



Financováno
Evropskou unií

NU^{DZ} NÁRODNÍ ÚSTAV
DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ



Duševní zdraví
dětí a adolescentů

Rozcestník psychologické podpory

Karlovarský kraj



V péči o duševní zdraví se setkáte s různými odborníky a službami, které mají rozdílné role a možnosti podpory. Tento přehled vám pomůže zorientovat se v tom, na koho se můžete obrátit v různých situacích – od lékařské pomoci přes psychoterapii až po krizové služby a podpůrné organizace.

Kapacita jednotlivých služeb se může v průběhu času měnit, proto doporučujeme ověřit aktuální dostupnost přímo u poskytovatele.

Poskytujete službu v oblasti duševního zdraví a v rozcestníku jste se nenašli?
Napište nám prosím na dzda.rodice@nudz.cz.

Kdo je kdo v oblasti péče o duševní zdraví?



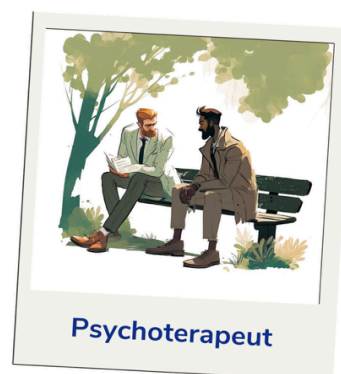
Psychiatr je lékař, který diagnostikuje a léčí duševní onemocnění. Může předepisovat léky a někdy poskytuje i psychoterapii. Návštěvy u psychiatra bývají spíše jednorázové s následnými kontrolami, stejně jako třeba u praktického lékaře.

Klinický psycholog je psycholog se specializačním vzděláním ve zdravotnictví. Poskytuje zdravotní služby, provádí klinickou diagnostiku a může poskytovat zdravotnickou psychoterapii. Péče může být hrazena zdravotní pojišťovnou.



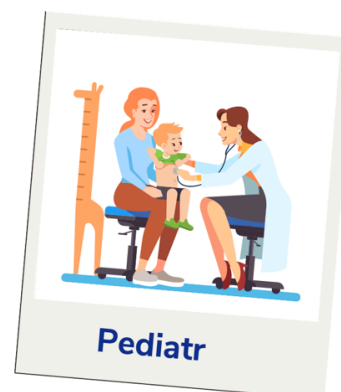
Psycholog je odborník s vysokoškolským vzděláním v oboru psychologie. Uplatňuje se v mnoha oblastech, například ve školství, vězeňství, v dopravní psychologii, v psychologii práce. Může poskytovat psychologické poradenství a provádět psychologická vyšetření. Po absolvování specializačního vzdělání se může stát klinickým psychologem. Pokud má psychoterapeutický výcvik, může poskytovat poradenskou psychoterapii.

Psychoterapeut je odborník s ukončeným akreditovaným psychoterapeutickým výcvikem. Psychoterapie může probíhat: ve zdravotnictví (např. u klinického psychologa nebo psychiatra), nebo mimo zdravotnictví jako poradenská psychoterapie v soukromé praxi.



Krizový pracovník je odborník vyškolený v metodě poskytování krizové intervence. Tento typ pomoci je vhodný v momentech krize, kdy jsou obtíže neodkladné a na jiný typ pomoci musíte čekat. Krizový pracovník pracuje v krizových centrech nebo také na krizových linkách, které mohou být dostupné nonstop a není třeba čekat.

Pediatr je lékař se specializací v dětském lékařství. Kromě péče o tělesné zdraví dětí je schopen nabídnout pomoc a poradenství v oblasti duševního zdraví dětí. Pediatr může předepisovat léky ovlivňující psychické zdraví (některá antidepresiva, léky na spaní a úzkost). Preventivní prohlídky u pediatra mohou pomoci včas odhalit potíže v oblasti duševního zdraví, které nemusí být doma na první pohled patrné.



Psychoterapeutické příspěvky

Některé zdravotní pojišťovny nabízejí v rámci preventivních programů příspěvky na psychoterapii. Výše a podmínky podpory se liší podle konkrétní pojišťovny.

