

Psychosomatik und Psychotherapie



Patienteninformation

Informationen zum Klinikaufenthalt

Kontakt

Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie

Chefarzt Dr. Matthias Heyng

Gesundheitscampus Emsdetten

Marienstraße 45 . 48282 Emsdetten

T 02572 830-4800

F 02572 830-4899

psychosomatik@ukm-mhs.de

www.ukm-mhs.de

Die Klinik ist eine Einrichtung des



UKM MHS

Marienhospital Steinfurt GmbH

Sehr geehrte Leserin,
sehr geehrter Leser,

die Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie bietet im Gesundheitscampus Emsdetten mit 54 stationären Behandlungsbetten und 16 Tagesklinikplätzen kompetente therapeutische Hilfen für Menschen mit psychischen bzw. psychosomatischen Erkrankungen.

Die Klinik wurde vor 35 Jahren als Teil des UKM Marienhospitals Steinfurt gegründet. Bis April 2018 war sie in Laer angesiedelt. Jetzt sind die stationäre Behandlungseinheit der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie und die Tagesklinik unter einem Dach im Gesundheitscampus Emsdetten integriert.

Diese Broschüre vermittelt Informationen über das Wesen und die Abläufe unserer Klinik und gibt Ihnen damit einen Einblick in unsere Arbeit.

Inhalt

Was ist Psychosomatik? _____	5
Was ist Psychotherapie? _____	6
Welche Behandlungsschwerpunkte hat die Klinik? _____	8
Nach welchen therapeutischen Konzepten wird gearbeitet? _____	9
Aus welchen Bausteinen setzt sich die Therapie zusammen? _____	11
Wer gehört zum Therapeutenteam? _____	13
Medikamente: ja oder nein? _____	14
Tagesklinisch oder vollstationär? _____	15
Welche Nebenwirkungen kann Psychotherapie haben? _____	16
Qualitätsmanagement _____	18
Kontakt und Zugangswege _____	19
Impressum _____	20

Was ist Psychosomatik?

Psychosomatik ist das medizinische Fachgebiet, das sich mit den Zusammenhängen und Wechselbeziehungen zwischen körperlichen („soma“), seelischen („psyche“) und sozialen Vorgängen und deren Auswirkungen auf Gesundheit und Krankheit befasst.

Der Behandlung liegt ein ganzheitliches Menschenbild zugrunde, das den Menschen bezogen auf bio-psycho-soziale Aspekte seiner aktuellen Lebenssituation vor dem Hintergrund seiner lebensgeschichtlichen Entwicklung betrachtet. Diese Aspekte werden hinsichtlich ihrer Wirkung auf die Entstehung der Symptome, der Aufrechterhaltung der Krankheit und der Verhinderung von Problemlösungen untersucht und in die Entwicklung alternativer Lösungswege einbezogen.

Dabei wird im Vergleich zu anderen medizinischen Fachgebieten „nicht dem Körperlichen weniger, sondern dem Seelischen mehr Aufmerksamkeit geschenkt.“*

* (nach Edward Weiss und O. Spurgeon English, 1949).

Was ist Psychotherapie?

Psychotherapie ist ein Teilgebiet der Medizin und der Psychologie und ein Oberbegriff für unterschiedliche psychologische Verfahren zur Behandlung seelischer und psychosomatischer Krankheiten oder Verhaltensstörungen. Die Psychotherapie bietet Hilfe bei Störungen des Denkens, Fühlens, Erlebens und Handelns und bedient sich dabei insbesondere verbaler Methoden (Gespräche), aber auch einer Vielzahl nichtverbaler Ansätze (Kunst-, Ergo-, Bewegungs-, Sporttherapie). Die Stärke der stationären und tagesklinischen Behandlung liegt insbesondere in der Kombination dieser Therapiebausteine.

Die bekanntesten Psychotherapieverfahren sind die psychodynamischen Psychotherapien (Analytische Psychotherapie, Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Psychoanalytisch-interaktionelle Methode u.a.) und die Verhaltenstherapie (Kognitive Verhaltenstherapie, Dialektisch-Behaviorale Therapie u.a.). Darüber hinaus werden die Systemische Familientherapie und die Gesprächspsychotherapie vielfach angewandt.

