

00000612 - © GZA - januari 2022



campus Sint-Augustinus  
Oosterveldlaan 24  
2610 Wilrijk  
tel. + 32 3 443 30 11

campus Sint-Vincentius  
Sint-Vincentiusstraat 20  
2018 Antwerpen  
tel. + 32 3 285 20 00

campus Sint-Jozef  
Molenstraat 19  
2640 Mortsel  
tel. + 32 3 444 12 11

BTW BE 0428.651.017 - RPR Antwerpen  
gzaziekenhuizen@gza.be  
www.gzaziekenhuizen.be

# Wegwijs in het PAAZ

# Inhoud

<b>PAAZ?</b> .....	4	Wasmachine en droogkast .....	18
Wat kunnen wij bieden? .....	4	Elektrische toestellen .....	18
Het PAAZ-team .....	4	Gangen .....	19
Beroepsgeheim .....	4	Veiligheid .....	19
<b>Hoe verloopt je opname op het PAAZ?</b> .....	5	Ontslag tegen advies .....	19
Kennismakingsgesprek en rondleiding .....	5	Patiëntenbadge .....	19
Gesprekken met je behandelend arts .....	5	Deuren .....	20
Gesprek met personen uit je nabije omgeving .....	5	Slaapmedicatie .....	20
Individuele begeleiding .....	5	Persoonlijke verzorging .....	20
Teambespreking .....	6	Autorijden tijdens opname .....	20
Routineonderzoeken en andere raadplegingen .....	6	<b>Engagementsverklaring PAAZ</b> .....	21
Sociale dienst .....	6		
<b>Therapieaanbod</b> .....	7		
Familiewerking .....	8		
<b>Het ziekenhuis verlaten tijdens je verblijf</b> .....	9		
De afdeling verlaten .....	9		
Vrije namiddag .....	9		
Weekendregeling .....	10		
Semi .....	10		
<b>Nazorg en ontslagplanning</b> .....	11		
Ontslag .....	11		
Dagziekenhuis .....	11		
<b>Praktische afspraken op het PAAZ</b> .....	12		
Bezoekuren .....	12		
Gsm .....	12		
Privacy .....	13		
Nachtrust .....	13		
Kledij en toiletspullen .....	13		
Medicatie .....	14		
Alcohol, andere drugs en energiedranken .....	14		
Roken .....	15		
Scherpe voorwerpen .....	15		
Maaltijden .....	15		
Je kamer .....	16		
Badkamer .....	17		
Drinkwater .....	17		
Koffie en thee .....	17		
Salon .....	17		
Gemeenschappelijke toiletten .....	18		
Bedlinnen .....	18		

Beste mevrouw, meneer

Welkom op de PAAZ-dienst (Psychiatrisch Aanbod in een Algemeen Ziekenhuis).  
Onze dienst bestaat uit de afdelingen A1 en A2, en een dagziekenhuis.

Deze brochure is een wegwijzer voor je verblijf op onze afdelingen. Heb je na het lezen nog vragen, stel ze dan gerust aan iemand van het team. We zijn altijd bereid je vragen te beantwoorden.

Het PAAZ-team

# PAAZ?

## Wat kunnen wij bieden?

Op een PAAZ-afdeling verblijf je voor korte tijd, wanneer je je in een crisissituatie bevindt die thuis moeilijk te hanteren is. Daarnaast bieden we ook kortdurende behandelingen aan voor een aantal psychiatrische problemen.

Een verblijf op het PAAZ biedt je de mogelijkheid om een nieuwe start te maken. We nodigen je uit om samen met ons meer inzicht te krijgen in de moeilijkheden die je ervaart.

Om je verblijf zinvol te maken, is onze samenwerking van groot belang. Met je inbreng en visie, en onze professionele ervaring stellen we een aantal doelen voorop.

We hopen dat je de moed vindt om er samen met ons aan te werken.

## Het PAAZ-team

Onze verpleegkundigen en logistieke collega's staan je dag en nacht bij op de afdelingen. Je kan ook rekenen op onze artsen, psychologen, ergo- en bewegingstherapeuten en de sociale dienst.

## Beroepsgeheim

Alle ziekenhuismedewerkers zijn gebonden aan het beroepsgeheim. Vertrouwelijke informatie wordt uitsluitend binnen het team besproken.

