



Psychosomatische Medizin

Klinikum am Europakanal Erlangen



PSYCHOSOMATISCHE MEDIZIN



Psychosomatische Erkrankungen sind körperliche Beschwerden, die keine körperlichen Ursachen haben, sondern auf seelische und psychische Probleme zurückzuführen sind.

Sie stellen für die Betroffenen häufig eine massive Belastung dar. Auf drei psychosomatischen Stationen betrachten wir das Zusammenwirken von Körper und Psyche, erarbeiten gemeinsam mit Ihnen einen gezielten Therapieplan und begleiten Sie durch die Behandlung.

In einem ambulanten Vorgespräch auf unserer Station können Sie sich über uns informieren. Wir beraten Sie hinsichtlich weiterer Therapieschritte. Je nach Behandlungsbedarf erhalten Sie einen baldigen Aufnahmetermin.

VERHALTENSTHERAPIE

Auf der Station H0 behandeln wir Patienten, die an Depressionen, Angststörungen, Belastungsreaktionen, Zwangs- und Persönlichkeitsstörungen sowie psychosomatischen Körper- und Schmerzstörungen leiden. In der Verhaltenstherapie werden ungünstige Denk-, Erlebens- und Verhaltensmuster hinterfragt und solche erlernt, die für eine psychische Gesundheit wichtig sind. Die Patientengemeinschaft bildet eine gute Möglichkeit, zwischenmenschliche Fähigkeiten zu entwickeln und zu verbessern.

Für die Borderline-Persönlichkeitsstörung gibt es ein spezielles Fertigkeiten-Training („Skills“-Training), die Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT). In der Therapie geht es um Achtsamkeit, Stresstoleranz, Umgang mit Gefühlen, Zwischenmenschliche Fähigkeiten und Selbstwertarbeit. Für Patienten, die an einer Borderline-Persönlichkeitsstörung in Kombination mit einer Suchterkrankung leiden, bieten wir das Erlernen spezieller Suchtbewältigungs-Fertigkeiten an.

Je nach Behandlungsschwerpunkt werden folgende Therapien angeboten:

- ▶ Einzel- und Gesprächstherapien
- ▶ Ergotherapie
- ▶ Entspannung (Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung)
- ▶ Körperwahrnehmungs- und Bewegungstherapie
- ▶ Psychoedukation
- ▶ Fertigkeiten-/Skills-Gruppe
- ▶ Rollenspiel-/Selbstsicherheitsgruppe
- ▶ Traumreisen/Imagination
- ▶ Morgenaktivierung
- ▶ Achtsamkeit

PSYCHODYNAMISCHE THERAPIE UND TRAUMA-THERAPIE

Im Laufe unseres Lebens sammeln wir in uns zahlreiche Verletzungen, die oft erst mit erheblicher zeitlicher Verzögerung seelisch und körperlich, das heißt psychosomatisch, zu Krisen führen. Auf der Station H2 arbeiten wir tiefenpsychologisch. Erkrankungen wie Depressionen, Persönlichkeits-, Bindungs- und Selbstwertstörungen, Angst und Panik, Burn-out und psychosomatische Schmerzstörungen werden bei uns vor dem Hintergrund der erlebten Lebensgeschichte behandelt. Außerdem haben wir uns auf die Behandlung von einfachen und komplexen Traumatisierungen spezialisiert.

Die Behandlungsdauer ist individuell verschieden und liegt bei circa 8–10 Wochen.

In der ersten Phase geht es um die Biografie, daran anschließend arbeiten wir an der aktuellen Lebenssituation und den gemeinsam definierten Therapiezielen. Neben dem ständig präsenten Behandlungsteam schafft eine feste Bezugsperson eine unterstützende und haltende Atmosphäre und ermöglicht eine neue, hilfreiche Beziehungserfahrung für einen intensiven Entwicklungsprozess.



