

# Depresyon: doktorlar/psikoterapistler

## Depresyona yardımcı olmak için doktorlar ve psikoterapistler

İnatçı bir depresif ruh halinden sıkıntı çeken kişi ev doktoruna başvurmalıdır. Ev doktoru diğer önlemlerle tedaviyi başlatır ve koordine eder. Doktor ilk olarak fiziki nedenleri bulup, tedavi eder, eğer fiziki neden bulunamazsa hasta için ilaç ve psikoterapi için kombinasyonu dener. Çevre bir depresyon hastalığından muzdarip hastaların tedavisiyle genellikle bunalmış durumdadır. Sıklıkla “o sadece istemiyor” veya “insan kendisini toparlamalı” ön yargıları hastanın çevresine hakimdir. Ev doktorunuz sizi hem ilaç olarak ve hemde psikoterapi için uygun branş doktorları ve psikologlara (psikolojik psikoterapistler) yönlendirebilir. İlgili kişinin kendisinin de elbette doğrudan psikoterapiste başvurma imkanı vardır.

## Psikoterapist

1999 dan beri yasa ile psikoterapist fikri (görüşü) savunuldu ve sadece devletin kabul ettiği uygun terapistlere izin verilmektedir. Bu tanıma (kabul) göre doktorlar da psikologlar gibi değerlendirilir.

Ayrım şöyledir:

- Psikolojik Psikoterapist: Ek olarak tamamlanmış psikoterapi eğitimi almış psikolog.
- Tıbbi Psikoterapist: Psikoterapi ya da psikoanaliz ek niteliklerini kazanmış olan doktor.

Hastalıklar için sağlık danışmanlığı konularında sağlık sigortaları doktorları derneğinin konuşma saatleri ilgili bilgiler için:  
[www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber](http://www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber) KV Berlin,  
Masurenallee 6A, 14057 Berlin

## Sinir Doktoru/Psikiyatrist

Depresyonun ağır durumunda ev doktoru hastayı psikiyatri ve psikoterapi branşı doktoru olan psikiyatrista havale eder. Bu doktorlar tıp eğitiminden sonra 5 yıl daha branş doktorluğu konusunda eğitimlerini tamamlamışlardır. Branş doktoru gerekliliğinde ilaçlı terapi düşünebilir ve terapi uygular. Psikoterapi de gerçekleştirebilir.

## Doğru psikoterapisti bulmak

Başarılı bir tedavi için doğru psikoterapist bulmak gerekir. Yasal sağlık sigortaları 5 taneye kadar ön (keşif) görüşmeyi onaylamaktadır, bu sayede hasta terapisti ile kimyasının uyup uymadığını anlama şansına sahip olur. Bir psikoanaliz 8 ön görüşmeye kadar bile olabilir. Bu ilk toplantıların ardından bir terapinin başlaması belirlenirse sigortalı bunun için sağlık sigortasına başvurur. Bunun için psikoterapistin hastanın imzaladığı bir başvuru formunu ilgili sağlık sigorta kurumuna sunması yeterlidir. Eğer hasta bir psikolog psikoterapist seçerse ev doktoru veya sinir doktorundan hastalık belirtilerinden sorumlu fiziksel rahatsızlıklarının bulunmamasını onaylayan bir rapor gereklidir. Eğer psikoterapist buna göre hastanın uzun süren bir tedaviye (yani 25 terapi saatinden fazla) ihtiyacı olduğunu varsayarsa başvuru formuna yazılı bir gerekçe ekler. Bazı durumlarda sağlık sigortası hatta kısa süreli terapilerde bile başvuru raporu ve bir uzman raporu ister. Sigorta kurumu başvuruyu inceler ve maliyetleri üstlenip üstlenmeyeceğine karar verir. Bu bağlamda başvuru formunda şube şefinin sadece görüşü yer alır. Eğer rapor uzun süreli bir tedavi gerektiriyorsa planlanan tedavinin gerekliliği, maliyeti ve başarı şansı kararını verecek olan özel uzmanlarca bu durum incelenir. Uzmanlar için ayrıntılar burada anonimdir. Talebin reddinde sigortalı karara karşı sağlık sigortası kurumuna itiraz edebilir ve ikinci bir uzman isteyebilir. Sağlık sigorta kurumunun kabulünden önce tedaviye başlayan sigortalı mali rizikoya girer. Bu yüzden her zaman önceden sağlık sigortasının terapi masraflarını karşılayıp karşılamayacağı önceden açıklanmış olmalıdır.

Kaynak: Alman Sağlık Sigorta Doktorları Derneği

Hastalıklar için sağlık danışmanlığı konularında sağlık sigortaları doktorları derneğinin konuşma saatleri ilgili bilgiler için:  
[www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber](http://www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber) KV Berlin,  
Masurenallee 6A, 14057 Berlin

Kassenärztliche  
Vereinigung Berlin



Kassenärztliche Vereinigung –  
die Dachorganisation der  
niedergelassenen Ärzte und  
Psychotherapeuten in Berlin