We geven nooit informatie door aan derden zonder dit vooraf met jou te bespreken. Informatie opvragen bij andere instellingen gebeurt enkel met jouw goedkeuring. We respecteren altijd je privacy.

# Hoe verloopt je opname op het PAAZ?

## Kennismakingsgesprek en rondleiding

Een verpleegkundige verwelkomt je bij de opname. We voeren een kennismakingsgesprek en je krijgt een rondleiding. Een gastvrouw/gastheer uit het therapeutenteam stelt de werking voor. We vragen je ook tijdens de eerste dagen een biografische vragenlijst en een crisissignaleringsplan in te vullen.

## Gesprekken met je behandelend arts

Bij het begin van je verblijf krijg je het bezoek van één van onze artsen. Later kan je de behandelende arts spreken op het wekelijkse consultatiemoment.

## Gesprek met personen uit je nabije omgeving

We vinden het erg belangrijk familie, vrienden, ouders en partner te betrekken bij je opname. Daarom willen we graag ook met hen spreken. Het liefst doen we dat op jouw initiatief, aarzel dus niet om een verpleegkundige aan te spreken.

## Individuele begeleiding

De verpleegkundigen staan mee in voor je individuele begeleiding. Je kan bij hen terecht voor een individueel gesprek.

Een individueel gesprek met een psycholoog of therapeut gebeurt enkel na overleg met je behandelend arts.

## Teambespreking

Het behandelteam houdt wekelijks een teamoverleg. De verschillende zorgverleners bespreken alle informatie en observatiegegevens. Rekening houdend met je ideeën en het advies van de arts, formuleren we een behandelvoorstel. Tijdens je verblijf evalueren we doelstellingen en stellen we ze bij. Gaandeweg werken we aan een concreet ontslagplan met nazorg op maat.

## Routineonderzoeken en andere raadplegingen

Je behandelend arts kan mogelijk een aantal lichamelijke onderzoeken voorschrijven:

- bloedonderzoek
- RX longen (op vraag)
- ECG (meting van de hartactiviteit)
- EEG (meting van de hersenactiviteit)
- ...

Voor de andere onderzoeken word je uitgenodigd en begeleid naar de raadplegingen. De resultaten worden voorgelegd aan je behandelend arts. Je kan ze tijdens de raadpleging bespreken.

Wanneer je tijdens je verblijf bijkomende onderzoeken wenst (binnen of buiten het ziekenhuis), kunnen wij dat meedelen aan je behandelend arts.

## Sociale dienst

Als je vragen hebt over financiële, administratieve of sociale zaken (werkonbekwaamheid, mutualiteit, hospitalisatieverzekering ...), kan je een beroep doen op een medewerker van de sociale dienst. Bij voorkeur vraag je een gesprek aan via de verpleegkundige.

# Therapieaanbod

Naast de eventuele medicatie is vooral ons therapieaanbod een belangrijk onderdeel van je behandeling. Deelname is dan ook niet geheel vrijblijvend wanneer wij van mening zijn dat je er iets aan zou kunnen hebben.

In samenspraak met ons team kan je deelnemen aan het therapieaanbod in de vorm van een groepsprogramma. Het behandelteam overlegt welke groep voor jou het meest zinvol is. Je vindt ook dagelijks een overzicht van de aangeboden therapieën op het prikbord van je afdeling met vermelding van uren en locatie.

De activiteiten vinden plaats onder begeleiding van klinisch psychologen, ergo- of bewegingstherapeuten. We verwachten dat je tijdig aanwezig bent en actief deelneemt aan de groepsactiviteiten. Als je niet tijdig aanwezig kunt zijn of de activiteit vroeger zult verlaten, moet je dit vooraf bespreken met de therapeut.



## Familiewerking

Er worden geregeld groepsbijeenkomsten gepland voor familie en steunfiguren van patiënten met depressieve klachten. Het doel is om informatie en praktische handvatten aan te reiken. Het is niet de bedoeling persoonlijke problemen te bespreken. Vanwege ons beroepsgeheim verstrekken we geen informatie over betrokken personen.

Meer informatie over de familiewerking vind je in een aparte folder.

