

So erreichen Sie uns

Anschrift

Psychosomatische Fachklinik
Münchwies
Turmstraße 50 – 58
66540 Neunkirchen/Saar

Ihr Ansprechpartner

Wolfgang Bensel

Telefon (0 68 58) 6 91-0

Telefax (0 68 58) 6 91-4 20

Internet www.ahg.de/Muenchwies

E-mail medleitungmue@ahg.de
gfmuenchwies@ahg.de

Mit dem Pkw über die A6,
Abfahrt Homburg/Bexbach,
Richtung Bexbach.
In Bexbach (Kreisverkehr)
Richtung St. Wendel.
In Frankenholz links
Richtung Münchwies.
In der Ortsmitte folgen Sie
rechts dem Schild zur Klinik.

**Mit öffentlichen
Verkehrsmitteln** ist der
Zielbahnhof Neunkirchen/Saar.
Von dort aus besteht eine
Linienbusverbindung nach
Münchwies.

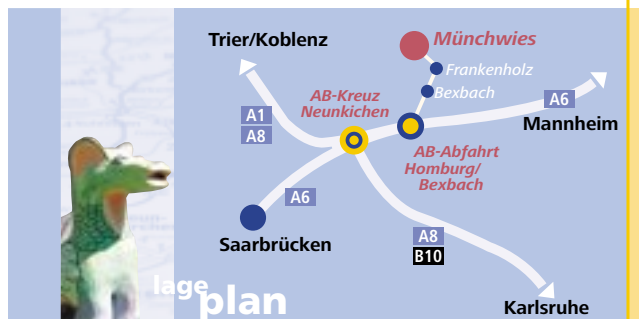
Wodurch entstehen psychische und psychosomatische Störungen?

Wenn „uns der Schreck in die Glieder fährt“, dann stehen wir starr, weil uns etwas sehr ängstigt. „Wenn uns das Herz in die Hose rutscht“, dann hat uns der Mut verlassen. „Wenn wir vor Wut an die Decke gehen“, dann hat uns etwas so wütend gemacht, dass wir hochgehen wie eine Rakete. Die vertrauten Bilder beschreiben Körper-Seele-Zusammenhänge, die jeder von uns kennt.

Seelische Empfindungen bedingen demnach körperliche Prozesse, zum Beispiel schlägt bei Aufregung das Herz schneller, die Gallentätigkeit wird bei Ärger aktiviert, die Muskeln werden angespannt und verkrampfen unter Stress. Unsere Gedanken, die Art und Weise, wie wir über uns und die Welt unserer Mitmenschen denken und wie wir glauben von andern behandelt zu werden, spielen eine entscheidende Rolle bei der psychischen Belastung und der davon ausgehenden körperlichen Reaktion. Gedanken wie „Alle sind gegen mich“ oder „Keiner mag mich“ lösen psychischen Druck aus und verstärken körperliche Störungen wie z. B. Kopfschmerzen.

Das Wort „Stress“ kommt aus dem Englischen und wurde ursprünglich für den Belastungsdruck in der technischen Produktion verwendet, unter dem ein bestimmtes Material, wie beispielsweise Glas, bricht. In der Umgangssprache wird unter Stress beim Menschen im allgemeinen das Übermaß an Belastung verstanden, das bis zum „Zusammenbruch“ führen kann und sich in Form von Depressionen, Ängsten, Zwängen oder Impulsdurchbrüchen äußert. Häufig wird die Überforderung aber gar nicht bewusst erlebt. Behandlungsbedürftige Ängste beispielsweise treten dann scheinbar grundlos auf. In Wirklichkeit ist aber diese Angst die Antwort auf vielfältige innere Konflikte, die in der Regel verdeckt wirken und deren Ursachen auf den ersten Blick eher verborgen sind. Einen ähnlichen Hintergrund haben die so häufigen Depressionen, deren quälende Gefühle der Niedergeschlagenheit, Leere und Antriebslosigkeit in aller Regel von einer Vielzahl von Einflussfaktoren bestimmt sind. Diese werden in der Therapie individuell analysiert und darauf aufbauend verändert.

