

Katkolle ja kuntoutukseen

Kokemusasiantuntija Samppa kertoo kuinka vieroitushoitoon ja kuntoutukseen voi hakeutua ja mitä hoidossa tapahtuu.

Video on kolmas osa Vapaaksi huumeista -videosarjaa.

Videon kesto 11:46 minuuttia.

Sisältö:

Hoitoon hakeutumisen esteet ([00:07](#))

Laitoshoidon tarjoamat turvalliset puitteet vieroittautumiselle ([00:55](#))

Hoito ja oma motivaatio antavat parhaat mahdollisuudet onnistua ([01:25](#))

Tietoa päihdehoidosta saa oman kunnan terveyskeskuksesta ja verkkosivuilta ([02:07](#))

Päihdehoitajan kautta asiat järjestyvät ([02:39](#))

Hoitopaikkaa odottaessa on aikaa ottaa selvää paikan säännöistä ja toimintatavoista ([03:37](#))

Mitä ensimmäisenä hoitopäivänä tapahtuu? ([04:40](#))

Viikko-ohjelma ja ruokailut rytmittävät päiviä ([06:12](#))

Ota vastaan tarjottu tuki ja toiminta, ole avoin ja rehellinen ([07:27](#))

Panosta ilmapiirin luomiseen ja vertaistukeen ([08:37](#))

Hoitajilta voi pyytää apua myös hoidon jälkeisten asioiden järjestämiseen ([09:16](#))

Hoito ei yksin auta, on otettava vastuu omasta toipumisesta ([09:41](#))

Keitä me olemme? ([10:40](#))

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/huumeet-ja-laakkeet/kokemusasiantuntijat-vapaaksi-huumeista-videosarja/katkolle-ja-kuntoutukseen>