Verfolgte eV
Paulsenstr. 55-56
12163 Berlin-Steglitz