

Liebe Leserin, lieber Leser,

es kann unterschiedliche Gründe haben, warum Sie jetzt diese Zeilen lesen. Möglicherweise hat Ihr Hausarzt Ihnen eine psychosomatische Behandlung in der Fachklinik Waren (Müritz) empfohlen. Vielleicht sind Sie verunsichert darüber, dass Ihre Krankheit psychosomatischer Natur sein soll. Bei vielen Menschen ruft der Begriff »psycho« Unbehagen hervor. Sie verbinden damit Vorstellungen, geistig nicht normal zu sein. In Wirklichkeit beschreibt das Wort »psychosomatisch« jedoch etwas, was wir alle täglich erleben, nämlich den engen Zusammenhang zwischen seelischen und körperlichen Vorgängen.

Ängste davor, ein psychosomatisches Problem zu haben, beruhen weitgehend auf Unwissenheit.

Deshalb möchten wir Ihnen hier über unsere Klinik und unsere Arbeitsweise berichten, damit Sie einen möglichst umfassenden Eindruck davon bekommen, wie wir psychosomatisch Erkrankten helfen.



Die Seele leidet – der Körper wird krank

Jeder kennt den Ärger, der auf den Magen schlägt, den Schrecken, der uns in die Glieder fährt, die Trauer, die uns das Herz abdrückt.

Seelischer Stress verursacht körperliche Beschwerden wie Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Kopfschmerzen oder auch Magenbeschwerden, Schwindel und Rückenschmerzen. In manchen Fällen kommt es auch zu Erschöpfungszuständen mit körperlicher Schlappeheit, starker innerer Nervosität und niedergeschlagener bis hoffnungsloser Stimmung.

Psychosomatische Symptome, so der Fachausdruck, beeinträchtigen die Lebensfreude und nur zu oft den Kontakt zu unseren Mitmenschen am Arbeitsplatz und in der Familie.

Schmerzen, Angst und Ratlosigkeit begleiten oft psychosomatische Krankheiten

Zu uns kommen Patienten, die zum Beispiel unter Herzrasen, Kopfschmerzen oder hartnäckigen Schlafstörungen leiden. Viele von ihnen haben eine lange Leidensgeschichte hinter sich. Sie wurden mehrfach medizinisch gründlich untersucht, ohne dass eine Ursache gefunden wurde, die ihre körperlichen Beschwerden erklären könnte.

Bei manchen Patienten hat die Krankheit schon einen chronischen Verlauf genommen. Magen- und Darmgeschwüre haben sich entwickelt. Einschränkungen durch Schmerzen beeinträchtigen das Leben oder es haben sich Bewegungsstörungen herausgebildet.

Oft jedoch stehen die körperlichen Beschwerden nicht im Vordergrund. So leiden Patienten unter für sie unerklärlichen Ängsten, zum Beispiel vor Plätzen, Straßen oder großen Kaufhäusern. Andere Menschen leiden unter depressiven Beschwerden, können keine Freude mehr erleben und empfinden alles als sinnlos.

Aktivität, Eigeninitiative, Selbstvertrauen – drei wichtige Therapieziele

Bei allen diesen Beschwerden, die wir psychosomatisch im weitesten Sinne nennen, helfen die herkömmlichen medizinischen Behandlungen wie Operationen und Medikamente nicht weiter. Hier muss an Körper und Seele angesetzt werden.

Dabei ist ganz wichtig: Psychosomatische Beschwerden können nur bewältigt werden, wenn Sie als Patient selbst aktiv werden. Da Ihre Beschwerden etwas damit zu tun haben, wie Sie leben, können auch nur Sie selbst etwas daran ändern. Wir wollen Ihnen helfen, zum Experten Ihrer Krankheit zu werden, wieder Vertrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten zu entwickeln mit dem Ziel, Ihr Leben eigenverantwortlich zu gestalten.



