



Klinik für Psychosomatik

Leopoldina-Krankenhaus Schweinfurt
Psychiatrisches Krankenhaus Werneck

Klinik für Psychosomatik

LEOPOLDINA-KRANKENHAUS SCHWEINFURT
PSYCHIATRISCHES KRANKENHAUS WERNECK



Dr. med. Roman Kuhl
Leitender Arzt Klinik für Psychosomatik

Unsere Klinik für Psychosomatik ist ein Gemeinschaftsprojekt des Leopoldina-Krankenhauses Schweinfurt und des Krankenhauses für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin Schloss Werneck.

Wir kooperieren eng mit den anderen Fachabteilungen des Leopoldina-Krankenhauses und der Wernecker Klinik, insbesondere mit der psychiatrischen Tagesklinik Schweinfurt und den psychiatrischen Institutsambulanzen in Schweinfurt und Werneck.

Das Team der Klinik besteht aus Ärzten, Psychologen, Pflegekräften, einer Sozialpädagogin, einer Physiotherapeutin, einer Kunst- und Gestaltungstherapeutin, einer Musiktherapeutin sowie unseren Klinikassistentinnen.



Dipl.-Psych. Stefanie Holzheimer
Leitende Psychologin Klinik für Psychosomatik

Behandlungsindikationen:

Das therapeutische Angebot der Klinik richtet sich an diejenigen, die eine stationäre psychosomatische Behandlung benötigen. Hier werden besonders folgende Problembereiche behandelt:

- Körperliche Symptome, für die Ihre Ärzte trotz erfolgter Untersuchungen keine (ausreichende) Erklärung finden. Sie hören dann vermutlich häufiger „*Sie haben nichts*“, dadurch gehen Ihre Beschwerden jedoch nicht weg.
- Chronische Schmerzen, die durch Schmerzmedikamente nicht gelindert werden können.
- Burnout
- Überforderung
- Psychische Belastungen durch körperliche Erkrankungen
- Depressionen und Angststörungen
- Psychische Reaktionen auf Krisensituationen





Unser Therapieangebot beinhaltet u. a.:

- Psychotherapeutische Gesprächsgruppen sowie wöchentliche Einzelgespräche
- Infoseminare zu ausgewählten Themen, z. B. Schmerzbewältigung, Umgang mit Depression und Angst
- Soziales Kompetenztraining (z. B. Lernen, sich abzugrenzen und angemessen durchzusetzen)
- Kunst- und Gestaltungstherapie, um Inneres und Unsichtbares nach außen zu bringen, es zu betrachten und damit zu arbeiten
- Bewegungstherapie in Gruppen, z. B. Rückentraining, Walking, Frühsport, Bewegungsbad
- Benutzung moderner Fitnessgeräte im Reha-City-Park Schweinfurt
- Musiktherapie
- Therapeutisches Klettern, zur Förderung von Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl, Vertrauen, Verantwortungsbewusstsein und Selbsteinschätzung
- Entspannungsverfahren, z. B. progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Atemübungen, Körperwahrnehmung, Klangschalenentspannung
- Biofeedback
- Aromatherapie

Behandlungsverlauf:

In den Tagen unmittelbar nach der Aufnahme geht es darum, sich auf der neuen Station zu orientieren, sich mit den Abläufen und den Mitmenschen vertraut zu machen und Abstand vom Alltag zu gewinnen. Der schützende Rahmen der Station soll helfen, innerlich zur Ruhe zu kommen.



In der ersten Behandlungsphase, welche zwei bis drei Wochen dauern kann, lernt man grundlegende psychosomatische Zusammenhänge kennen: Wie beeinflussen sich Psyche und Körper gegenseitig? Welchen Einfluss hat Stress auf Symptome und umgekehrt? Wie kann Therapie helfen? Die Therapeuten lernen, Ihre Probleme in Ihren biographischen Zusammenhängen besser zu verstehen.

In der zweiten Phase erfolgt die therapeutische Arbeit. Diese kann sehr unterschiedliche Maßnahmen umfassen. Z. B. können die Auseinandersetzung mit schweren Gefühlen oder Symptomen, der Umgang mit hilfreichen oder schwierigen Beziehungen, der Umgang mit Konflikten, oder auch biographische Arbeit im Vordergrund stehen.

In der Entlassvorbereitung geht es darum, das Gelernte auf den Alltag zu übertragen, Veränderungen vorzubereiten und ggf. eine Anschlussbehandlung zu organisieren.



Gruppentherapie:

Die meisten Menschen fühlen sich bei dem Gedanken an eine Gruppentherapie erst einmal unwohl. Trotzdem arbeiten alle Psychotherapiestationen, so auch wir, mit Therapiegruppen. Warum?

