Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Information inför neuropsykiatrisk utredning hos Nova Psykiatri i Köpenhamn

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Hej och varmt välkommen till Nova Psykiatri!

Tack för att du är intresserad av att genomföra en utredning hos oss i Köpenhamn. I detta dokument har vi försökt sammanställa så mycket bra information som möjligt, som ska hjälpa dig inför, under och efter utredningen. Finner du något oklart eller helt enkelt har en fråga som inte besvaras i dokumentet, tveka inte på att höra av er till oss på:

Telefon: 08-519 35 900
Mail: info@novapsykiatri.se

Snabb överblick – det viktigaste att veta:

- Utredningen sker i Danmark eftersom du kan få ersättning från Försäkringskassan enligt lagen om planerad vård utomlands.
- Två alternativ för ersättning finns:
  Förhandsbesked
  Du får besked om beviljad ersättning innan din utredning.
  Ersättning i efterhand
  Du bokar in dig på utredning direkt och ansöker om ersättning i efterhand.
- Om du väljer förhandsbesked så ska du skicka in ansökan om förhandsbesked enligt guiden du hittar till höger.
- Du träffar svensk legitimerad personal (psykolog & läkare) i Köpenhamn.
- Bor du långt ifrån Köpenhamn är målsättningen att utredningen ska göras på en dag, men bor du i Skåne blir det vid två tillfällen.
- Du ansvarar själv för resa och ev. övernattning.
- Utredningen sker i Regus Winghouse i Ørestad, Köpenhamn.

Viktiga länkar och kontakt

- Guide för ansökan om förhandsbesked: klicka här.
- Guide för ersättning i efterhand: klicka här.
- Boka telefontid med koordinator för inbokning av utredning: klicka här.
- Vägbeskrivning till mottagningen i Köpenhamn: klicka här.
- Frågor om betalning skickas till ekonomi@novapsykiatri.se
- Övriga frågor skickas till info@novapsykiatri.se

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

I detta dokument finns information om:

Inför utredningen	Sida 4
Hur utredningen går till	Sida 5
Praktisk information	Sida 6
Ombokning och avbokning	Sida 7
Betalning och ersättning	Sida 7
Efter utredningen	Sida 8
Om ADHD- medicinering	Sida 9
Vanliga frågor	Sida 10-11
Kontakt	Sida 12

Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Inför utredningen

Skillnad mellan förhandsbesked och ersättning i efterhand

Förhandsbesked: Det vanligaste och mest populära alternativet. Du ansöker om besked från Försäkringskassan innan utredningen.

- **Fördelen** med detta alternativ är att du i förväg vet att du kommer få ersättning.
- **Nackdelen** är att du behöver vänta 2-3 månader på deras besked innan du kan bokas in på utredning. I samband med utredning behöver du kunna ligga ute med kostnaden (30 000 SEK) i några veckor.

Ersättning efterhand: Du bokar in dig direkt på utredning, är färdig inom 1-2 månader och ansöker därefter om ersättning från Försäkringskassan.

- **Fördelen** är att du blir klar betydligt snabbare.
- **Nackdelen** är att du behöver kunna ligga ute med kostnaden (30 000 SEK) i några månader, samt att du kan bli nekad ersättning. Hittills har dock ingen av våra patienter blivit nekad ersättning.

När du har fått svar på ditt förhandsbesked

När du har fått positivt svar på ditt förhandsbesked kan du **boka in en telefontid** med en koordinator genom att klicka här.

Koordinatorn kommer då att hjälpa dig att boka in datum för utredning i Köpenhamn som passar dig, samt kunna svara på frågor du har.

Skulle du ha svårt att boka tid via länken så kan du även ringa till vår support, maila oss, eller skriva till oss i Kaddio.

Ansöka om förhandsbesked

Du bör ha fått denna information separat, men ansökan om förhandsbesked sker enligt **separat guide** som du ska ha fått skickad till dig i Kaddio efter ditt bedömningssamtal. Den finns även att hitta här.

Du följer guiden som visar hur du gör hela ansökan på Försäkringskassans hemsida.

