

UNSERE THERAPIEZIELE



- Aus einer reaktiven, belastenden Situation wieder in eine aktive, gestaltende Position finden
- Ein besseres Selbstwertgefühl entwickeln
- Im Kontakt mit anderen Menschen eine gute Balance zwischen Nähe und Abgrenzung finden
- Stress anders verarbeiten, neue (oder alte) Kraftquellen (wieder) entdecken und Entspannungsmöglichkeiten finden
- Mit körperlichen Symptomen anders umgehen, wenn sie nicht beseitigt werden können
- Zielführendes Verhalten einüben und Ängste überwinden
- Verborgene Kreativität entdecken
- Sich wieder zugehörig fühlen
- Die eigene Lebensgeschichte auf eine neue Art verstehen

UNTERBRINGUNG/ZIMMER



Die psychosomatische Fachklinik verfügt über 190 Betten, die auf sechs Stationen aufgeteilt sind. Sie teilen sich in der Regel ein Zimmer mit einem Mitpatienten, was sich therapeutisch gut bewährt hat. Die Zimmer sind freundlich, hell und modern eingerichtet.

Für Privat- und Zusatzversicherte sowie Selbstzahler steht ein begrenztes Kontingent von Einzelzimmern zur Verfügung.

KONTRAINDIKATIONEN



Nicht aufnehmen können wir Patienten, die wegen Selbst- oder Fremdgefährdung einen geschützteren Behandlungsrahmen benötigen, Patienten mit akuter Psychose oder manifesten Suchterkrankungen sowie Patienten unter 18 Jahren.

VORAUSSETZUNGEN FÜR EINE STATIONÄRE AUFNAHME



Sofern die Indikation für eine stationäre psychosomatische Behandlung gegeben ist, ist lediglich eine entsprechende Verordnung durch Ihren behandelnden Arzt erforderlich. Die Anmeldung erfolgt durch Sie oder Ihren Arzt telefonisch.

Falls Sie privat versichert sind oder eine Zusatzversicherung abgeschlossen haben, genügt ebenfalls eine übliche Krankenhauseinweisung. Darüber hinaus ist eine vorherige Kostenübernahmeerklärung der privaten Krankenkasse notwendig.

Rufen Sie uns an! Wir können Sie ggf. unterstützen.



WAS UNSERE KLINIK BESONDERS MACHT



Anders als in einer psychosomatischen Rehabilitationsbehandlung geht es in einer psychosomatischen Akutbehandlung nicht primär um die Wiederherstellung Ihrer Arbeitsfähigkeit, sondern um Ihre Gesundheit. Im Unterschied zur ambulanten Psychotherapie können wir eine intensive Therapie in einem kurzen Zeitraum mit einer individuell ausgewählten Kombination verschiedener Therapieverfahren anbieten. Körperliche und seelische Behandlungen werden sorgfältig aufeinander abgestimmt.

Die im Rahmen unserer Qualitätssicherung erfassten Veränderungen dokumentieren über viele Jahre hinweg sehr gute, anhaltende Behandlungsergebnisse.

Wir haben mehrere Behandlungsschwerpunkte entwickelt:

- Traumaorientierte Psychotherapie
- Psychosomatische Schmerztherapie
- Therapie von Essstörungen
- Therapie für junge Erwachsene
- Skillstraining zur besseren Emotionsregulation
- Seelische Not in der Landwirtschaft



Ausführliche Informationen zu diesen Schwerpunkten finden Sie in den entsprechenden Broschüren und auf unserer Homepage



SO FINDEN SIE UNS

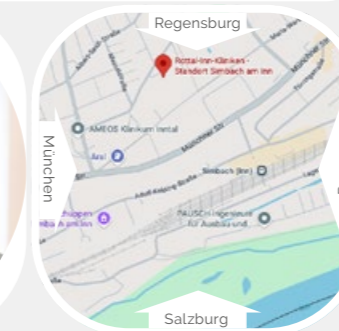


Psychosomatische Fachklinik Simbach am Inn
Plinganser Straße 10
84359 Simbach am Inn

Tel.: 08571 980-7611
Fax: 08571 980-7609
E-Mail: psychosomatik@rottalinnkliniken.de



Chefarzt
MUDr. Martin Ganzarcik



Anfahrt
Fachklinik Simbach am Inn



Informationen für Patienten, Behandler und Angehörige

Stationäre Psychotherapie in vertrauensvoller Atmosphäre

PSYCHOSOMATIK



Sich in psychotherapeutische Behandlung zu begeben heißt, sich auf den Weg zu machen...



...auf eine Reise in die innere Welt.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

WAS IST PSYCHOSOMATIK?



Bei jeder Erkrankung des Körpers ist auch die Seele beteiligt - bei jeder Erkrankung der Seele auch der Körper

In der Psychosomatik werden die Beschwerden und Symptome des Körpers als Signale wahrgenommen. Wir wollen gemeinsam mit Ihnen herausfinden, was Ihnen eigentlich „auf den Magen schlägt“ und „Kopferbrechen bereitet“, warum Sie „weiche Knie bekommen“ oder von „Herzschmerzen“ geplagt sind, obwohl wiederholt durchgeführte Untersuchungen ohne erklärenden Befund blieben. Es geht also darum, die Beschwerden als Botschaften wahrzunehmen.

