

## Beratung und Hilfe für Vertriebene und Geflüchtete bei seelischer Belastung - Ukrainehilfe

### Beratung

#### Telefonseelsorge

Russischsprachige Telefonseelsorge „Doweria“

☎ 030 44 03 08 454

#### Medflex

Auf medflex.de befindet sich ein Angebot für eine kostenlose Telefonberatung mit Ärzten und Psychologen auf Ukrainisch.

<https://www.medflex.de/help-ukraine>

#### Krisenchat

Psychosoziale Soforthilfe für ukrainische Kinder und Jugendliche

<https://krisenchat.de/ukraine>

#### Internet

Unter dem folgenden Internetlink <https://www.dgsf.org/aktuell/news/hilfen-fuer-ge-fluechtete> finden Sie nützliche Inhalte für Geflüchtete aus der Ukraine in deutscher und teilweise ukrainischer Sprache: Informationen für Fachkräfte, betroffene Erwachsene, Jugendliche und Kinder, außerdem weiterführende Links.

#### Sozialpsychiatrischer Dienst

Hamburger Straße 30, 23795 Bad Segeberg

☎ 04551 951 9493

#### Sozial-psychologische Beratung

an 11 **Diakonischen Beratungsstellen** in Schleswig-Holstein

Hilfe in akuter Krisensituation, Vermittlung z. B. an Kinder- und Jugend-Psychiatrie, Erziehungsberatung, Schwangerschaftsberatung, Migrationsdienste

<https://www.diakonie-sh.de/meldungen/details/neues-landesweites-beratungsangebot-fuer-gefluechtete-aus-der-ukraine-1-1>

zusätzlich **Hotline**: Fr. – So. 16:00 – 22:00 Uhr

☎ 0800 766 2476

## **Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge in Schleswig-Holstein**

Rendsburger Landstraße 7, 24113 Kiel

☎ 0431 705 594 92 oder 93

## **Psychologische (Trauma-) Beratung**

Psychosoziale Anlaufstelle für Geflüchtete  
Am Alten Kirchhof 12, 24534 Neumünster

☎ 04321 25 05 12 80

## **Behandlung**

### **Hausärztin/ Hausarzt**

<https://arztsuche.kvsh.de>

Wenden Sie sich an Ihren Hausarzt vor Ort. Hier können erste Hilfen gegeben werden. Bei Bedarf wird an Fachärzte, Institutsambulanz oder Tagesklinik überwiesen. Im Notfall ist auch die Einweisung in das Psychiatrische Krankenhaus möglich.

### **Psychiaterin/ Psychiater + Nervenärztin/ Nervenarzt**

- **Praxisgemeinschaft Oldesloer Straße** ☎ 04551 96 96 60

Herr Schreier + Frau Samarina + Frau Daneshi-Gafsi  
Oldesloer Str. 9, 23795 Bad Segeberg

- **Frau Öngör** ☎ 04551 96 79 80

Seminarweg 2a, 23795 Bad Segeberg

- **Frau Dr. Timme + Herr Grefen** ☎ 04551 17 33

Kirchstr. 31, 23795 Bad Segeberg

- **Herr Dr. Katzenstein** ☎ 040 52 87 60 00

Garstedter Feldstr. 10, 22850 Norderstedt

- **Frau Dr. Stahl + Frau Dr. Zimmermann** ☎ 040 35 96 98 00

Rathausallee 7, 22846 Norderstedt

- **Herr Dr. Pramschiefer + Herr Dr. Korowin** ☎ 04193 40 31

Rathausplatz 3, 24558 Henstedt-Ulzburg

- **Herr Dr. Wauschkuhn + Frau Gromoll** ☎ 04192 87 63 30

Medizinisches Versorgungszentrum, Bleek 29, 24576 Bad Bramstedt

## **Psychiatrische Tageskliniken/ Psychiatrische Institutsambulanzen**

Für die Behandlung in der Tagesklinik und Institutsambulanz benötigen Sie eine Überweisung Ihres niedergelassenen Arztes.

- **Psychiatrische Tagesklinik Bad Segeberg mit Institutsambulanz**  
Schillerstr. 13a, 23795 Bad Segeberg ☎ **04551 96 97 30**
- **Psychiatrische Tagesklinik Norderstedt mit Institutsambulanz**  
Beim Umspannwerk 6-8, 22844 Norderstedt ☎ **040 35 77 19 400**
- **Psychiatrische Tagesklinik Kaltenkirchen mit Institutsambulanz**  
Flottkamp 15, 24568 Kaltenkirchen ☎ **04191 99 96 0**
- **Institutsambulanz Rickling**  
Daldorfer Straße 2, 24635 Rickling ☎ **04328 18 72 5**

## **Krankenhaus**

Für die Behandlung im Krankenhaus benötigen Sie eine Überweisung Ihres Arztes.

- **Psychiatrisches Krankenhaus Rickling**  
Daldorfer Straße 2, 24635 Rickling ☎ **04328 18 0**

## **Trauma-Zentren/ Trauma-Ambulanz**

Für die Behandlung in einem Trauma-Zentrum benötigen Sie eine Überweisung Ihres Arztes.

- **Uni-Klinik Kiel, ZIP** ☎ **0431 500 98 008**
- **Uni-Klinik Lübeck, ZIP, Trauma-Ambulanz** ☎ **0451 500 98 687**

## Psychiatrischer Notfall

Bei einer akuten Krise wählen Sie den **Notruf 112**

**Die Rettungsleitstelle** bespricht mit Ihnen das weitere Vorgehen und leitet weitere Schritte ein, zum Beispiel Einschaltung von Polizei, Psychosozialer Notfallversorgung, Kontakt zum Sozialpsychiatrischen Dienst.

### **Eine psychische Krise liegt zum Beispiel vor bei**

- starken Angst- und Panikzuständen
- starken Erregungs- und Verwirrheitszuständen
- akuten Wahnvorstellungen
- tiefer Verzweiflung und Resignation ggf. verbunden mit Selbsttötungsabsichten
- Gefahr für sich oder für andere Menschen im Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung
- akutem, hochgradigem Alkohol- und oder Drogenmissbrauch

### **Verhaltensempfehlungen für die Krisensituation**

Im Umgang mit Menschen in psychischen Krisensituationen empfehlen wir Ihnen folgendes Verhalten

- bewahren Sie selbst Ruhe und Klarheit
- haben Sie den Mut, sich Hilfe und Unterstützung zu holen, auch wenn die Betroffenen möglicherweise die Notwendigkeit zurzeit nicht erkennen und alle Hilfen ablehnen.