# Het ziekenhuis verlaten tijdens je verblijf

De eerste zeven dagen van je verblijf is het wenselijk dat je het ziekenhuis niet verlaat. Dat is goed voor je rust en veiligheid en het geeft het team de kans om kennis te maken met jou en inzicht te krijgen in je situatie. Na het eerste weekend van je verblijf zijn er een aantal mogelijkheden om het ziekenhuis te verlaten. Wanneer je het ziekenhuis verlaat in afspraak met het team, moet je in het bezit zijn van een verlofpas. Een verpleegkundige bezorgt je deze pas wanneer je je afmeldt. Vergeet ook niet je medicatie mee te nemen.

*Bij schade of een ongeval buiten het ziekenhuis is er geen tussenkomst door de verzekering van het ziekenhuis.*

## De afdeling verlaten

Meld altijd aan de verpleegkundige wanneer je het ziekenhuis verlaat en wanneer je terug binnenkomt. Boodschappen doen, naar het postkantoor of je bank gaan, een wandeling maken met je bezoekers ... doe je buiten de therapie-uren. Indien het noodzakelijk is dat je tijdens de therapie-uren het ziekenhuis verlaat, dan overleg je dit met het team.

## Vrije namiddag

Je bent vrij op woensdagnamiddag na de middagmaaltijd tot 17 uur. Je kan het ziekenhuis dan verlaten, al dan niet begeleid door je familie of bezoekers. Laat ons altijd weten wanneer je het ziekenhuis verlaat en wanneer je terugkomt.

## Weekendregeling

Tijdens het weekend zijn er verschillende mogelijkheden om het ziekenhuis te verlaten (al dan niet begeleid door familie of bezoekers) na overleg en met goedkeuring van de behandeld arts:

- beperkt tot een aantal uren;  
of
- één of twee dagen, met overnachting in het ziekenhuis;  
of
- weekend met overnachting thuis.

Vertrek je in het weekend, dan haal je de voorgeschreven medicatie die je thuis moet innemen, op aan de verpleegdesk. Controleer zelf je geneesmiddelen voor je vertrekt.

Wanneer je terugkomt, meld je je aan bij een verpleegkundige. Je evalueert samen hoe het weekend verlopen is en geeft de resterende geneesmiddelen af.

## Semi

Tijdens de voorbereiding van je ontslag bestaat de mogelijkheid om in “semi” te gaan. Dat betekent dat je halve dagen naar huis gaat tussen 13 en 20 uur. De bedoeling is dat we na een aantal momenten thuis samen evalueren of je je klaar voelt voor het ontslag. Elke avond bespreek je met een verpleegkundige hoe je verblijf thuis verliep.

# Nazorg en ontslagplanning

Om ervoor te zorgen dat het ook na je verblijf in het ziekenhuis verder goed met je gaat, hechten we veel belang aan het nazorgplan. Contacten met hulpverlening buiten het PAAZ kan je in overleg met het team vanuit het PAAZ onderhouden of opnieuw opstarten. Geplande afspraken meld je aan het team.

Wanneer je kiest voor andere hulpverlening, kan je dit met de steun van het behandelteam organiseren. Indien mogelijk kan een eerste kennismaking nog tijdens je verblijf plaatsvinden. Wanneer je hiermee akkoord gaat, kunnen we informatie overdragen aan andere instellingen

## Ontslag

Het afronden van je verblijf gebeurt in samenspraak met het team. Dat betekent doorgaans dat een aantal doelstellingen werden gerealiseerd en dat je klaar bent voor een volgende stap in je behandeling.

Je krijgt een ontslagbrief met een overzicht van je medicatie en de eventuele afspraken over nazorg. Een verpleegkundige overloopt met jou het medicatieschema en de afspraken. Daarnaast krijg je ook je crisissignaleringsplan mee. Hiermee ben je administratief uitgeschreven. Vergeet niet te controleren of je in het bezit bent van je identiteitskaart, mogelijk ligt die nog bij de opnamedienst.

## Dagziekenhuis

Soms kan na een verblijf op het PAAZ verdere behandeling in ons dagziekenhuis een optie zijn. Dat betekent dat je overdag deelneemt aan het therapieaanbod van het PAAZ en nadien thuis verblijft. Deelname aan de dagbehandeling varieert van drie tot vijf dagen per week, gedurende maximaal vier weken. Buiten de groepstherapieën kunnen er ook individuele gesprekken en raadgevingen met je behandelend arts plaatsvinden.