Viele Einrichtungen wenden Psychotherapie heutzutage methodenübergreifend an, das bedeutet, sie wenden Therapiebausteine unterschiedlicher Verfahren an, die individuell zu einem Gesamtkonzept für die Behandlung der Patienten zusammen gestellt werden.

Angelehnt an Strotzka (1978) ist Psychotherapie ein bewusster und geplanter zwischenmenschlicher Prozess zur Behandlung von Verhaltensstörungen und seelischen Störungen, die im Einvernehmen von Patient* und Therapeut als behandlungsbedürftig angesehen werden. Nach Erarbeitung eines gemeinsamen Zieles werden wissenschaftlich begründete Methoden angewendet, die lehr- und lernbar sind und auf einer Theorie gesunden und krankhaften Verhaltens basieren.

* aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form benutzt, gemeint sind jeweils beide Geschlechter, anderenfalls wird ausdrücklich darauf hingewiesen.

Welche Behandlungsschwerpunkte hat die Klinik?

Menschen mit folgenden Störungen werden in unserer Klinik behandelt:

- Depressionen
- Angsterkrankungen
- Persönlichkeitsstörungen, z.B. Borderline-Störung
- Anpassungs- und posttraumatische Störungen
- Somatoforme Störungen:
körperliche Symptome seelischer (Mit-)Verursachung, z.B. die anhaltende somatoforme Schmerzstörung, Störungen des Verdauungs- oder Herzkreislauf-Systems ohne organische Ursache
- seelische Störungen infolge körperlicher Krankheiten, z.B. Krebserkrankungen, Herzinfarkt, körperlich bedingter chronischer Schmerz

Nicht behandeln können wir Menschen mit schizophrenen Psychosen, manischen Störungsbildern, geistiger Behinderung, Demenz und Menschen mit aktuell bestehenden Suchterkrankungen. Für diese Patienten werden in anderen Einrichtungen spezielle Therapiekonzepte und Rahmenbedingungen angeboten.

Darüber hinaus werden Mitarbeiter unserer Klinik im Rahmen des Konsildienstes bei psychosomatischen Fragestellungen von anderen medizinischen Kliniken des UKM Marienhospital Steinfurt hinzugezogen.

Nach welchen therapeutischen Konzepten wird gearbeitet?

Insgesamt arbeitet die Klinik tiefenpsychologisch orientiert. In die individuellen Therapiepläne werden jedoch je nach Störungsbild Elemente aus anderen Therapierichtungen, wie Verhaltenstherapie und Systemischer Familientherapie integriert.

Patienten, die unter emotionaler Instabilität leiden, wie z.B. bei Borderline-Störung, erhalten ein auf diese Problematik zugeschnittenes Therapieprogramm in enger Anlehnung an die Dialektisch-behaviorale Therapie von M. Linehan einschließlich Training spezieller Fertigkeiten (Skills-Training).

Bei Vorliegen einer posttraumatischen Belastungsstörung werden Elemente der imaginativen Traumatherapie nach L. Reddemann in die Behandlung einbezogen.

Für Patienten mit Angststörungen erfolgt die Integration von verhaltenstherapeutischen Elementen (Angstexpositionstraining).

Eine multimodale Schmerztherapie mit Kombination verhaltenstherapeutischer und tiefenpsychologischer Therapiebausteine wird bei Patienten mit chronischen Schmerzstörungen angewandt.

Besonderen Stellenwert und zentrale Bedeutung für die Arbeit der Klinik hat die sogenannte therapeutische Beziehung, d.h. das therapiefördernde Zusammenwirken von Therapeuten und Patienten, basierend auf den Werten der Wertschätzung, Echtheit und Empathie (Einfühlungsvermögen).

Die Patienten sollen sich in unserer Einrichtung gut aufgehoben und sicher fühlen, dazu bedarf es eines tragfähigen und belastbaren Verhältnisses zu den Therapeuten, geprägt von Offenheit, Aufrichtigkeit und Kritikfähigkeit.