Ein eigenes Kapitel ist der häufige Alkohol- und Medikamentenmissbrauch: Wir haben uns darauf spezialisiert, den behandlungsbedürftigen Suchtmittelmissbrauch schon in der Frühphase zu therapieren, um ihm die gefährliche Spitze zu nehmen und der Entwicklung einer Abhängigkeitserkrankung





vorzubeugen. Wir versuchen herauszufinden, ob der Betroffene Alkohol oder suchtpotente Medikamente im Sinne eines Selbstheilungsversuches eingesetzt hat. Wir klären mit ihm die Zusammenhänge zwischen Stress und Suchtmittel und erarbeiten Alternativen zum bisherigen Verhalten. Dabei haben wir davon profitiert, dass die Psychosomatische Fachklinik Münchwies unter einem Dach sowohl eine Abteilung für Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit als auch eine Abteilung für psychische und psychosomatische Erkrankungen vereint.

Unser Therapieverständnis

Bezeichnenderweise stehen häufig für die Patienten vor allem die Beschwerden, die Angst, der Kopfschmerz oder die Schwindelgefühle im Vordergrund, während die psychosozialen Faktoren den Betroffenen selbst in der Regel weniger bewusst sind. Die Erfahrung hat jedoch gezeigt, dass es nichts nützt, sozusagen an der Oberfläche „rumzudoktern“ und etwa nur die körperliche Seite mit Medikamenten zu behandeln. Unsere Behandlung setzt deshalb auf die Integration der drei Einflussgrößen, das heißt, dass die Therapie darauf ausgerichtet ist, die Verschränkungen zwischen der biologischen, der psychischen und der sozialen Ebene herauszuarbeiten. Erst dann können die Beschwerden auch erfolgversprechend behandelt werden. Unser Ziel ist es, gemeinsam mit den Patienten, günstige und gesunde Alternativen zu dem bisherigen Verhalten zu entwickeln. Zu diesem Zweck gehen wir gemeinsam ein therapeutisches Arbeitsbündnis ein, das uns zum Einsatz unserer gesamten Professionalität und die Patienten zur Mitarbeit und zum Einhalten der hierzu notwendigen Rahmenbedingungen verpflichtet.

In Einzelfällen, insbesondere bei Unklarheit bezüglich der Behandlungsindikation für unser Haus (z. B. bei fraglichen Psychosen), empfiehlt sich die Vereinbarung eines abklärenden Vorgesprächs in der Klinik. Ob ein Vorgespräch notwendig oder sinnvoll ist, klären wir gerne telefonisch ab.

Weitere Informationen

Falls Sie an weitergehenden Informationen interessiert sind, stehen Ihnen unsere Internetseiten (www.ahg.de/Muenchwies) sowie die Möglichkeit zur telefonischen Beratung zur Verfügung. Bei entsprechenden Anfragen wählen Sie unsere Telefondurchwahlnummer (0 68 58) 6 91-2 09. Spezifische Therapiekonzepte können Sie ebenfalls telefonisch bei uns anfordern (Tel. (0 68 58) 6 91-0).



Chefärztin

Dr. med. Monika Vogelgesang

Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie, Psychotherapie

Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin,

Rehabilitationswesen

Rahmenbedingungen

Wie überall bedarf es gerade auch in einer Klinik Spielregeln, die das Zusammenleben von vielen sehr unterschiedlichen Menschen mit Problemen unter einem Dach erleichtern. Diese Regeln sind vor dem Hintergrund praktischer Notwendigkeiten aufgestellt worden und in der Münchwieser Hausordnung nachzulesen. Wir gehen davon aus, dass unsere Patientinnen und Patienten freiwillig Gäste unseres Hauses sind und als Teil ihres Arbeitsbündnisses mit uns dazu bereit sind, diese Regeln einzuhalten.

Aufnahmemodalitäten

Um eine Behandlung in unserer Klinik beginnen zu können, benötigt man eine Kostenzusage des zuständigen Kostenträgers. In der Regel ist dies der Rentenversicherungsträger, eine gesetzliche oder private Krankenkasse oder der überörtliche Sozialhilfeträger.

Unsere Klinik führt ausschließlich Rehabilitationsmaßnahmen und keine Akutbehandlungen durch.