Du laddar även upp **behandlingsplanen** i ansökan, som du ska ha fått skickad till dig som separat dokument efter ditt bedömningssamtal med Nova Psykiatri. Utöver behandlingsplanen bör du även **ladda upp** skärmdump av **journalkopia** (från 1177 tex) som styrker att du står i kö om du gör det.

Du får sedan svar via Försäkringskassans portal.

Det bästa om möjligt är att göra ansökan på en dator, men det bör även gå att göra via ipad eller telefon.

Kommer min ansökan att bli godkänd och när?

Om du står i kö i din hemregion för fördjupad neuropsykiatrisk utredning så **ska din ansökan bli beviljad**. Samtliga som vi har hjälpt har till slut blivit beviljade.

Om du inte står i kö så kan du fortfarande bli bevliljad, om du bor i region **Skåne, Halland, Kalmar eller Östergötland.** I dessa regioner görs enskilda bedömningar, vilket innebär att det inte går att säga säkert om det blir godkänt eller inte. Vi bedömer chansen vara ungefär **30-40%** om du inte står i kö och bor i dessa regioner.

Det brukar ta **1-3 månader** att få svar på ansökan.

Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Hur utredningen går till

Under utredningen träffar du ett team bestående primärt av en psykolog och en läkare. De flesta momenten sker på plats, vissa delar digitalt. All personal är svensktalande, förutom receptionisterna i Köpenhamn.

Om du bor i Skåne: Så krävs det vanligtvis två besök på plats vid två olika tillfällen, där det ena besöket är 2-4 timmar, och det andra besöket är cirka 1 timme.

Om du bor i övriga Sverige: Är målsättningen att hela utredningen ska göras på en och samma dag, alternativt att du får stanna en natt i Köpenhamn och fortsätta utredningen dagen därpå.

.

1. Bakgrundssamtal

Vi börjar med ett öppet samtal där du får berätta om ditt liv och din hälsa. Vi pratar om hur du mår idag och hur saker har fungerat för dig tidigare i livet. Tar mellan 30-60 minuter.

2. Strukturerad intervju

Vi använder intervjuer som är särskilt framtagna för att undersöka till exempel ADHD eller Autism. Då går vi tillsammans igenom vilka symtom du känner igen dig i, både som vuxen och under din barndom. Detta tar mellan 60-90 minuter (vid en bred utredning kan ytterligare 60 minuter behövas).

3. Kognitiv testning

Du får göra vissa tester som hjälper oss att förstå hur din hjärna arbetar när det gäller bland annat problemlösning, minne och koncentration. Det är under besöket hos psykologen som del 1-3 genomförs. Detta besök tar vanligtvis 3-4h.

4. Läkarbesök

I samband med utredningen träffar du en psykiater, dvs. en läkare som är specialiserad inom psykiatri. Här undersöker vi om det finns andra medicinska eller psykiatriska förklaringar till dina svårigheter, och du får göra en enkel hälsoundersökning. Det är även här du kan ställa frågor om medicinering ifall du är intresserad av det efter utredningen. Besöket tar vanligtvis 1 timme.

5. Anhörigintervju

För att få en mer komplett bild av din utveckling ringer vi upp någon som kände dig väl när du var yngre – t.ex. en förälder eller annan närstående. Detta görs för att kunna säkerställa att en del av symtomen har funnits sen tidig ålder, vilket är nödvändigt för att ställa en eventuell diagnos. Detta görs vanligen efter ditt besök i Köpenhamn. Du får gärna ta med telefonnummer till din anhöriga till träffen på plats. Samtalet tar cirka 30 minuter.

6. Återgivningssamtal

När alla delar är klara får du ett utlåtande, vilket är en rapport kring allt som har framkommit i utredningen. Du kommer tillsammans med din psykolog att gå igenom allt och få veta vad utredningen visar, och kunna ställa frågor om diagnoser, behandling och annat stöd. Detta sker på video eller telefon. Återgivningen tar 15-30 minuter och sker vanligtvis 2-3 veckor efter ditt sista besök i Köpenhamn.

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Praktisk information

Hur du tar dig till vår mottagning i Köpenhamn

Vår mottagning i Köpenhamn befinner sig i Regus Winghouse i Ørestad, vilket vi delar med andra företag. Det är endast 5 min tåg från Kastrup (2 stopp) och 30 min tågresa från Malmö Centralstation. Mottagningen är alltså innan Köpenhamn city, vilket gör det lättare och smidigare att ta sig dit.