# Praktische afspraken op het PAAZ

## Bezoekuren

Je kan elke dag bezoekers ontvangen, maar omwille van de rust op de afdeling en het therapieprogramma zijn de bezoeken beperkt. Vraag je bezoekers deze uren te respecteren. Als dat niet kan, kan je dit bespreken met een verpleegkundige of met je arts.

Je kan je bezoekers ontvangen op je kamer, in gemeenschappelijke ruimtes en in de cafetaria van het ziekenhuis. Wanneer je even naar buiten gaat met je bezoekers, meld dit dan aan de aanwezige verpleegkundige.

### Bezoekuren

Maandag	16 - 20 uur
Dinsdag	16 - 20 uur
Woensdag	14 - 20 uur
Donderdag	16 - 20 uur
Vrijdag	16 - 20 uur
Zaterdag	14 - 20 uur
Zondag	14 - 20 uur

Visitekaartjes waarop de bezoeken van onze afdeling vermeld staan, liggen aan de verpleegdesk.

## Gsm

Je mag je gsm gebruiken op het PAAZ, maar hou rekening met de rust op de afdeling. Tijdens de therapieën is het niet wenselijk je gsm te gebruiken en vragen we deze op stil te zetten. Er wordt gevraagd medepatiënten en personeel niet te filmen en/of te fotograferen. Dit omwille van de privacy.

## Privacy

Op de afdeling zijn je bed en kamer je eigen terrein. Omwille van de privacy vragen we om niet op elkaars kamer te komen.

Op een tweepersoonskamer maak je afspraken met je kamergenoot over privacy, bezoek, gebruik van televisie, telefoon, enz.

Respecteer zoveel mogelijk elkaars privacy. We adviseren geen persoonlijke gegevens uit te wisselen.

## Nachtrust

Een gezond dag-en-nachtritme en een kwaliteitsvolle slaap bevorderen je herstel. Daarom vragen we je voor 23 uur naar je kamer te gaan en de stilte te respecteren. 's Ochtends word je gewekt door de verpleegkundigen.

De nachtverpleegkundigen voeren 's nachts controles uit om je natuurlijk slaappatroon of de werking van slaapmedicatie te observeren. Gelieve het te melden wanneer je niet kan slapen. Wij bespreken je slaappatroon in team en sturen bij indien nodig.

## Kledij en toiletspullen

Tijdens je verblijf wordt er verwacht dat je dagkledij draagt. Wanneer je deelneemt aan de bewegingstherapie, voorzie je best sportkledij.

Toiletgerief en handdoeken breng je mee van thuis.

## Medicatie

Medicatie kan een belangrijk onderdeel zijn van je behandeling. Met vragen over geneesmiddelen kan je terecht bij de arts en het verpleegkundig team. Rapporteer het effect van je medicatie aan je arts en de verpleegkundige.

Bij je opname geef je je thuismedicatie in bewaring aan de verpleging. Je krijgt ze terug bij je ontslag. Je mag in geen geval geneesmiddelen op de kamer houden, tenzij je hiervoor de toestemming hebt van de arts. Medicatie wordt voorgeschreven, aangepast en opgevolgd door je arts. Neem alleen de voorgeschreven geneesmiddelen in. Gebruik nooit medicatie op eigen initiatief. Je neemt je geneesmiddel(en) in aan de verpleegdesk. Om je te identificeren vragen we dat je je patiëntenbadge toont.

### Vaste medicatie-uren

Ochtend	tussen	7.30	en	8.15 uur
Middag	tussen	11.45	en	12.15 uur
Avond	tussen	16.45	en	17.15 uur
	tussen	19.45	en	20.15 uur
	tussen	21.45	en	22.15 uur

## Alcohol, andere drugs en energiedranken

Tijdens je verblijf op het PAAZ is alcohol- en druggebruik op de afdeling of buiten het ziekenhuis niet toegestaan. Ook het consumeren van energiedranken is niet toegestaan.

Gebruik van alcohol of drugs tijdens je verblijf bespreken we altijd met je arts. Het kan leiden tot onmiddellijk ontslag.

We voeren regelmatig controles uit via adem-, bloed- of urinetests. De controles gebeuren zowel op vaste tijdstippen als willekeurig.