Die Klinik wird von den Rentenversicherungsträgern gemäß § 15 SGB VI belegt. Mit den Krankenkassen besteht ein Versorgungsvertrag gemäß § 111 SGB V. Nach Überprüfung ihrer Zuständigkeit erteilt die Krankenkasse die Kostenzusage gem. § 40 Abs. 2 SGB V. Auch die Träger der Sozialhilfe übernehmen bei Zuständigkeit die Behandlungskosten in unserem Haus. Des

Weiteren wird die Klinik von privaten Krankenversicherern belegt und ist beihilfefähig.

Zur Beantragung ist der Bericht eines Arztes erforderlich. Die Zuweisung zur Klinik erfolgt durch den zuständigen Kostenträger nach Überprüfung der erforderlichen Antragsunterlagen. Nach Vorliegen einer Kostenzusage vereinbaren wir einen Aufnahmetermin.

Unser therapeutisches Vorgehen entspricht dem wissenschaftlich begründeten Standard einer modernen Psychotherapie auf einem integrativ-verhaltenstherapeutischen Fundament. Wir erläutern unsere Vorgehensweisen, machen diese für den Patienten transparent und nachvollziehbar. Wir orientieren uns am individuellen Arbeitstempo des Einzelnen, um uns den gemeinsam festgelegten Therapiezielen zu nähern. Uns interessiert der gesamte Mensch. Die körperliche, psychische und soziale Rehabilitation bildet für uns eine aus vielen kleinen Mosaiksteinen zusammengesetztes Ganzes. Dementsprechend begegnen unsere Patienten in unserem Haus einem multiprofessionellen Team, das sich aus psychotherapeutisch geschulten Ärzten, psychotherapeutischen Psychologen, Sozialpädagogen, Sport- und Ergotherapeuten zusammensetzt.

Unsere Therapie wirkt

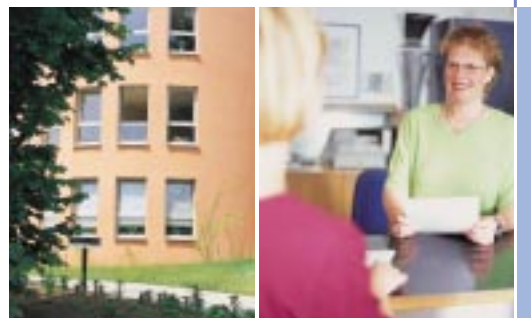
Bei allen Patientinnen und Patienten, die in der Abteilung für psychische und psychosomatische Erkrankungen behandelt wurden, führen wir systematische Untersuchungen über den Therapieerfolg durch. Die Ergebnisse zeigen durchgängig gute Behandlungserfolge. Durch einzelne mehrjährige Forschungsprojekte, die wir an unserer Klinik durchführten, können wir die Erfolge unserer Behandlung auch wissenschaftlich belegen.

Unser Haus

Wir verbinden Tradition mit Innovation. Unser Haus blickt auf eine seit 1977 andauernde Tradition der Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen sowie psychischen und psychosomatischen Störungen zurück und verbindet somit einen langjährigen Erfahrungsschatz mit modernstem therapeutischem Know-how. Dies zeigt sich u.a. in zahlreichen konzeptionellen Neuentwicklungen, Fachveröffentlichungen und Fortbildungsveranstaltungen.

Für wen sind wir die richtige Einrichtung?

Wir behandeln Patientinnen und Patienten, bei denen eine psychische oder psychosomatische Grunderkrankung vorliegt. Alkohol- oder Medikamentenmissbrauch behandeln wir ebenfalls in der Abteilung für psychische und psychosomatische Erkrankungen. Sollte sich allerdings eine manifeste Abhängigkeit herausstellen, schlagen wir eine Verlegung in die Abhängigkeitsabteilung unseres Hauses vor. Darüber hinaus behandeln wir auch pathologische Glücksspieler. In Münchwieser werden Frauen und Männer etwa zu gleichen Anteilen behandelt, das Therapieprogramm ist für Erwachsene konzipiert. Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren behandeln wir in unserem Haus nicht.