Wir bieten folgende Therapien an:

- ▶ Einzel- und Gruppentherapie
- ▶ Gestaltungsgruppe
- ▶ Rollenspiel-/Selbstsicherheitsgruppe
- ▶ Entspannungen (Atemübungen, Progressive Muskelentspannung)
- ▶ Traumreisen/Imagination
- ▶ Körperwahrnehmungs- und Bewegungstherapie
- ▶ Morgenaktivierung
- ▶ Achtsamkeit, Meditation
- ▶ auf Wunsch gemeinsam einzelne Gespräche mit Angehörigen
- ▶ ambulante Nachsorgegruppe für einen Teil der Patienten

SUCHTMEDIZINISCHE PSYCHOTHERAPIE

Die offene Psychotherapie- und Psychosomatikstation G3 richtet sich vor allem an Patienten mit einer psychischen Erkrankung (Depressionen, Angst- und Persönlichkeitsstörungen sowie posttraumatische Belastungsstörungen) in Verbindung mit einer Alkohol- oder anderen Abhängigkeitsproblematik. Auch Schmerzsyndrome mit oder ohne Schmerzmittelgebrauch werden behandelt.

Wir arbeiten mit folgenden Therapiebausteinen:

- ▶ Ärztliche und psychologische Einzelgespräche
- ▶ Ärztlich und psychologisch geleitete Gruppentherapien
- ▶ Psychoedukation
- ▶ Sucht-Akupunktur (NADA-Protokoll)
- ▶ Ergotherapie
- ▶ Entspannung
- ▶ Körperwahrnehmungs- und Bewegungstherapie
- ▶ Morgenaktivierung
- ▶ Training sozialer Kompetenzen
- ▶ Achtsamkeit
- ▶ Vorstellung von Selbsthilfegruppen

Wir arbeiten mit einem multimodalen suchtmmedizinischen, betont kognitiv-verhaltenstherapeutischen Konzept. Neben der Behandlung der psychischen Erkrankung ist Motivationsarbeit zu einem suchtfreien Leben ein wesentlicher Baustein unseres Therapieangebotes. Entwöhnungs- oder andere Reha-Maßnahmen sowie eine ambulante Nachsorge können wir hier in die Wege leiten.

KONTAKT

Klinikum am Europakanal
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie
und Psychosomatik
Am Europakanal 71
91056 Erlangen

Telefon: 09131 753-0
psychosomatik-erlangen@bezirkskliniken-mfr.de

Chefarzt: Dr. Andreas Ahnert

Infos und Anmeldung:

Station H0 Verhaltenstherapie
Telefon: 09131 753-2433

Station H2 Psychodynamische
Therapie und Trauma-Therapie
Telefon: 09131 753-2645

Station G3 Suchtmedizinische Psychotherapie
Telefon: 09131 753-2602

Bezirkskliniken Mittelfranken

Wir sind eines der größten Klinikunternehmen der Region und stehen für ein qualitativ hochwertiges Versorgungsspektrum in den Bereichen der Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie sowie der Neurologischen und Geriatrischen Rehabilitation.

Die Bezirkskliniken Mittelfranken sind das Kommunalunternehmen des Bezirks Mittelfranken
Vorsitzender des Verwaltungsrates: Bezirkstagspräsident Richard Bartsch, Vorstand: Helmut Nawratil
pressestelle@bezirkskliniken-mfr.de
F011 / Stand 05_2018

So finden Sie uns

mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Buslinie 289 vom Hauptbahnhof Erlangen, Endhaltestelle „Klinikum am Europakanal“.

mit dem Auto:

aus Richtung München von der A9 auf die A73, dann Ausfahrt Erlangen-Bruck; aus Richtung Würzburg von der A3 auf die A73, dann Ausfahrt Erlangen-West, links abbiegen und vor dem Kanal (nach ca. 3 km) rechts; von dort ist das Klinikum jeweils ausgeschildert.

Parken:

Am Haupteingang gibt es einen Besucherparkplatz. Die ersten beiden Stunden sind gebührenfrei, anschließend kostet jede angefangene Stunde 1,00 EUR (Tageshöchstsatz: 5,00 EUR). Da die Zahl unserer Parkplätze begrenzt ist, bitten wir stationäre Patienten möglichst nicht mit dem eigenen Auto anzureisen.



www.bezirkskliniken-mfr.de