



**PSICHOLOGAS,
PSICHOTERAPEUTAS
AR PSICHIATRAS?**



EMOCINĖ PARAMA TELEFONU BE REGISTRACIJOS:



Nacionalinė vieninga emocinės paramos telefonu linija	1809
Vaikų linija	116 111
Jaunimo linija	8 800 28888
Sidabrinė linija	8 800 80020
Vilties linija	116 123
Pagalbos moterims linija	8 800 66366
Tėvų linija	8 800 90012
„Nelik vienas“ (vyrams)	8 604 11119
„Linija doverija“	8 800 77277
Valgymo sutrikimų linija	8 631 22777
Dingusių žmonių šeimų paramos centro linija	116 000



**PSICHOLOGAS,
PSICHOTERAPEUTAS
AR PSICHIATRAS?**



KLAIPĖDOS MIESTO
VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

Jūs turite teisę pasirinkti
Jus aptarnaujantį psichikos sveikatos
centrą bei gydytoją psichiatrą, teikdami
prašymą pagal formą Nr. 025-025-1/a.

PSICHOLOGAS, PSICHOTERAPEUTAS AR PSICHIATRAS?

Visiškai normalu, kad ne kiekvienas žinome, kada ir kokio psichikos sveikatos specialisto pagalba mums reikalinga. Tikimės, kad žemiau pateikta informacija padės geriau suprasti, psichiatro, psichoterapeuto ar psichologo pagalba žiuo metu yra tikslingiausia.

JUMS GALI PADĖTI EMOCINĖS PARAMOS TEIKĖJAI, JEI:

- apie savo sunkumus norite pasikalbėti čia ir dabar;
- neturite žmogaus, kuriuo pasitikite ir galite pasidalinti savo išgyvenimais;
- norite išsipasakoti;
- jaučiate intensyvias emocijas ir su jomis nesusitvarkote.

JUMS GALI PADĖTI PSICHOLOGAS, JEI:

- norite pasikonsultuoti dėl asmeninių problemų ar gyvenimiškų sunkumų, veikiančių Jūsų kasdienį funkcionavimą ir gyvenimo kokybę;
- sukūrėte netikėtą įvykį Jūsų ar Jūsų artimųjų gyvenime (krizinė arba trauminė patirtis);
- siekiate stiprinti savęs pažinimą / supratimą;
- svarstote, ar Jums reikalinga psichoterapinė, psichiatrinė pagalba;
- reikia atlikti psichologinę diagnostiką ar įvertinimą (atlieka tik sveikatos priežiūros įstaigose dirbantys medicinos psichologai).

JUMS REIKIA PSICHOTERAPEUTO, JEI:

- ieškote platų supratimą apie žmogaus psichiką turinčio specialisto, dirbančio ir savo darbe taikančio konkrečios psichoterapinės krypties žinias ir įgūdžius;
- norite giliau nei su psichologu, per tam tikros (psichodinaminės, psichoanalitinės, kognityvinės-elgesio, humanistinės-egzistencinės, geštalo ir t. t.) psichoterapinės krypties prizmę išanalizuoti ir spręsti savo psichologinius sunkumus;
- turite įsisenėjusių psichologinių sunkumų, traumų arba siekiate gilesnių, į asmenybinius ypatumus orientuotų pokyčių;
- turite arba įtariate apie psichikos sutrikimo diagnozę, dėl kurios norite psichoterapinio gydymo arba jis yra priskirtas gydytojo psichiatro;
- siekiate keisti savo asmenybės savybes, susiformavusius funkcionavimo modelius.

JUMS REIKIA PSICHIATRO, JEI:

- reikia oficialiai diagnozuoti psichikos ar elgesio sutrikimus;
- reikia paskirti medikamentinį ar nemedikamentinį gydymą;
- reikia siuntimo stacionarui, psichosocialinei reabilitacijai.

PAGALBOS TEIKĖJAS

TEIKIAMOS KONSULTACIJOS*

KAM SKIRTOS PASLAUGOS

REGISTRACIJA

1 2 3

PAGALBOS TEIKĖJAS	1	2	3	KAM SKIRTOS PASLAUGOS	REGISTRACIJA
Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras www.sveikatosbiuras.lt	+	-	-	Klaipėdiečiams, suaugusiems ir vaikams nuo 11 m.	Mob. 8 640 93348
Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba www.klaipedosppt.lt	+	+	-	Klaipėdiečiams, besimokantiems bendrojo lavinimo ugdymo įstaigose, specialiųjų poreikių turintiems vaikams ir jaunuoliams iki 21 m.; ugdymo klausimais konsultuojami tėvai ir ugdymo įstaigų darbuotojai.	Mob. 8 699 10201
Kompleksinės paslaugos šeimai Klaipėdos mieste (projektas) www.seimaiklaipedoje.lt	+	-	-	Klaipėdiečiams	Mob. 8 630 31442
VšĮ Šv. Pranciškaus onkologijos centras www.onkocentras.lt	+	-	-	Onkologiniams ligoniams ir jų šeimoms nariams	Tel. (8 46) 433101
VšĮ Klaipėdos psichikos sveikatos centras www.kpsc.lt	+	+ / -	+	Prie Klaipėdos miesto sveikatos priežiūros centrų prisirašiusiems pacientams, išskyrus žemiau nurodytas ASPĮ.	Tel. (8 46) 410027
UAB „Nefridos“ klinika www.nefrida.lt	+	+	+	Turintiems privalomai sveikatos draudimą Prie šių ASPĮ prisirašiusiems pacientams: ○ UAB „Nefridos“ klinika ○ UAB „MediCa klinika“ ○ UAB „Uosto poliklinika“ ○ UAB „Mano šeimos gydytojas“	Tel. (8 46) 397070
UAB „Mano šeimos gydytojas“ www.manoseimosgydytojas.lt	+	-	+		Tel. (8 46) 322422 pasirenkant 5
UAB „Baltic Medics“ Uosto poliklinikos psichikos sveikatos centras www.uostopoliklinika.lt	+	-	+		Mob. 8 640 21277
UAB „MediCa klinika“ www.medicaklinika.lt	+	-	+		Tel. (8 46) 300721

* 1. Psichologinės; 2. Psichoterapinės; 3. Psichiatro