

# Kriseplan ved bipolare episoder og selvmordsfare

1

Navn:

Type bipolar lidelse:

Dato sist revidert:

Denne kriseplanen oppsummerer mine viktigste kontaktpersoner, medikamenter og helseopplysninger, hvem som kan kontakte og dele informasjon om helsetilstanden min når jeg er alvorlig syk, og avtaler jeg har inngått med meg selv og andre ved sykdom.

Kontakter	Telefonnummer	Har kopi av planen
Nærmeste pårørende:		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Arbeidsgiver:		<input type="checkbox"/>
Kontakter i kommunehelsetjenesten		
Fastlege:		<input type="checkbox"/>
Andre:		<input type="checkbox"/>
Kontakter på DPS		
Behandler:		<input type="checkbox"/>
Andre:		<input type="checkbox"/>
Andre viktige kontaktpersoner/telefonnumre		
Døgnavdeling:		<input type="checkbox"/>
Legevakt:		<input type="checkbox"/>
Andre:		<input type="checkbox"/>

## 1. Medikamenter og helseopplysninger

Medikamenter (faste og ved behov):

Helseopplysninger (allergier, andre plager, sykdommer osv.):

## 2. Samtykke til kontakt med helsepersonell

Hvis jeg på grunn av min psykiske helsetilstand vurderes som akutt hjelpetrengende, kan følgende personer kontakte hjelp på mine vegne, selv om jeg motsetter meg det der og da.

Hvem kan kontakte	Hvem kan kontaktes	Begrunnelse for kontakt

### 3. Fritak av helsepersonell fra taushetsplikt

Jeg fritar helsepersonell fra taushetsplikt om min helsetilstand under følgende betingelser.

Hvem fritas	Hvem fritaket gjelder overfor	Fritakets gyldighet

### 4. Avtaler med meg selv og andre

Mine avtaler om tiltak ved ulike intensitetsgrader av bipolare episoder og ved selvmordsfare.

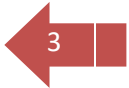
#### MANI

	Sentrale kjennetegn	Hva jeg skal gjøre	Hva andre skal gjøre
Mild			
Moderat			
Alvorlig			

#### DEPRESJON

	Sentrale kjennetegn	Hva jeg skal gjøre	Hva andre skal gjøre
Mild			
Moderat			
Alvorlig			

## SELMORDSFARE



Faresignaler	Hva jeg selv kan gjøre	Avtaler om hjelp

---

Signatur(er) og dato