Die Gemeinschaft in den Therapiegruppen dient als Lern- und Übungsfeld, um über konflikt- oder problembesetzte Themen sprechen zu können und in einem geschützten Rahmen neue Wege zu gehen, alternative Denk- und Verhaltensmuster auszuprobieren und hilfreiche emotionale Erfahrungen zu machen. Ziel der Behandlung ist nicht nur die Beseitigung der Symptome, sondern die Entwicklung eines ganzheitlichen Krankheitsverständnisses und die Nutzung innerseelischer Kräfte der Patienten zum Erreichen einer nachhaltigen Stabilisierung des seelischen Befindens.

Insgesamt sind alle in unserer Klinik angewandten Therapieverfahren wissenschaftlich fundiert und haben sich in unterschiedlichen Studien als höchst wirkungsvoll und effizient erwiesen.

Aus welchen Bausteinen setzt sich die Therapie zusammen?

Zu den Therapiebausteinen gehören:

- Einzel- und Gruppenpsychotherapie,
- Kunsttherapie,
- Ergotherapie,
- Sport- und Bewegungstherapie,
- Physiotherapie und
- sozialarbeiterische Beratung.

Darüber hinaus ist die Teilnahme an folgenden Therapiegruppen möglich:

Rollenspiel, Schmerzbewältigung, Angstbewältigung, Körperwahrnehmung für Frauen, Imagination, Entspannungsverfahren (Autogenes Training nach Schultz, Progressive Muskelentspannung nach Jacobson), soziale Kompetenzgruppe, Fertigkeiten-Gruppe im Rahmen der dialektisch-behavioralen Therapie.

Unter aktiver und selbstverantwortlicher Einbeziehung der Patienten wird zu Beginn der Therapie ein individueller Behandlungsplan erstellt, wöchentlich überprüft und im Bedarfsfall angepasst.

Die Behandlungen dauern sowohl im stationären als auch im tagesklinischen Bereich erfahrungsgemäß mindestens 6 Wochen. Die durchschnittliche Behandlungsdauer betrug 2011 im stationären Bereich 51 und in der Tagesklinik bei einer 5-Tage-Woche 40 Tage.

Die Patientenzimmer sind modern und wohnlich eingerichtet. Für die Behandlung stehen zehn Einzelzimmer und 25 Doppelzimmer zur Verfügung.

Wer gehört zum Therapeutenteam?

Die stationäre und teilstationäre Psychotherapie wird als ärztlich geleitete multimodale Teamarbeit durchgeführt. Dabei wird der Patient von Therapeuten aus unterschiedlichen Berufsgruppen nach einem individuellen auf seine Bedürfnisse abgestimmten Therapieplan behandelt. In unserer Klinik arbeiten Ärzte, Psychologen, Sozialpädagogen, Sozialarbeiter, Gesundheits- und Krankenpfleger, Kunst-, Ergo-, Bewegungs- und Sporttherapeuten sowie Physiotherapeuten nach einem zu Beginn der Behandlung mit dem Patienten erarbeiteten individuellen Therapieplan. In täglich durchgeführten Teambesprechungen werden die fachlichen Eindrücke aus den unterschiedlichen Bereichen zusammengetragen, um die Behandlungsabläufe zu optimieren, die Therapiepläne zu überprüfen und gegebenenfalls anzupassen.

Medikamente: ja oder nein?

Beim Einsatz von Medikamenten hat sich in der Vergangenheit das Motto "so viel wie nötig, so wenig wie möglich" bewährt. Dieses gilt für Psychopharmaka ebenso wie für sonstige Medikamente, z.B. Kreislauf- oder Schmerzmittel. Als Ärzte haben wir mit der Verabreichung von Medikamenten langjährige Erfahrung. Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen können diese in vielen Fällen zur Genesung beitragen oder diese beschleunigen, in anderen Fällen hingegen sind Medikamente unnötig oder gar schädlich. Aus diesem Grunde wägen wir bei der Therapieplanung für jeden Patienten die jeweiligen Vor- und Nachteile einer die Psychotherapie begleitenden medikamentösen Therapie ab. Die aus den medizinischen Überlegungen abgeleiteten Empfehlungen werden mit den Patienten besprochen. Die Entscheidung trifft dann letztendlich der Patient selbst.

Tagesklinisch oder vollstationär?