## Roken

Omwille van de brandveiligheid is het strikt verboden om in het ziekenhuis te roken. De rookdetectoren geven onmiddellijk brandalarm. Roken op de afdeling kan aanleiding zijn voor onmiddellijk ontslag, in overleg met je arts.

Op weekdagen kan je tussen 7 en 20 uur roken op de door het ziekenhuis bepaalde rooklocaties. Er is een rookruimte voorzien voor PAAZ-patiënten die gedurende de nacht gebruikt zou kunnen worden. Voor praktische informatie hierrond verwijzen we naar het team.

## Scherpe voorwerpen

Het is verboden om scherpe voorwerpen zoals messen, scharen en dergelijke op je kamer te bewaren.

## Maaltijden

Maaltijden zijn voorzien op onderstaande tijdstippen:

- Ontbijt 8 uur
- Middagmaal 12 uur
- Avondmaal 17 uur

In het ziekenhuis is het mogelijk om de keuze van je maaltijden eenvoudig door te geven met je eigen smartphone op je kamer. We willen je vragen dit in de voormiddag te doen zodat je keuze tijdig toekomt. Volg volgende stappen:



1. Meld je aan op het wifinetwerk van GZA: "gza-public".
2. Surf naar <https://maaltijden.gza.be> of scan onderstaande QR-code.



3. Log in met de gegevens op je polsbandje.
  - Geboortedatum
  - Opnamenummer
4. Selecteer datum en maaltijdmoment.
5.
  - "Je keuzes": onderaan kan je het menu van de dag bestellen en bevestigen.
  - "Pas je menu aan": wijzigen van menu en/of portiegrootte. Klik op "bekijk en bevestig je menu" en klik vervolgens op "menu bestellen".
  - Bij wijziging van je dieet dien je opnieuw je maaltijdkeuze in te geven.
6. Log uit.

## Je kamer

Zowel op een één- als op een tweepersoonskamer beschik je over een bed, kast, nachtkastje, televisie, radio, telefoon, tafel, zetel en enkele stoelen. Op de kamer is er ook een badkamer met wastafel, douche en toilet.

Aan de muur hangt een prikbord waarop je posters, foto's en dergelijke kunt bevestigen met duimspijkers.

Elke dag (uitgezonderd zondag) wordt je kamer schoongemaakt. We verwachten dat je de kamer netjes houdt met respect voor het materiaal.

In geval van nood gebruik je de bel op je kamer.

## Badkamer

Je kan gebruikmaken van het ligbad in de badkamer van de afdeling. Je krijgt enkel toegang na overleg met een verpleegkundige.

Gelieve het bad na gebruik netjes achter te laten en eventuele defecten aan ons te melden.

## Drinkwater

Flessen drinkwater – met of zonder bruis – kan je vrij meenemen. De voorraad bevindt zich aan het einde van de gang naast het dokterslokaal en het salon. Deponeer de lege flessen in de PMD-vuilniszakken. Neem de plastic flessen niet mee buiten de afdeling.

## Koffie en thee

Op de gang staat een koffiekar met glazen, koffie, thee, melk, suiker ... Patiënten van de afdeling kunnen er vrij gebruik van maken. Bezoekers verwijzen we naar de cafetaria.

## Salon

Op elke afdeling bevindt zich een salon. Het is een gemeenschappelijke ruimte en ontmoetingsplaats. Deze ruimte is toegankelijk van 16 tot 23 uur of na overleg met de verpleegkundige. We kunnen het salon afsluiten indien de rust niet gegarandeerd kan worden.

## Gemeenschappelijke toiletten

Naast de toiletten op de kamers zijn er ook gemeenschappelijke toiletten op de gang.

## Bedlinnen

Je bedlinnen kan je elke woensdag vervangen. Schone lakens neem je zelf van de linnenkar. In overleg met een verpleegkundige kan je ook op andere momenten linnen vragen.

Vuil linnen laat je achter in de witte waszakken in de berging.

Indien je hulp nodig hebt bij het verschonen van de lakens, kan je altijd een beroep doen op een verpleegkundige.

## Wasmachine en droogkast

Een wasmachine, droogkast en strijkijzer zijn ter beschikking in de spoelruimte. Het gebruik ervan gebeurt enkel in overleg met een verpleegkundige.