Individuelle Therapie wird mit dem Leben in Gemeinschaft verbunden

Jede Lebensgeschichte ist anders. Deshalb werden wir mit Ihnen zusammen Ihre Situation genau analysieren und mit Ihnen zusammen ein individuell auf Sie zugeschnittenes Therapieprogramm entwerfen.

Sie wissen, wie wichtig der Kontakt zu unseren Mitmenschen für unser körperliches und seelisches Wohlbefinden ist. Deshalb durchlaufen Sie Ihr Therapieprogramm nicht allein, sondern in der Gemeinschaft mit anderen Patienten. Sie bilden mit weiteren Patienten, Männern und Frauen, ein Team. Sie wohnen auf einer Ebene, haben gemeinsame Aufenthaltsräume und nehmen gemeinsam an einzelnen Behandlungsmaßnahmen teil. Dieses Miteinander wird gefördert durch Übernahme von Aufgaben, die Sie in Eigenregie mit Ihrem Team erledigen.

Die Patienten sind in Einbettzimmern mit eigenem Telefon, Duschbad und WC untergebracht.

Die medizinische Versorgung

Nach der Aufnahme erfolgt eine gründliche ärztliche Untersuchung. In der Klinik steht für eine möglicherweise notwendige Diagnostik bereit: EKG, Belastungs-EKG, Langzeit-EKG, EEG, Echokardiografie, Ultraschall (Sonografie), Doppler-Sonografie, Lungenfunktionsuntersuchung (Bodyplethysmografie), Labor.

Noch am Aufnahmetag sprechen Sie dann zum ersten Mal ausführlich mit Ihrem persönlichen Therapeuten, der entweder ein Arzt oder ein Psychologe ist. Danach werden wir mit Ihnen einen individuellen Therapieplan aufstellen und die Behandlungsziele festlegen.

Das therapeutische Angebot

Wir wollen Ihnen helfen, Ihre Behandlungsziele zu erreichen. Deshalb ist unser Therapieprogramm intensiv und dauert täglich (außer an den Wochenenden und Feiertagen) mehrere Stunden.





Kernstück ist die Behandlung durch Ihren Bezugstherapeuten, der Sie im Einzelgespräch und in der Gruppentherapie sieht. So werden Sie z.T. im Dialog mit Ihrem Therapeuten, z.T. zusammen mit Ihren Mitpatienten Ihre Probleme intensiv bearbeiten.

Auf psychosomatische Beschwerden wirken sich Sport und Bewegung positiv aus. Mehrmals wöchentlich stehen deshalb entsprechende Angebote auf Ihrem Therapieplan. Dazu gehören auch speziell auf den einzelnen Patienten abgestimmte Behandlungsprogramme wie z. B. die Wirbelsäulengymnastik.

Entdecken Sie Ihre Kreativität wieder! In der Ergotherapie sammeln Sie neue Erfahrungen mit Werkstoffen wie Holz, Seide und Ton. Weiterhin ist das Erlernen von Grundkenntnissen im Umgang mit Personalcomputern und der entsprechenden Software möglich.

Auf ärztliche Anordnung erhalten Sie in unserer Bäderabteilung Krankengymnastik, Inhalationen, Atemtherapie und sonstige physikalisch-medizinische Behandlungen.

Für jeden Patienten werden Entspannungsmethoden angeboten, die wir in Kursen vermitteln.

Möglichkeit der Mitaufnahme von Kindern

Unsere Klinik bietet unter bestimmten Bedingungen die Möglichkeit, Patienten mit Kindern (zwischen 2 und 12 Jahren) aufzunehmen. Voraussetzung ist die Kostenübernahme für den Aufenthalt mit Kind als Begleitperson durch den jeweiligen Kosten- oder Leistungsträger. Diese wird in der Regel für alleinstehende Eltern bzw. Personen, deren Partner oder Familienangehörige eine Betreuung während der Therapiezeit nicht sicherstellen können, gewährt.