Gründe für eine vollstationäre Psychotherapie können lange Anfahrtswege, die Notwendigkeit einer räumlichen Distanz zur häuslichen Situation, eine therapiehinderliche wohnliche Situation, aber auch Gewalt in der Familie sein. Manche Patienten brauchen, insbesondere zu Beginn der Behandlung, auch die Sicherheit der Klinik rund um die Uhr.

In der Tagesklinik (Behandlung montags bis freitags von 8 bis 17 Uhr) werden prinzipiell Menschen mit den gleichen Störungsbildern wie im vollstationären Bereich behandelt, verbringen jedoch Abende, Wochenenden und Feiertage in ihrer gewohnten Umgebung. Dabei können die tagsüber erarbeiteten Therapieinhalte unmittelbar in die häusliche Situation übertragen werden. Die tägliche Anreise sollte eine Dauer von 45 Minuten nicht überschreiten. Sollten Sie im Zweifel sein, welche der beiden Einrichtungen für Sie die richtige ist, kann diese Frage im Vorgespräch geklärt werden.

Welche Nebenwirkungen kann Psychotherapie haben?

Wie alle medizinischen Behandlungen kann auch Psychotherapie unerwünschte Wirkungen und Risiken haben. Es gibt keine Garantie, dass die gewünschten Veränderungen und die zu Beginn gesetzten Ziele auch tatsächlich eintreten. Die Auseinandersetzung mit konflikt- und problembesetzten Themen bzw. mit traumatisierenden Lebensereignissen kann zu einer zusätzlichen Belastung führen, welche ihrerseits körperliche oder seelische Symptome auslösen oder verschlimmern kann. Nicht selten kommt es während der Behandlung zu dem vorübergehenden Empfinden, dass die Symptomatik sich im Vergleich mit dem Aufnahmezeitpunkt eher verschlechtert als gebessert hat. Eine weitere Belastung entsteht in der Regel in der letzten Therapiephase, in der die Patienten auf die Entlassung vorbereitet werden.

Häufig entstehen während der Therapie vertrauensvolle Bindungen der Patienten untereinander oder den Mitarbeitern der Klinik gegenüber. Der Abschied durch das Therapieende kann dann Trennungsschmerz und Trauer auslösen. Schließlich kommt es während der Behandlung zu Veränderungsprozessen bei den Patienten, die für deren Angehörige stark irritierend, möglicherweise auch ängstigend sein können.

Mit sämtlichen oben beschriebenen Risiken und Nebenwirkungen ist das Therapeutenteam aus langjähriger Erfahrung vertraut. Regelmäßig wird mit den Patienten über diese Themen gesprochen, um therapeutisch sinnvoll und angemessen darauf eingehen zu können. Die Angehörigen werden in vielen Fällen durch Paar- oder Familiengespräche intensiv in die Therapie einbezogen.

Qualitätsmanagement

Für alle Bereiche unserer Arbeit besteht die Notwendigkeit, die Qualität zu sichern und ständig zu verbessern. Als Klinik des Marienhospitals Steinfurt fühlen wir uns dem Leitbild des Krankenhauses ebenso verpflichtet wie den Herausforderungen eines modernen Qualitätsmanagements.

Kontakt und Zugangswege

Zunächst wird in Absprache mit dem niedergelassenen Arzt ein Vorgespräch durchgeführt. In diesem Vorgespräch werden Informationen über Symptome, Krankheitsgeschichte sowie über die berufliche und familiäre Situation erhoben. Mögliche Therapieziele werden besprochen, das Behandlungskonzept erklärt und alternative Behandlungsmethoden benannt. Sollte die Aufnahme in unseren stationären oder tagesklinischen Bereich vereinbart werden, wird der Patient auf eine Warteliste aufgenommen und telefonisch über den Aufnahmetermin informiert.

Kontakt

Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie

Chefarzt Dr. Matthias Heyng

Gesundheitscampus Emsdetten

Marienstraße 45 . 48282 Emsdetten

T 02572 830-4800

F 02572 830-4899

psychosomatik@ukm-mhs.de

www.ukm-mhs.de

Impressum

Herausgeber:

UKM Marienhospital Steinfurt

Mauritiusstr. 5, 48565 Steinfurt

T 02552 79-0

F 02552 79-1222

info@ukm-mhs.de

www.ukm-mhs.de

Stand

April 2018