## Elektrische toestellen

Patiënten die elektrische apparaten meebrengen voor multimedia en hygiëne, zoals een haardroger, scheerapparaat, laptop ... zijn hiervoor zelf verantwoordelijk. Het ziekenhuis draagt geen verantwoordelijkheid bij diefstal en schade aan derden. De toestellen moeten EC-gekeurd zijn, in hygiënische staat verkeren en elektrisch in orde zijn. Andere elektrische apparaten, zoals een waterkoker of een koffiezetapparaat, zijn niet toegelaten.

## Gangen

Voor je rust en veiligheid is het belangrijk om de gangen altijd vrij te houden.

## Veiligheid

Om het veilige en rustige klimaat van onze afdelingen te bewaren, tolereren wij geen enkele vorm van agressie tegenover materiaal of personen. Het uiten van agressie kan leiden tot onmiddellijk en dwingend ontslag. Voor je veiligheid en die van anderen voorzien wij de mogelijkheid om in jouw bijzijn de kamer te controleren.

## Ontslag tegen advies

Onze PAAZ is een open afdeling. Indien je niet langer gemotiveerd bent om je verblijf verder te zetten, raden wij je aan om dat met je behandelend arts te bespreken. Als je beslist om je verblijf zonder overleg of tegen medisch advies te stoppen, vragen we je een ontslagverklaring te ondertekenen.

## Patiëntenbadge

Bij je opname ontvang je een badge om je kamerdeur te openen en om je te identificeren. Hou je badge altijd bij jou. Bij het uitdelen van de medicatie moet je je badge altijd tonen aan de verpleegkundige.

## Deuren

Sluit altijd je kamerdeur om diefstal te voorkomen. Indien je gebruikmaakt van de rookruimte naast het PAAZ-gebouw, vragen wij je met aandrang om de deuren te sluiten.

## Slaapmedicatie

Bij slaapproblemen kunnen we na overleg met je arts eventueel slaapmedicatie opstarten. Wanneer je geneesmiddelen inneemt om te slapen, verwachten we dat je nadien in bed blijft. Indien je graag nog wil roken voor het slapen, wacht dan met het innemen van slaapmedicatie.

## Persoonlijke verzorging

Het verzorgen van je persoonlijke hygiëne maakt deel uit van je algemene gezondheid.

## Autorijden tijdens opname

Je rijvaardigheid kan beïnvloed worden door medicijnen die je inneemt. Om die reden kan het tijdelijk verboden zijn om met je wagen te rijden (artikel 46 van het KB maart 1998). Bespreek dat zeker met je behandelend arts.

# Engagementsverklaring PAAZ

Gedurende de korte verblijfsduur willen we discreet samen nadenken én concrete stappen zetten over de beste aanpak van je hulpvraag, rekening houdend met ieders mogelijkheden en oog hebbend voor ieders waardigheid. Het is best mogelijk dat je niet verantwoordelijk bent voor de rugzak die je meedraagt, maar je beslist wel zelf hoe je ermee omgaat.

Als team willen we je stimuleren om datgene wat je zou kunnen veranderen, aan te pakken en constructief te leren omgaan met wat je niet kunt veranderen. Iedereen is immers uniek. Dat vertaalt zich in een mix van kwaliteiten, gebreken, wijsheid en variërende mogelijkheden. Door een realistische kijk daarop én door zelf je kwaliteiten in te zetten, kan je vermijden dat je geleefd wordt door je beperkingen, en kan je leren optimaal je eigen mogelijkheden te benutten. Dat vraagt bereidheid om de eigen situatie met andere ogen te willen bekijken, jezelf te durven bevragen én zo nodig bij te sturen.

Hervallen is geen falen. Het nodigt uit om stil te staan bij wat er misliep en bij wat er kan worden bijgestuurd. Ga hierover gerust de dialoog aan, daarvoor ben je hier. Iedereen apprecieert wederzijdse openheid, eerlijkheid, respect, erkenning, begrip, inlevingsvermogen ...

Voor verdere algemene informatie over je verblijf in het ziekenhuis verwijzen we naar de onthaalbrochure van het ziekenhuis die je bij je opname kreeg.  
Mocht je toch nog vragen hebben, dan staat het team je graag te woord.