Adress: Business Centre Winghouse,
Ørestads Blvd., 2300 København, Danmark

- **Länk Google maps:** Länk

Ta dig hit med tåg från Malmö
- Ta tåget mot Köpenhamn, kliv sedan av vid Örestad (5 stopp) efter cirka 30 min.
- Sedan har du en smidig promenad på cirka 5 minuter.

Ta dig hit med flyg från Kastrup
- Ta tåget mot Köpenhamn från flygplatsen, kliv sedan av vid Örestad (2 stopp), tar cirka 5 minuter med tåg. Gå sedan på 5 minuter från stationen.

När du är framme: Slå dig ner och vänta vid entréplan, intill receptionen. Psykologen eller läkaren kommer och hämtar dig. **Notera** att det inte finns specifika skyltar om Nova Psykiatri på plats.

Boende, mat mm

Mat: Det finns en lunchrestaurang på Regus Winghouse där du smidigt kan äta lunch. Utöver det finns det några alternativ i närheten för såväl lunch och middag.

Boende: Det finns flera hotell i närheten för er som ska övernatta. Vill ni ha ett hotell på nära avstånd så finns bl.a. Ibis Styles Copenhagen Orestad, Crowne Plaza Copenhagen, Four Points Flex by Sheraton Copenhagen Arena, samt Cabinn Metro Hotel.

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Ombokning och avbokning

Vi förstår att oväntade saker kan inträffa. Samtidigt reserverar vi tid åt dig som annars hade kunnat gå till andra patienter. Därför behöver vi ta ut en avgift vid avbokningar och ombokningar med kort varsel.

Avbokning inom 72 timmar: En avgift på 5 000 kr tas ut.

Ombokning inom 72 timmar: Du kan omboka en gång utan att behöva betala någon extra avgift. Men vi fakturerar fortfarande för utredningen.
Vid en andra sen ombokning (inom 72 timmar) tillkommer en avgift på 5 000 kr.

Påbörjad utredning: Har du redan gått på ett av besöken är du betalningsskyldig för hela utredningen, även om du sen vill avsluta den.

Försök gärna att boka om eller av i så god tid som möjligt.

Om du känner dig sjuk och är orolig för att smitta, kan delar av utredningen ofta genomföras digitalt via video, så att resten kan tas på plats lite längre fram när du tillfrisknat.

Tack för din förståelse – det hjälper oss att ge alla patienter bästa möjliga vård.

Betalning och ansökan om ersättning

Vid förhandsbesked

Efter ditt första vårdbesök på vår mottagning i Köpenhamn skickas en faktura till dig på 30 000 SEK. Fakturan ska betalas **inom 10 dagar**, och därmed innan du fått din ersättning från Försäkringskassan. Pengarna från Försäkringskassan brukar betalas ut inom 2-3 veckor.

Det är viktigt att du så snart som möjligt efter att du har fått din faktura påbörjar ansökan om ersättning från Försäkringskassan. Guide för hur du gör detta ska ha skickats till dig separat, men du kan även hitta den här.

Om du har frågor om fakturan eller problem med att betala så kan du kontakta oss på ekonomi@novapsykiatri.se

Vid ansökan om ersättning i efterhand

Efter ditt första vårdbesök på vår mottagning i Köpenhamn kommer du få en faktura. Beloppet är 30 000 SEK och ska betalas inom **10 dagar.**

Efter att du har betalat fakturan ansöker du om ersättning från Försäkringskassan. En separat guide för hur du gör detta har skickats till dig. Om du inte har fått den kan du även hitta den här.

Tyvärr är det svårt att säga hur lång tid utbetalningen tar. För aktuell handläggningstid hänvisar vi till Försäkringskassan.

Om du har frågor om fakturan eller betalning så kan du kontakta oss på ekonomi@novapsykiatri.se

Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Efter utredningen – vad händer då?

När alla delar av utredningen är genomförda får du ett återgivningssamtal där vi går igenom resultaten. Du får veta om du uppfyller kriterier för en diagnos och vad det i så fall innebär. Utöver det så hjälper vi dig på en eller flera av sätten nedan, så att du får bästa möjliga hjälp.