Auf der seelischen Ebene sind Depressionen und Ängste die häufigsten Symptome, wenn wir aus unserem Gleichgewicht gekommen sind. Auch hier gilt es – neben den aktuellen Belastungen und Auslösesituationen – unsere grundlegende seelische Struktur zu erkennen und zu stärken.

Dabei ist Ihre aktive Mitarbeit erforderlich – nur zusammen können wir den körperlichen Beschwerden und seelischen Problemen auf den Grund gehen und nach Lösungsmöglichkeiten suchen.



WEM KÖNNEN WIR HELFEN?



Menschen...

- in akuten seelischen Krisen (z. B. Tod eines Angehörigen, Trennung vom Partner, Mitteilung einer bedrohlichen Diagnose, Verlust des Arbeitsplatzes)
- mit seelisch-körperlicher Erschöpfung (Burnout, Depression) durch lang andauernde Überforderung im beruflichen und/oder privaten Bereich (z. B. Mobbing, Pflege eines Angehörigen)
- mit Essstörungen (z. B. Magersucht, Bulimie)
- die traumatischen Erfahrungen wie Unfällen, Überfällen oder anderen Verletzungen ausgesetzt waren
- mit Angst- und Panikattacken, begleitet von z. B. Schwindel, Herzrasen und Atemnot
- mit Schmerzen unklarer Herkunft (z. B. Kopf- und Rückenschmerzen)
- mit funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen und psychosomatischen Erkrankungen wie Asthma, Colitis ulcerosa, Neurodermitis
- die sich nach einer schweren körperlichen Erkrankung nicht mehr erholen konnten
- die bisher nur mit Medikamenten behandelt wurden, die nicht genügend geholfen haben
- die bisher versucht haben, sich „zusammenzureißen“, denen eine ambulante Behandlung nicht ausreichend helfen konnte

WIE KÖNNEN WIR IHNEN HELFEN?



Sie können in der Regel von einer Behandlungsdauer von ca. 6 Wochen ausgehen, einem Zeitraum, in dem sehr gute und anhaltende Therapieergebnisse erzielt werden können. Auch Kurz- oder Probeaufenthalte von zunächst 2 - 3 Wochen Dauer sind nach Absprache möglich, um unsere Therapie kennen zu lernen oder eine akute Belastungsreaktion zu überwinden.

Ihren Behandlungsplan erstellen wir aus unterschiedlichen Bausteinen aller therapeutischen Bereiche.

- Regelmäßige Gruppengespräche in einer Gruppe von ca. 10 Mitpatienten unter therapeutischer Leitung
- Wöchentliche Kunst- sowie Körperpsychotherapiegruppen
- Regelmäßige Einzelgespräche als roter Faden während der gesamten Behandlung
- Einbeziehung wichtiger Mitmenschen (Lebenspartner, Eltern oder Kinder) zur gemeinsamen Klärung von Missverständnissen in der Vergangenheit und Erarbeitung von Unterstützungsmöglichkeiten in der Zukunft
- Eine individuell abgestimmte Auswahl an erlebnisorientierten Verfahren: Achtsamkeitstraining, Feldenkraistherapie, Koordination, Rhythmus, Taketina, Bewegung zur Musik, Kletter- sowie Kunsttherapie und unterschiedliche Entspannungsmethoden
- Themenspezifische Gruppen (Essstörungen, Trauma, Schmerz, Skillsgruppe, Landwirtschaft, Junge Erwachsene)
- Physiotherapie, Bewegungstherapie
- Individuelle Überprüfung, ob eine medikamentöse Behandlung notwendig oder ausreichend ist, oder ob sie angepasst werden muss, zudem können gezielt auch Naturheilverfahren zum Einsatz kommen
- Bezugspflege: Ein fester Mitarbeiter der Pflege ist einer Kerngruppe zugeordnet

UNSER THERAPIEKONZEPT...



... basiert auf einem psychodynamischen Krankheitsverständnis und integriert unterschiedliche psychotherapeutische Methoden aus der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie, der Verhaltenstherapie und der systemischen Therapie. Auch humanistische Verfahren wie Gestalttherapie und unterschiedliche Entspannungs-, Wahrnehmungs- und Ausdruckstherapien gehören zum Konzept.

Der Versuch, Symptome durch besondere Willensanstrengungen oder durch Medikamente zu beseitigen, misslingt häufig, wenn die tiefere seelische Dynamik (noch) nicht verstanden ist. Daher versuchen wir mit Ihnen zusammen ein grundlegendes Verständnis der Beschwerden zu erarbeiten.

Dies ist oft eine sehr anspruchsvolle Arbeit, da die Erinnerungsspuren der Beschwerden verwischt oder unserer Wahrnehmung nicht zugänglich sind, obwohl sie einen stetigen Einfluss auf uns haben. Dabei helfen insbesondere auch die „nicht sprechenden“ Verfahren der Kunst- und Körperpsychotherapie.

Über das Spüren, die Wahrnehmung und den Ausdruck von Körperimpulsen können verdrängte Erlebnisse, die oft über eine anhaltende Körperspannung weiter auf uns einwirken, wieder ans Tageslicht kommen und verarbeitet werden.

Unsere Therapie möchte Sie nicht grundsätzlich verändern oder umkrempeln, sondern einen erweiterten Blickwinkel ermöglichen, neue Perspektiven eröffnen, auf Lösungen hinführen und Ihre Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit stärken.