Das Behandlungsangebot

Die therapeutische Wohngruppe

Die psycho-sozialen Faktoren, die bei der Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen eine Rolle spielen, werden vor allem in der Gruppentherapie im Rahmen der therapeutischen Wohngruppe angegangen. Der Umgang mit sich selbst und mit den anderen, der sich wechselseitig bedingt, wird vor allem im Zusammenleben der therapeutischen Wohngruppe besonders deutlich und auch veränderbar: Angstpatienten ziehen sich typischerweise zurück, fürchten vermeintliche Blamagen in der Gruppe und geraten leicht in die soziale Isolation. Das Selbstwertgefühl ist verständlicherweise niedrig und leicht zu erschüttern. Die Wohngruppe, die das Zentrum unseres Behandlungsprogramms darstellt, bietet vielfältige Möglichkeiten zum Lernen und zum Erproben von Handlungsalternativen.



Innerhalb der Klinik können Schwimmbad, Gymnastikhalle, Kegelbahn, Bouleplatz, Tennisplatz sowie Fahrradergometer genutzt werden. Empfehlenswert ist es, sich zusätzlich zu der therapeutisch angeleiteten Sport- und Bewegungstherapiegruppe täglich eine weitere Stunde sportlich zu betätigen.

Weitere Möglichkeiten der Freizeitgestaltung bieten die Patientenbibliothek sowie eine Mitarbeit in den verschiedenen Patiententeams, wie z. B. dem Discoteam, dem Cafeteriateam usw. Ein Klinikchor gestaltet die festlichen Veranstaltungen im Hause über das Jahr hinweg mit.

Zu den attraktiven größeren Städten in der Umgebung in Deutschland, Luxemburg und Frankreich werden Tagesfahrten organisiert. Weiterhin gibt es eine Anbindung mit öffentlichen Verkehrsmitteln an das Stadtgebiet von Neunkirchen. Allerdings liegt der Reiz und der Zauber von Münchwies hauptsächlich in der Nähe zur Natur, die man in unseren schönen Wäldern wieder entdecken kann.





Deshalb durchlaufen unsere Patientinnen und Patienten ihr Therapieprogramm nicht isoliert, sondern in der Gemeinschaft mit anderen. Zwölf Patienten, Männer und Frauen, bilden eine therapeutische Wohngruppengemeinschaft. Das heißt, sie wohnen zusammen auf einem Flur, haben einen gemeinsamen Aufenthaltsraum, die Teeküche, und einen Gruppentherapieaum. Dieses Miteinander wird gefördert durch Übernahme kleiner Aufgaben, die in Eigenregie zu erledigen sind, wie z. B. die tägliche Ordnung im Gruppenraum.

Die therapeutischen Möglichkeiten, die in dem „Gruppensetting“ stecken sind groß. Denn es kommen häufig im Miteinander mit den anderen die verborgenen Ursachen einer psychischen oder psychosomatischen Erkrankung deutlich zum Ausdruck: Zum Beispiel die Schwierigkeiten, sich durchzusetzen, die Probleme damit, eigene Bedürfnisse angemessen zu vertreten oder eine gewisse Angst, von den Mitmenschen abgelehnt zu werden. Im Rahmen der Wohngruppentherapie kann dieses Verhalten thematisiert und in Richtung eines unproblematischen Umgangsstils verändert werden.

Einzeltherapie

Die Einzeltherapien werden vom jeweiligen Bezugstherapeuten durchgeführt. Die Sitzungen dienen der individuellen Therapieplanung und dem vertieften Eingehen auf die jeweiligen individuellen Problembereiche. Einzeltherapeutische Sitzungen dauern in der Regel 50 Minuten und werden durchschnittlich einmal pro Woche angeboten.

Freizeitgestaltung

Wir legen großen Wert darauf, eine sinnvolle Freizeitgestaltung zu unterstützen, die dann nach dem Klinikaufenthalt auch auf die häusliche Umgebung übertragen werden kann. Wir haben eine Therapeutin, die sich besonders um diesen so wichtigen regenerativen Bereich kümmert. Die ländliche Umgebung des Höcherberglandes lädt zu ausgedehnten Wanderungen ein, zum Ausdauertraining sowie zu beschaulichen Spaziergängen.