Die Kinder nutzen gemeinsam mit ihrer Mutter oder ihrem Vater ein Zimmer mit eigener Dusche und WC. Es steht ein klinikeigener Kin-

dergarten zur Verfügung und im Außengelände gibt es Spielmöglichkeiten. Während des täglichen Therapieprogramms der Mutter oder des Vaters werden die Kinder von unseren Erzieherinnen betreut. Eine Therapie für die Kinder bieten wir nicht an. Schulpflichtige Kinder werden während ihres Aufenthaltes in den Schulen der Stadt Waren unterrichtet.

Freizeit

Auch die Gestaltung Ihrer Freizeit thematisieren wir in der Therapie, denn wir halten eine befriedigende Nutzung freier Zeit für wichtig, um Lebensfreude und -zufriedenheit zu verbessern.

Schwimmbad, Tischtennis, Sauna und Bibliothek können Sie zu Ihrer Freizeitgestaltung nutzen. Die Palette der Freizeitangebote am Ort ist breit gefächert. Sie reichen von sportlichen Aktivitäten über naturkundliche Wanderungen bis hin zu Diavorträgen, Exkursionen mit Stadtführungen, Musik-, Kino- und Theaterabenden, Kunstausstellungen sowie Tanzveranstaltungen. Nicht zuletzt können Sie auch in der Freizeit schöpferisch tätig sein, da unsere Ergotherapie eine offene Werkstatt anbietet.

Die Kreisstadt Waren, im Herzen der reizvollen Mecklenburgischen Seenplatte, bietet Ihnen neben diesem reichhaltigen Kulturangebot vielfältige Möglichkeiten zum Bummeln und Einkaufen. Über die Landesgrenzen hinaus bekannt ist der in unmittelbarer Nähe liegende Müritz-Nationalpark mit einzigartigen Möglichkeiten des Naturerlebens.





Was Sie sonst noch wissen sollten

Eine weitere Art von Hilfestellung können Sie in der Soziotherapie erhalten. Der Aufgabenschwerpunkt liegt in der Unterstützung bei allen sozialen Fragestellungen, insbesondere bei der Arbeitserprobung und der beruflichen Reintegration.

Großen Wert legen wir auf eine gesunde Lebensweise. So ist der Alkoholgenuss in der Klinik untersagt. Das Rauchen ist ebenfalls in allen Räumen der Klinik nicht gestattet.

Aufnahmebedingungen

Die Klinik wird von Rentenversicherungsträgern gemäß § 15 SGB VI und von allen Krankenkassen gemäß § 40 SGB V sowie von privaten Krankenversicherungen und anderen Kostenträgern belegt.

Die Klinik ist beihilfefähig und von den privaten Krankenversicherungen als sog. „gemischte Krankenanstalt“ anerkannt.

Die Zuweisung der Patienten erfolgt durch Rentenversicherungsträger, Krankenkassen, niedergelassene Ärzte und Dipl.-Psychologen.

Bei bestimmten Erkrankungen und bei unklarer Befundlage werden in der Klinik ambulante Voruntersuchungen (Vorgespräche) durchgeführt. Ein solches Vorgespräch dient der Vorbereitung des Patienten auf die Besonderheiten unseres therapeutischen Vorgehens, der Motivationsverbesserung und der Vereinbarung von Schritten, die der Patient schon vor der stationären Aufnahme tun kann.

Bereits vor der Aufnahme sollten medizinische und psychologische Vorbefunde möglichst vollständig vorliegen.

Kontakt

Wenn sich beim Lesen dieser Broschüre Fragen für Sie ergeben, rufen Sie einfach unsere Aufnahmesekretärin Frau Schade an:

Telefon: 01803/244142-406

oder Frau Ulrich im Sekretariat der therapeutischen Leitung:

Telefon: 01803/244142-420

Oder Sie schreiben uns:

Fachklinik Waren (Müritz)

Auf dem Nesselberg 5 · 17192 Waren

Fax: 01803/244142-404

Net: www.fachklinik-waren.de

E-Mail: info@fachklinik-waren.de