- **VZP – Všeobecná zdravotní pojišťovna**
 - vzp.cz
- **ČPZP – Česká průmyslová zdravotní pojišťovna**
 - cpzp.cz
- **ZP Škoda – Zaměstnanecká pojišťovna Škoda**
 - zpskoda.cz

- ZPMV – Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR
 - zpmvcr.cz
- RBP – Zdravotní pojišťovna
 - rbp213.cz
- OZP – Oborová zdravotní pojišťovna
 - ozp.cz

Další online zdroje pomoci

- Society for All – societyforall.cz/knihovna
Online knihovna materiálů o duševním zdraví a možnostech pomoci.
- Opatruj se – opatruse.cz
Praktické tipy, články a podpora pro péči o duševní zdraví.
- Nevypušť duši – nevypustdusi.cz
Vzdělávací programy a tipy pro péči o sebe.
- Nepanikař – nepanikar.eu
Mobilní aplikace a web pro okamžitou podporu při úzkostech, depresích či panice.
- Hedepy – hedepy.cz
Online platforma pro terapii s výběrem terapeutů a možností pravidelných sezení.
- Terapio – terapioc.cz
Online terapie s možností krátkodobé i dlouhodobé spolupráce s psychoterapeuty.
- Vos Health – vos.health
Mobilní aplikace zaměřená na duševní zdraví, wellbeing a sledování nálady.
- Mindwell – mindwell.cz
Psychoterapeutická platforma propojující klienty s terapeuty online i osobně.
- Calmio – calmio.cz
Aplikace pro zvládání stresu a úzkosti, relaxační techniky a mindfulness cvičení.

Pro rychlou pomoc můžete kdykoliv volat:

- **116 123** – Linka první psychické pomoci (nonstop, zdarma)
- **116 111** – Linka bezpečí pro děti a mladé (nonstop, zdarma, určeno pro děti a studenty do 26 let)
- **608 902 410** – Modrá linka (nonstop, zdarma)
- **606 021 021** – Rodičovská linka Po-čt 9-21h, pá 9-17h. Služba je určena rodičům, rodinným příslušníkům a ostatním dospělým jednajícími v zájmu dětí. (zdarma)

KARLOVY VARY

Poradenská psychoterapie

- PhDr. Mgr. Šárka Bystroňová [<https://www.terapie-rodine-kv.cz/>]
 - psychologické poradenství pro děti, dospívající a dospělé; individuální, párová a rodinná terapie
- Mgr. Miroslava Grosserová [<https://terapie-grosserova.cz/>]
 - psychologické poradenství pro dospívající (14+) a dospělé, školitelka kurzů Bez obav
- Mgr. et Mgr. Vanda Kasalová, Ph.D. [<https://vandakasalova.cz/>]
 - psychologické poradenství pro dospívající (12+) a dospělé
- Mgr. Jakub Kovář [<https://www.kovarjakub.cz/>]
 - psychologické poradenství pro dospělé; individuální a párová terapie
- Mgr. Alice Vávrová [<https://psychologvary.cz/>]
 - psychologické poradenství pro dospělé (možno i v angličtině)

Psychiatrie

- Dobré duševní zdraví s. r. o. [tel.: +420 353 230 878]
 - psychiatrická ordinace
 - MUDr. Václav Ferus
 - MUDr. Vladimír Beran
- MUDr. Jiří Bartoš [<https://www.mudr-jiri-bartos-kv.cz/>]
 - psychiatrická a psychoterapeutická ordinace
- MUDr. Vladislav Zelenka [<https://psychiatriekv.cz/>]
 - psychiatrická ambulance
- MUDr. Volha Polyviana [<https://psychiatrie-psychologie-kvary.webnode.cz/>]
 - psychiatrická ambulance
- MUDr. Vasilij Storčák [e-mail: Vasilij.S@seznam.cz]
 - psychiatrická ambulance

Klinická psychologie

- Nemocnice v Karlových Varech - Ambulance klinické psychologie [<https://nemkv.cz/ambulance-klinicke-psychologie>]
 - Mgr. Zuzana Pastieriková Nevedalová
- PhDr. Anna Kotrčová [<https://www.psychologie-kotrcova.cz/>]