Indikative Therapiegruppen

Zusätzlich zu dem Therapieprogramm im Rahmen der therapeutischen Wohngruppen werden indikationsgeleitet spezielle therapeutische Gruppen angeboten, z. B. die Gruppe zum Abbau von Selbstunsicherheit (Training sozialer Fertigkeiten). Hier geht es darum, die Fähigkeit des Einzelnen zu unterstützen, eigene Interessen zu behaupten. Wir halten auch spezifische Therapieprogramme zur Bewältigung von Ängsten vor, die vor allem den aktiven Umgang mit der Angst vermitteln. Patienten, die unter Angstzuständen leiden, hängen oft der Vorstellung an, dass ihnen ihre Ängste „wegtherapiert“ werden müssten. Uns geht es dann darum, mit dem Patienten zu erarbeiten, dass „behandelt werden“ nicht die Lösung ist, sondern dass eigenes Handeln den Weg aus der Misere weist.

Ein weiteres wichtiges Therapieprogramm richtet sich auf die Bewältigung von Schmerzzuständen. Das Programm ist aus Informationen und Übungen zur Schmerzbewältigung zusammengesetzt. Wir geben Anleitungen und Hilfestellungen, wie man die Schmerzentwicklung stoppen und sich in Schmerzphasen Erleichterung verschaffen kann. Nachdrücklich warnen wir vor den Gefahren der Selbsttherapie durch Medikamente und zeigen Alternativen auf. In engem Zusammenhang damit stehen indikative Gruppentherapien, die sich mit den „falschen Freunden“ beschäftigen, zu denen der psychisch bzw. psychosomatisch Kranke oft greift: suchtpotente Medikamente oder Alkohol.

Wir klären über Suchtmittel auf, erarbeiten mit den Patienten die enge Verzahnung zwischen psychischen bzw. sozialen Problemen und dem Einsatz des Suchtmittels als Problemlöser.

In diesen Rahmen passt auch die indikative Gruppe „Pathologisches Glücksspiel“. Die Spielautomaten oder Roulettetische übernehmen oft die Funktion eines Spannungslösers oder einer trügerischen Lebenshilfe.



Sport- und Bewegungstherapie

Die Aufgabe der mehrmals wöchentlich stattfindenden Sport- und Bewegungstherapie ist es, die körperliche Leitungsfähigkeit zu verbessern, mehr körperliches Selbstbewusstsein zu entwickeln, in Vergessenheit geratene sportliche Fähigkeiten wieder neu zu entdecken und nicht zuletzt gemeinsam mit anderen Spaß und Freude an der Bewegung zu haben. Hierzu können eine Turnhalle, ein Schwimmbad, ein Körpertherapieraum und ein Gymnastikraum genutzt werden. Außerdem bieten wir Ausdauertrainingsgruppen, wie z. B. Ergometertraining, Walking und Laufgruppen an, die die schöne waldreiche Umgebung der Klinik nutzen können.

Ergotherapie

Psychische oder psychosomatische Erkrankungen gehen typischerweise mit einer Verarmung der aktiven Freizeitgestaltung und kreativer Potentiale einher. In der Ergotherapie geht es jedoch darum, mehr als ein Hobby zu finden oder künstlerische Möglichkeiten zu entdecken.

Es werden ebenso das arbeitsbezogene Durchhaltevermögen gefördert und die Fähigkeit, konzentriert an einer Sache zu bleiben.



Soziotherapie

Psychische bzw. psychosomatische Erkrankungen gehen oft mit Brüchen im Berufsleben und anderen sozialen Problemen einher. Schwierigkeiten am Arbeitsplatz, mit den Kollegen, mit den Vorgesetzten, lange Krankheitszeiten oder häufige Arbeitsplatzwechsel werden bei uns schwerpunktmäßig in der soziotherapeutischen Abteilung bearbeitet. Hier werden Beratungen erteilt, die gesamte Palette der differenzierten Maßnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung im Rahmen der medizinischen Rehabilitation können geplant bzw. eingeleitet werden. Dazu zählen z. B. Arbeitserprobungsmaßnahmen. Wenn nötig, erhalten die Patienten Informationen und Hilfe bei den schwierigen Fragen der Bewältigung beruflicher, wohnungsrechtlicher und versicherungstechnischer Probleme. Einen großen Raum nimmt z. B. bei Glücksspielern die Schuldenregulierung ein. Die Kolleginnen kümmern sich um Haushaltsanalyse, Schuldenaufstellung und die Einleitung von Entschuldungsmaßnahmen.