Utlåtande med tips och rekommendationer

I samband med återgivningssamtalet får du även ett skriftligt utlåtande på cirka 10 sidor. Där beskriver psykolog och läkare tillsammans hur utredningen har gått till, vad man har kommit fram till, samt rekommendationer för hjälp framåt.
Det kan till exempel handla om:

- Rekommendationer om eventuell medicin
- Tips om hur du kan få vidare stöd
- Konkreta vardagstips för sömn, struktur, stress etc.

Remiss till annan vårdgivare t.ex. vuxenpsykiatrin

Vi hjälper till med remisser dit du själv önskar. Det är vanligt att man vill ha remiss till vuxenpsykiatrin för att försöka få hjälp att påbörja medicinering där, men ibland även för terapi.

Vid Autism rekommenderar vi ganska ofta habilitieringen, som är särskilt inriktad på att hjälpa till vid Autism.

För en del kan även vårdcentral vara en bra plats att få fortsatt hjälp på.

Medicinering hos Nova i Sverige

Om du får en ADHD-diagnos och vill börja med medicinering så snabbt och smidigt som möjligt, kan du göra det direkt hos oss, helt digitalt.

Vi har två paket för medicinering:

Prenumerationspaket
För dig som vill stanna hos oss för medicinering.
Kostnad: 3 000kr startavgift, sen 400kr/mån.

Insättningspaket
För dig som vill börja medicinering hos oss medan du väntar på att flyttas över till offentliga psykiatrin. **Kostnad:** 7 600kr för 6 månaders uppstart + 2 400kr för ytterligare ett halvår.

Vi har mer information om vår medicinering i ett separat dokument du kan få skickat till dig, samt kan du läsa mer på vår hemsida.

Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Om ADHD- medicinering

Så fungerar medicinen

ADHD-medicin har använts i över 20 år och är ett beprövat stöd för många. Syftet med behandlingen är att minska symtom som rastlöshet, impulsivitet och svårigheter att hålla fokus.

De vanligaste läkemedlen är:

- Metylfenidat (t.ex. Ritalin, Concerta, Medikinet, Equasym)
- Atomoxetin (Strattera)
- Lisdexamfetamin (Elvanse)

Behandlingen startar alltid med en låg dos, och justeras därefter stegvis tills vi hittar en nivå som fungerar för dig. Vanligtvis görs dosökningar en gång i veckan eller varannan vecka.

Hur du kommer igång

Om utredningen landar i bedömningen att medicinering är aktuell och du vill fortsätta din behandling hos oss på Nova, får du en bokningslänk av din psykolog efter att utredningen är klar.

Om du stöter på problem vid bokningen är du välkommen att kontakta oss på info@novapsykiatri.se eller 08-519 35 900 så hjälper vi dig.

Vad du kan förvänta dig av behandlingen

När dosen är rätt inställd beskriver många att det blir lättare att:

- Behålla uppmärksamhet, även vid monotona eller tråkiga uppgifter
- Orka längre utan att tappa fokus
- Stänga ute distraktioner
- Tänk-till före man handlar, alltså mindre impulsivitet
- Hålla ett jämnare humör och ha bättre kontroll över känslor
- Känna sig mindre rastlös, både i kroppen och i tankarna

Effekten kan variera från person till person, och ibland behöver man prova sig fram för att hitta rätt. Därför är det viktigt att du är uppmärksam på hur du mår och berättar det vid uppföljningar.

Vanliga biverkningar

Precis som med andra läkemedel kan ADHD-medicin ge biverkningar – särskilt i början eller om dosen är för hög. De flesta biverkningar går över när kroppen vant sig, eller när dosen justeras. Några vanliga biverkningar är:

- Muntorrhet
- Minskad aptit
- Svårt att somna eller orolig sömn
- Huvudvärk (brukar gå över efter en tid)
- Illamående (särskilt om medicin tas hungrig
- Ökad oro eller lätt tryck över bröstet
- Hjärtklappning
- Tillfällig nedstämdhet, särskilt de första veckorna
- Förhöjt blodtryck eller puls (vi följer upp det regelbundet)

Tips: Skriv gärna ner när och hur du upplever biverkningar – det hjälper oss att justera rätt.

Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Vanliga frågor - FAQ

Ska jag förbereda mig inför utredningen?

Du kommer att få svara på många frågor under utredningen, bland annat om det finns några diagnoser i släkten eller hur du fungerade som barn. Inför utredningen kan det vara bra att kolla upp hur det ser ut bland släktingar, och fundera på hur det såg ut under barndomen för att ha det färskt i minnet under utredningen.

Kan jag ta med mig någon?

Ja självklart! Om du vill ha med en anhörig eller vän för stöd är det oftast möjligt. Observera dock att vissa delar av utredningen måste göras på egen hand, då får din anhörig vänta utanför under dessa moment.

Får jag en diagnos direkt efter utredningen?

Vi bokar in ett återgivningssamtal oftast cirka 2-3 veckor efter ditt sista besök i Köpenhamn.

Vad händer om jag har andra diagnoser eller behov?

Då hjälper vi dig att hitta rätt stöd och insatser. Det kan handla om råd kring behandling, remisser till annan vårdgivare eller andra former av stöd utifrån dina behov.

Hur stor är chansen att jag får en diagnos?

Nästan samtliga som utreds hos oss får någon diagnos. Cirka 90% får den diagnos man har sökt för. Ibland landar vi alltså i att dina problem bättre förklaras av någonting annat. Exempelvis Autism istället för ADHD, eller att ångest bäst förklarar problematiken.

Vi försöker tydliggöra och bedöma vårt bästa i första bedömningssamtalet, men ibland landar utredningen i annat utfall. Vi kommer alltid att ställa den eller de diagnoser vi tror bäst förklarar dina problem och som kommer att vara mest hjälpsamma för just dig.

Vad händer om jag inte får ADHD/Autism diagnos?

Även om du inte får den diagnos du sökt för (och kanske har hoppats på) så finns det mycket hjälp att få. Du kommer oavsett få en gedigen förklaring från oss varför saker blir svåra för dig, och hur du kan få det att fungera bättre. Samtliga diagnoser har behandlingar som man har forskat fram som hjälper. Vissa effektiva mediciner, andra effektiva terapimetoder, vissa både och.

Genom att få rätt svar på vad som förklarar dina utmaningar, så kan du få rätt hjälp för att må bättre.

Nova Psykiatri

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Vanliga frågor - FAQ

Varför måste utredningen göras i Danmark?

För att du ska kunna få hjälp snabbare än i den offentliga vården erbjuder vi utredning i Danmark. Genom lagen om planerad vård utomlands har du rätt att få ersättning från Försäkringskassan om väntetiden i Sverige är orimligt lång.

Därför kan du få ersättning för kostnaden av en privat utredning i Danmark – och få hjälp snabbare, utan att kompromissa med kvaliteten.

Är det svensk personal som gör utredningen?

Ja. All personal som genomför utredningen är legitimerad och svensktalande, precis som i Sverige. Den enda personalen som inte pratar svenska är receptionen i Köpenhamn.

Måste jag betala själv för resa och boende?

Ja. Kostnader för resa och eventuell övernattning ersätts inte av Försäkringskassan och betalas av dig. Vi försöker dock planera besöken så att allt kan genomföras på en och samma dag.

Går utredningen till på samma sätt som i Sverige?

Ja. Utredningen följer samma struktur och riktlinjer som i Sverige, enligt Socialstyrelsens riktlinjer. Den omfattar samtal med psykolog och läkare, kognitiva tester samt återgivningssamtal.

08-519 35 900
novapsykiatri.se
info@novapsykiatri.se

Kontakt

Om du har frågor eller funderingar är du välkommen att kontakta oss.

Bästa sättet är ofta att skriva i chatten på Kaddio där du tidigare har haft kommunikation. Utöver det kan du även ringa eller maila oss!

Telefon: 08-519 35 900
E-post: info@novapsykiatri.se
Hemsida: www.novapsykiatri.se

Tack!

Tack för att du valt Nova Psykiatri för din Neuropsykiatriska utredning. Vi hoppas att du nu känner dig lite mer förberedd och vi ser fram emot att träffa dig. Vårt mål är att du ska känna dig både trygg och välinformerad under hela processen. Varmt välkommen!

Vänliga hälsningar, teamet på Nova Psykiatri ☺