- ordinace klinické psychologie
- Mgr. Ilona Váchová [<https://psychiatrie-psychologie-kvary.webnode.cz/>]
 - ambulance klinického psychologa
- Mgr. Tomáš Hrubý [<https://tomashrubykv.cz/>]
 - ordinace klinické psychologie
- Psycholog s. r. o. [<https://www.psycholog-sro.cz/>]
 - ambulance klinické psychologie
- Mgr. Jolana Peňázová [<https://www.psychologiekv.cz/>]
 - ordinace klinické psychologie
- PhDr. Jiří Bauer [<https://phdr-jiri-bauer-phd.webnode.cz/>]
 - ordinace klinické psychologie
- PhDr. Naděžda Němcová [e-mail: praxe@volny.cz]
 - ambulance klinické psychologie

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna Karlovy Vary [<https://pppkv.cz/>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství
- Středisko výchovné péče Karlovy Vary [<https://svpkvary.cz/web/>]
 - výchovně vzdělávací péče pro děti
- Fokus Karlovarský kraj, z. s. [<https://www.fokus-kk.cz/>]
 - péče o lidi s duševním onemocněním
- Centrum dětské pomoci [<https://www.centrumdetskepomoci.cz/>]
 - poradenství a služby pro rodiny v náročných situacích
- Res vitae [<https://resvitae.cz/>]
 - rodinná poradna
 - pečovatelská služba
 - krizové centrum
 - linka důvěry
- Centrum pro dítě a rodinu Valika [<https://www.valika.cz/>]
 - práce s ohroženými rodinami, sociálně aktivizační služby, poradenství v oblasti náhradní rodinné péče
- Rodinná poradna v Karlových Varech [<https://www.ss-po.cz/sluzby/rodinna-poradna-karlovy-vary/>]
 - odborné sociální poradenství

CHEB

Poradenská psychoterapie

- Mgr. Gabriela Moravíková [e-mail: psychoterapie.gabriela@gmail.com]
 - psychologické poradenství pro děti, dospívající a dospělé; individuální, párová a rodinná terapie

Psychiatrie

- TODARABA s. r. o. [e-mail: barbora.zahradnikova@seznam.cz]
 - ambulance dětské a dorostové psychiatrie
- MUDr. Pavel Solnička [tel.: +420 354 438 671]
 - psychiatrická ambulance

Klinická psychologie

- PhDr. Mgr. Monika Kopárková [<https://koparkovamonika.cz/>]
 - ambulance dětské klinické psychologie

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna Cheb [<https://pppkv.cz/kontakty/cheb>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství
- Fokus Cheb [<https://www.fokus-kk.cz/cdz>]
 - centrum duševního zdraví - péče o lidi s duševním onemocněním
- Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy v Chebu [<https://www.ss-po.cz/sluzby/rodinna-poradna-cheb/>]
 - odborné sociální poradenství

SOKOLOV

Poradenská psychoterapie

- Mgr. Mária Adamkovičová [<https://majaarte.cz/individualni-konzultace/>]
 - psychologické poradenství; individuální, skupinová a rodinná terapie
- Mgr. Ljuba Bračková [<https://www.terapie-brackova.cz/>]
 - psychologické poradenství pro děti, dospívající a dospělé; individuální a rodinná terapie
- Mgr. Lucie Vojkůvková [<https://www.psychoterapie-vojkuvkova.cz/>]
 - psychologické poradenství pro dospělé; individuální terapie

Psychiatrie

- CEDUP s. r. o. [<https://www.detskapsychiatriesokolov.cz/>]
 - MUDr. Blanka Stefanovičová
 - psychiatrická ambulance pro děti, dorost a dospělé
- MUDr. Jana Pechová [tel.: +420 733 392 895]
 - psychiatrická ambulance
- Poliklinika Sokolov - Psychiatrie
 - MUDr. Michaela Moravcová [tel.: +420 352 308 245]
 - MUDr. Martina Linhartová [tel.: +420 602 976 127]
- MUDr. Karel Moravec [<https://www.psychiatriemoravec.cz/>]
 - psychiatrická ambulance

