

# KLINIK BERUS



**Centre de médecine  
psychosomatique et  
comportementale**



**Douleurs chroniques**

**Nos propositions de traitement**

## Que signifie souffrir de douleurs chroniques?

*Les douleurs chroniques sont particulièrement harcelantes et démoralisantes, car elles apparaissent en général continuellement, souvent même sans cause initiale ou sans cause apparente.* Malgré leurs efforts désespérés pour lutter contre, les personnes concernées se sentent impuissantes et extrêmement limitées. ***Il n'est pas rare que toute leur vie s'en trouve modifiée,*** leurs performances et leur capacité d'assumer des charges diminuent, problèmes familiaux et professionnels, perte d'emploi et difficultés existentielles peuvent être les conséquences de douleurs chroniques.



## Quelles conditions peuvent jouer un rôle en cas de douleurs chroniques?

Indépendamment des causes initiales d'une maladie douloureuse chronique (p.ex. traumatismes de la colonne vertébrale et des articulations par des lésions, maladies inflammatoires ou usure) **des conditions multiples peuvent jouer un rôle dans la pérennisation des douleurs chroniques et peuvent s'influencer mutuellement dans un cercle vicieux :**

- Contractions musculaires douloureuses dues à une attitude de ménagement de longue durée
- Complications dues aux effets secondaires d'une consommation élevée d'analgésiques
- Sensibilité accrue à la douleur due à une capacité psychique et corporelle réduite lors d'une maladie de longue durée

**Les charges psychiques dues à la maladie peuvent avoir une signification primordiale:**

- La diminution des performances représente une perte de qualité de vie associée au poids de devoir « faire un effort » sur soi-même malgré toute la souffrance
- Les douleurs chroniques n'étant pas perceptibles à l'extérieur, l'entourage réagit souvent avec incompréhension ce qui représente souvent une charge supplémentaire pour les personnes concernées



## Quels sont nos objectifs de traitement?

En premier lieu nous voulons aider nos patients **à apaiser leurs douleurs et à mieux les maîtriser**. Des objectifs partiels sont: **être moins dépendant d'analgésiques, améliorer l'état général, augmenter la joie de vivre et devenir plus actif dans la vie quotidienne**. En outre nous établissons en commun avec nos patients **un plan de traitement entièrement personnalisé avec des objectifs thérapeutiques individuels**.

## Comment traitons-nous les douleurs chroniques?

- Groupe de maîtrise de la douleur avec informations détaillées sur les conditions de persistance des douleurs et les possibilités de traitement approprié.
- Thérapie individuelle avec diagnostic approfondi des douleurs et apprentissage de techniques de maîtrise de la douleur.
- Techniques de relaxation comme la relaxation musculaire ou la relaxation en profondeur ou peinture méditative
- Méthodes à orientation corporelle comme groupe de prise de conscience du corps, thérapie respiratoire et yoga
- Musculation et kinésithérapie
- Traitement physiothérapeutique en individuel et école du dos

## Et selon les besoins individuels p.ex.:

- Groupe d'assertivité et groupe de résolution des problèmes
- Groupe sensoriel et modelage créatif

## Notre concept:

Nous traitons depuis de nombreuses années les maladies psychosomatiques, en particulier les troubles psychiques pouvant apparaître à la suite de maladies somatiques.

Notre clinique travaille selon un concept moderne de médecine comportementale. À partir de ce concept psychosomatique global, des spécialistes de différents domaines (médecins qualifiés, psychologues, thérapeutes par le sport, ergo-, socio- et physiothérapeutes) s'efforcent d'établir en commun avec le patient la mise en place de solutions individualisées et de soutenir leur mise en œuvre.

## Le confort de la clinique:

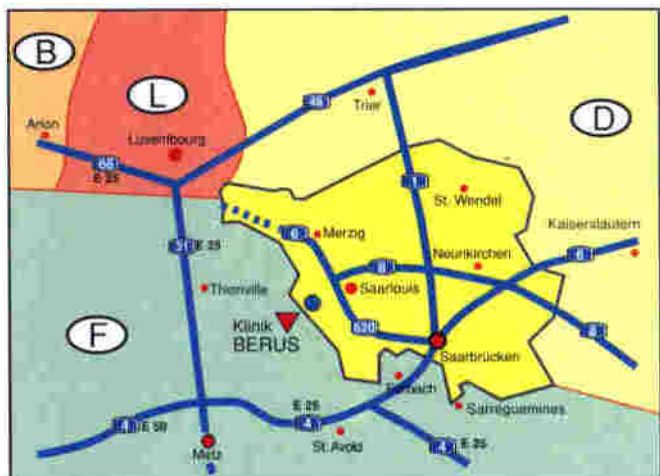
- Chambres individuelles et doubles avec douche/WC, la plupart avec balcon
- Chambres adaptées aux personnes handicapées
- Cuisine variée et répondant à des critères nutritionnistes
- Sauna, piscine couverte et salle de musculation
- Organisation de loisirs et d'activités culturelles

## Prise en charge:

- Pour nos patients assurés en France: prendre contact au préalable avec leur organisme de prestation-maladie (CPAM, CMA, Mutuelles etc.)
- Pour nos patients assurés au Luxembourg : se munir du formulaire E 112 délivré par l'organisme compétent (UCM).

## Où se trouve la Klinik Berus?

La clinique se situe dans un espace naturel protégé limitrophe de la frontière sarro-lorraine. La ville moyenne de Sarrelouis, toute proche, propose des offres culturelles et gastronomiques multiples dans un cadre historique.



## Qui est votre interlocuteur?

- Dipl.-Psych. Dr. Heiko Riedel  
Psychologue-chef  
Tel.: 00.49.6836.39-188  
Fax: 00.49.6836.39-178  
e-mail: hriedel@ahg.de

Klinik Berus, Orannastr. 55  
D-66802 Überherrn-Berus  
Internet: [www.ahg.de/berus](http://www.ahg.de/berus)

## Médecin-chef:

Dr. med. Dipl.-Psych. Winfried Carls  
Médecin spécialisé en neurologie et psychiatrie.  
Médecin spécialisé en médecine psychothérapeutique