

UNSER BEHANDLUNGSANGEBOT

Für insgesamt zehn Behandlungsplätze bieten wir eine aufeinander abgestimmte Kombination aus modernen psychodynamischen und verhaltenstherapeutischen Behandlungselementen an:

- ▶ geleitete Patientenrunden zu Tagesbeginn und Tagesabschluss
- ▶ Gruppenpsychotherapie:
 - 2 x pro Woche interaktionsbezogen
 - 2 x pro Woche psychoedukativ-übend
 - 1 x pro Woche achtsamkeitsbasiert (ACT)
- ▶ Kunsttherapie (Gruppe + Einzeltermine)
- ▶ Körpertherapie (Gruppe + bei Indikation Einzeltermine)
- ▶ psychotherapeutische Einzelgespräche
- ▶ angeleitete Arbeit an persönlichen Handlungszielen und Wochenschritten
- ▶ sozialtherapeutische Unterstützung, z.B. bei Belastungserprobungen am Arbeitsplatz
- ▶ medizinische Behandlung, Visiten
- ▶ Entspannungsverfahren
- ▶ tägliche Bewegung
- ▶ gemeinsame Freizeitaktivitäten
- ▶ pflegerische Unterstützung zur Selbstfürsorge
- ▶ ggf. Paar- oder Familiengespräche
- ▶ ggf. Angst- oder Zwangs-Expositionstraining

KOSTENÜBERNAHME

Die Kosten der Behandlung werden in der Regel von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Privat Versicherte müssen sich vor der tagesklinischen Aufnahme die Kostenübernahme durch ihre Versicherung bestätigen lassen.



KONTAKT UND ANMELDUNG

Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt mit unserem Sekretariat auf und senden uns Ihre Vorbefunde zu.

Daraufhin vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin für ein ambulantes Vorgespräch mit einer unserer Therapeutinnen. In diesem Gespräch klären wir gemeinsam, wie ein sinnvolles Behandlungsangebot für Sie aussehen kann.

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Direktor: Prof. Dr. Christoph Herrmann-Lingen

Tagesklinik Psychosomatik (Station 4495)

Oberarzt: Dr. Holger Kappe

Von-Siebold-Straße 3, 37075 Göttingen

Sekretariat / Patientenanmeldung

Von-Siebold-Straße 5, 37075 Göttingen

Telefon 05 51 / 39-6 48 90, Fax 05 51 / 39-6 48 94

Weitere Informationen unter:

www.psychosomatik.uni-goettingen.de

TAGESKLINIK PSYCHOSOMATIK STATION 4495



SEELE UND KÖRPER

Die Psychosomatische Medizin bietet Hilfestellung bei Erkrankungen, bei denen Wechselwirkungen zwischen Körper und Seele eine wesentliche Rolle spielen, z.B. bei Ängsten, Depressionen, Stressfolgeerscheinungen (z.B. Tinnitus, nervöser Darm, Herzstechen), chronischen Schmerzen oder Essstörungen.

Wenn eine ambulante Behandlung bei einem niedergelassenen Arzt oder Psychotherapeuten nicht ausreichend ist, bestehen die Möglichkeiten einer stationären oder tagesklinischen (teilstationären) Behandlung.

VERBINDUNG VON BEHANDLUNG UND ALLTAG

Mit ihrem äußeren Rahmen bietet die tagesklinische Behandlung Hilfe bei der Tagesstrukturierung. Ähnlich einem beruflichen Arbeitsrhythmus findet sie wochentags jeweils von 08:00 Uhr bis 16:15 Uhr (freitags bis 14:45 Uhr) statt. In dieser Zeit bieten wir ein vielfältiges Therapieprogramm an, das auf unterschiedlichen Ebenen zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Erleben und Verhalten anregt.

Frühstück und Mittagessen nehmen unsere Patienten gemeinsam in der Tagesklinik ein. Die Abende und Wochenenden verbringen sie in ihrem gewohnten häuslichen Umfeld. Dort kann das tagsüber Erkannte oder Erlernte gleich in der Alltagssituation erprobt werden.

Der allmorgendliche Impuls, sich für sich selbst auf den Weg zu machen, und die stetige Verzahnung zwischen Therapieprogramm und gewohntem Umfeld ergeben häufig eine effektive Behandlung.

Je nach verbleibenden Alltagsaufgaben und persönlicher Belastbarkeit kann ein tagesklinischer Aufenthalt jedoch auch recht anstrengend sein.



FÜR WEN IST DIE TAGESKLINIK GEEIGNET?

Die tagesklinische Behandlung ist besonders geeignet für Menschen,

- ▶ für die eine ambulante Therapie nicht ausreichend ist, deren Beschwerden oder Probleme aber nicht unbedingt eine vollstationäre Behandlung erfordern,
- ▶ die ihre Tagesstruktur verloren haben,
- ▶ die Schwierigkeiten damit haben, Therapiefortschritte in ihren Lebensalltag zuhause zu übertragen (häufig z.B. bei Angsterkrankungen und Essstörungen) oder
- ▶ für die eine Trennung vom familiären oder häuslichen Umfeld ungünstig ist (z.B. bei kleineren Kindern).

VORAUSSETZUNGEN FÜR EINE BEHANDLUNG

- ▶ Sie müssen eine Motivation zur täglichen Teilnahme an unserem Behandlungsprogramm sowie eine ausreichende Belastbarkeit und Absprachefähigkeit mitbringen.
- ▶ Bei vorwiegend körperlichen Symptomen / Erkrankungen sollte zuvor die wesentliche körperliche Diagnostik durchgeführt worden sein.
- ▶ Der Anfahrtsweg sollte weniger als eine Stunde und von Ihnen selbständig zu bewältigen sein.

KRANKHEITSBILDER

Patienten mit welchen Krankheitsbildern behandeln wir?

- ▶ psychosomatische Erkrankungen
- ▶ funktionelle (sog. somatoforme) Störungen
- ▶ Angsterkrankungen
- ▶ Depressionen
- ▶ Essstörungen
- ▶ Zwangserkrankungen
- ▶ dissoziative Störungen und
- ▶ Persönlichkeitsstörungen (bei akuter, umgrenzter Problematik)

Nicht passend ist unser Behandlungsangebot für Patienten mit

- ▶ aktueller Alkohol-, Drogen- oder Medikamentenabhängigkeit
- ▶ Schizophrenie oder Manie
- ▶ Demenz
- ▶ akuten Krisen, die eine geschützte Unterbringung erfordern (z.B. bei drängenden Selbstmordgedanken)

BEHANDLUNGSDAUER

Eine Behandlung dauert in der Regel sechs (bis sieben) Wochen. Im Einzelfall sind auch kürzere oder längere Behandlungen möglich.