



Information som är bra att veta

När du ska resa till SANKS för vård



SANKS har sin huvudsakliga verksamhet i Karasjok men det finns också filialer i Snåsa och Røros. Om du har fått remiss till SANKS så får du vård på någon av dessa platser.

Boka resa

Din kontaktperson i Region Jämtland Härjedalen ser till att din resa till SANKS bokas. När du vet vilket datum du ska vara på SANKS kontaktar du din kontaktperson som då ordnar resan. Observera att det samma även gäller om du ska dit på återbesök.

Om du har fått en remiss till någon av SANKS filialer kan det vara smidigast att åka med egen bil. I så fall har du rätt till reseersättning i efterhand. Fråga din kontaktperson eller hälsocentral så får du en blankett.

Läs mer om vad som gäller vid sjukresor på www.1177.se/sjukresor

Din vistelse

SANKS erbjuder både slutenvård (døggenhet) och öppenvård (poliklinisk behandling). Oavsett vilken form av vård du får så börjar behandlingen för det mesta med några dagar i Karasjok:

- Tillsammans med en terapeut kartlägger ni din situation
- Ni utreder hur ni ska arbeta med din särskilda problematik
- Därefter börjar själva behandlingen. Den sker på olika sätt beroende på om du remitterats till slutenvård eller öppenvård (läs mer längre ner).
- Ni gör upp en plan för uppföljning och eventuell fortsatt behandling.

Din behandlingsplan skickas också till din kontaktperson hos Region Jämtland Härjedalen.

Slutenvård (døgnerhet)

Du får bo i ett eget rum men delar vissa gemensamhetsutrymmen med andra. Kökspersonalen lagar alla måltider. I beroendevården ingår både gruppterapi och individuell terapi. Det finns träningslokal och material till duodji.

Öppenvård (poliklinik)

Om du har fått remiss till öppenvård så börjar det vanligtvis med att du får vara några dagar på kliniken i Karasjok för kartläggning och utredning. Sedan kan din behandling fortsätta hemma, via Skype, eller hos någon av SANKS terapeuter i Snåsa eller Røros. I Karasjok bor du i någon av SANKS lägenheter eller i en stuga med god standard. Kostnader för mat täcks, men du måste själv laga maten.

Fritid

Räkna med att ha en del ledig tid under din vistelse. Förutom träningslokaler och gym finns möjlighet att låna till exempel cykel och fiskeutrustning. Ta gärna med egen utrustning, om du har. I Karasjok finns skidspår, slalombacke, simbassäng och fotbollsplaner.



Bra saker att ta med dig:

- Vandringskläder och oömma skor
- Träningskläder och träningskor
- Skidor
- Badkläder
- Handarbete/duodji
- Böcker/musik

Läs gärna mer här:

www.karasjok.kommune.no

www.porsanger.kommune.no

Det finns också anslagstavlor för både Karasjok och Lakselv på Facebook.

Om SANKS

SANKS, som står för *Samisk nasjonalt kompetansesenter – psykisk helsevern og rus*, har ett nationellt ansvar för samer med psykisk ohälsa eller beroendeproblematik i Norge. Något liknande finns inte i Sverige.

Sedan 2015 har Region Jämtland Härjedalen ett samarbetsavtal med SANKS. Det innebär bland annat att samiska patienter kan få remiss för vård hos SANKS. Dessutom kan behandlare inom Region Jämtland Härjedalen samarbeta med SANKS i vården av en samisk patient.

Samarbetsavtalet gäller för primärvård, vuxenpsykiatri samt barn- och ungdomspsykiatri.

Läs mer på www.regionjh.se/sanks och www.sanks.no