Besonderen Stellenwert hat die Hilfestellung bei der Arbeitssuche. In diesem Zusammenhang werden Bewerbungen vorbereitet, Termine mit Arbeitsberatern vereinbart und mit dem Heimatarbeitsamt Kontakt aufgenommen. Seit Jahren haben wir vielfältige Erfahrungen mit Arbeitserprobungen. Darüber kann, wenn nötig dem Patienten schon während seines stationären Aufenthaltes der Neuanfang in der Arbeitswelt erleichtert werden. In dieses Spektrum gehört auch die Einleitung von Maßnahmen der beruflichen Rehabilitation, wie etwa Weiterbildungs- und Umschulungsmaßnahmen. Falls möglich, wird die Rückkehr an den alten Arbeitsplatz erleichtert, z. B. durch Gespräche mit dem direkten Vorgesetzten oder mit der Personalabteilung.



Weitere besondere Therapieprogramme werden angeboten für die verschiedenen Arten der Essstörungen (Adipositas permagna, Anorexie, Bulimie, unkompliziertes Übergewicht). Darüber hinaus gibt es indikative Gruppen zum Erlernen von Entspannungsmethoden, zur Raucherentwöhnung, zur Ärgerbewältigung und zum Umgang mit Aggressionen. Wichtige Elemente der indikativen Behandlungsangebote sind verschiedene körpertherapeutische Verfahren und die Musiktherapie. Schließlich sind einzelne Gruppen auf die Probleme Arbeitsloser bzw. auf Schwierigkeiten am Arbeitsplatz zugeschnitten.

Die medizinische Versorgung

Von der Eingangsuntersuchung über eine ständige medizinische Überwachung aller Störungen und Krankheitsbilder bis hin zur Abschlussuntersuchung werden die Patientinnen und Patienten in unserer Klinik medizinisch betreut. Dafür gibt es tägliche Sprechzeiten und einen medizinischen Notdienst, der rund um die Uhr im Hause zur Verfügung steht. Wenn es medizinisch notwendig ist, überweisen wir für spezielle Untersuchungen an niedergelassene FachärztInnen und Krankenhäuser der Region.

Zur medizinischen Versorgung gehört auch, dass wir über ein gesundheitsbewusstes Leben informieren und zu einem aktiven und gesundheitsfördernden Verhalten anleiten. Den Patientinnen und Patienten wird geholfen, psychosomatische Zusammenhänge zu erkennen und sie bekommen erklärt, wie sich Stress auf die Gesundheit auswirkt und welche Möglichkeiten es gibt, besser mit Belastungen umzugehen.

In der sich im Hause befindlichen physiotherapeutischen Praxis können alle notwendigen medizinischen Bäder und sonstigen physiotherapeutischen Maßnahmen durchgeführt werden. Zwar sind wir der Meinung, dass Aktivität und eigenes Bewegen generell besser sind als passive Anwendungen, dennoch sind diese bei bestimmten Indikationen durchaus hilfreich und nützlich. Hierzu gehören z. B. Fangopackungen, Stangerbäder, Luftperlbäder, Wärmebehandlungen mit Rotlicht und Heißluft, Kneippgüsse sowie Elektrotherapie und Iontophorese, welche im Dienst der Schmerzlinderung stehen.

Gesundheitsfürsorge

Abgestimmt auf die individuellen Bedingungen des einzelnen Patienten werden verschiedene Maßnahmen zur Gesundheitsfürsorge angeboten. Dazu zählt auch die persönliche Beratung über Risikofaktoren, wie beispielsweise falsche Ernährung oder das Rauchen. In der Klinik ist bis auf einen gesonderten Raum das Rauchen untersagt. Alle, die sich das Rauchen abgewöhnen möchten, bekommen unsere therapeutische Unterstützung, vornehmlich durch die Teilnahme an der Raucherentwöhnungsgruppe.