Klinická psychologie

- Psycholog s. r. o. [<https://www.psycholog-sro.cz/>]
 - ambulance klinické psychologie
- PhDr. Jiří Bauer [<https://phdr-jiri-bauer-phd.webnode.cz/>]
 - ordinace klinické psychologie

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna Sokolov [<https://pppkv.cz/kontakty/sokolov>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství
- Fokus Sokolov [<https://www.fokus-kk.cz/kontakty>]
 - centrum duševního zdraví - péče o lidi s duševním onemocněním
- Sociálně-psychiatrické centrum Sluníčko z. ú. [<https://web.spc-slunicko.cz/>]
 - zdravotnické a sociální zařízení pro osoby trpící chronickým duševním onemocněním

AŠ

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Aš [<https://pppkv.cz/kontakty/as>]
 - pedagogicko psychologické poradenství

BŘEZOVÁ U SOKOLOVA

Poradenská psychoterapie

- Mgr. Veronika Zemanová [e-mail: zemanovaveronika84@gmail.com]
 - psychologické poradenství; individuální, rodinná a párová terapie

HROZNĚTÍN

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Hroznětín [<https://pppkv.cz/kontakty/hroznetin>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství

CHODOV

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Chodov [<https://pppkv.cz/kontakty/chodov>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství

KYNŠPERK NAD OHŘÍ

Psychologické a sociální poradenství

- Sociální poradenství pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy [<https://www.ss-po.cz/>]
 - sociální služby pro lidi v nepříznivé životní situaci

LOKET

Poradenská psychoterapie

- PhDr. Jakub Onder Ph.D. [<https://jakubonder.cz/>]
 - psychologické poradenství v oblasti dopravní psychologie

MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

Psychiatrie

- MUDr. Jan Freml [<https://www.ordinace.cz/ordinace/redesign/index.php?id=38061>]
 - psychiatrická ambulance

Klinická psychologie

- Ambulance klinické psychologie v Mariánských Lázních INEP
[<https://www.inep.cz/files/klinicka-psychologie-marianske-lazne.pdf>]
 - ambulance klinické psychologie

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Mariánské Lázně <https://pppkv.cz/kontakty/marianske-lazne>
 - pedagogicko-psychologické poradenství

NEJDEK

Poradenská psychoterapie

- Mgr. Renata Jirušová [e-mail: renata.jirusova@bezvanejdek.cz]
 - psychologické poradenství pro děti, dospívající a dospělé

Psychiatrie

- MUDr. Vladimír Zindr [tel.: +420 353 826 294]
 - psychiatrická ambulance

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Nejdek
[<https://pppkv.cz/kontakty/nejdek>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství
- B.E.Z.va Nejdek [<https://bezvanejdek.cz/>]
 - nízkoprahové zařízení pro děti a mládež

OSTROV

Poradenská psychoterapie

- Mgr. Hedvika Puškáková [e-mail: psychoterapie.puskasova@gmail.com]
 - psychologické poradenství pro dospělé

Psychiatrie

- Nemocnice Ostrov - Psychiatrické oddělení
[<https://www.pentahospitals.cz/nemocnice-ostrov/oddeleni/psychiatrie/>]

- lůžkové oddělení
- psychiatrická ambulance
- denní stacionář
- Poliklinika Ostrov - psychiatrie MUDr. Marta Červenková [tel.: +420 353 822 501]
 - psychiatrická ambulance

Klinická psychologie

- Mgr. Eva Bauerová
 - ambulance klinické psychologie

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Ostrov [<https://pppkv.cz/kontakty/ostrov-1>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství

TOUŽIM

Psychologické a sociální poradenství

- Pedagogicko-psychologická poradna - detašované pracoviště Toužim [<https://pppkv.cz/kontakty/touzim>]
 - pedagogicko-psychologické poradenství



Financováno
Evropskou unií

NU^{DZ} NÁRODNÍ ÚSTAV
DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ



Duševní zdraví
dětí a adolescentů

BEZ OBAV
Jak vyzrát nad strachy dětí