In einer Therapiegruppe spricht man – unter Anleitung der Therapeuten – über seine Schwierigkeiten und Probleme, aber auch darüber, wie die Gruppenmitglieder – ähnlich wie in einer Familie – miteinander umgehen.

Fast jedes Mitglied einer Therapiegruppe entdeckt Parallelen zu seinen Problemen bei anderen Mitgliedern. Man ist in seinem Leid nicht allein, man kann sich gegenseitig unterstützen, man kann beobachten, wie andere Personen mit ihren Problemen umgehen, kann von ihnen lernen oder sich bewusst ganz anders verhalten. Dies wird in aller Regel als sehr hilfreich erlebt.

Die Erkrankungen, die auf unserer Station behandelt werden, haben oft eine Mitursache in Konflikten mit anderen Menschen (am Arbeitsplatz, in der Familie, in der früheren Kindheit) oder führen zu solchen Konflikten. Zur Verschlimmerung der Erkrankung führt, dass man diese Konflikte nicht lösen oder gefühlsmäßig bewältigen kann.

Eine Therapiegruppe kann ein Übungsfeld sein, die eigenen Schwierigkeiten und Konflikte im zwischenmenschlichen Umgang zu analysieren, andere in ähnlichen Situationen zu beobachten und neue Verhaltensweisen auszuprobieren und einzuüben. Dabei dürfen auch Fehler gemacht werden. Die Therapeuten sorgen für einen respektvollen Umgang miteinander und lenken den therapeutischen Prozess. Sich darauf einzulassen erfordert Mut, der Lerneffekt in Bezug auf zwischenmenschliche Fertigkeiten ist dann aber wesentlich höher als in einer Einzeltherapie.





Umgebung:

Die Klinik für Psychosomatik liegt am östlichen Rand des Schweinfurter Stadtgebietes. Das Bach- und Waldgebiet Höllental, die Peterstirn mit Weinbergen, der kleine Tierpark „Drei Eichen“ und der nahegelegene Main bieten Erholung und Besinnung in der Natur und Möglichkeiten zum Wandern und für Sport im Freien.

Das Schwimmbad Silvana mit Sauna liegt im gleichen Stadtviertel. Direkt unterhalb der Klinik liegt der Reha-City-Park mit Trainingsgeräten, die auch am Abend und am Samstag genutzt werden können.

Im nahen Stadtzentrum kann Schweinfurt als freundliche Kultur- und Einkaufstadt erlebt werden. Es ist zu Fuß oder mit dem öffentlichen Bus, auch für Rollstuhlfahrende, gut erreichbar.

Beschreibung:

Die Klinik für Psychosomatik hat mit 20 Betten einen überschaubaren, persönlichen Charakter.

Barrierefrei liegt sie auf einer Etage mit schönem Ausblick. Der Stationsalltag und die meisten Therapien finden hier statt, was eine ruhige, aber auch anregende Atmosphäre in den Aufenthalt bringt.

Wir haben 4 Einzelzimmer und 8 Zweibettzimmer mit Balkon und Dusche. Ein Wohlfühlbad kann von allen genutzt werden.

Für die therapiefreie Zeit sind Räume da, in denen Entspannung und Bewegung, Gespräche, Spielen, Musizieren oder künstlerisches, kreatives Gestalten möglich sind.



Voraussetzungen für die Aufnahme:

- Ihre Bereitschaft, an der psychischen und körperlichen Genesung aktiv mitzuarbeiten.
- Wenn Sie Zweifel haben, ob Sie wegen Ihrer körperlichen Einschränkung unser Therapieangebot nutzen können, dürfen Sie sich gerne von uns beraten lassen (Infotelefon 09721 720-3610).

Das Behandlungsangebot ist für Sie nicht geeignet:

- Wenn Suizidgedanken aufdringlich sind oder Suizidabsichten bestehen.
- Wenn Sie sich aktuell selbst verletzen.
- Wenn eine Suchterkrankung (Alkohol, Drogen) vorliegt und derzeit noch aktuell ist.

Behandlungsdauer:

Die Behandlungsdauer ist individuell verschieden. Sie bemisst sich nach der jeweiligen Erkrankung und der stationären Behandlungsnotwendigkeit. Durchschnittlich liegt sie bei uns bei sechs bis sieben Wochen. Manchmal tritt eine deutliche Besserung nach vier Wochen ein, manchmal dauert es deutlich länger. Die Behandlung in unserer Klinik ist nur vollstationär möglich. Wenn Sie eine ambulante Therapie suchen, wenden Sie sich bitte an geeignete Einrichtungen/Kollegen.

Wie kommen Sie in die Klinik für Psychosomatik?

Die Aufnahme erfolgt nach einem ambulanten Vorgespräch mit einem therapeutischen Mitarbeiter unserer Klinik. Dabei wird geklärt, ob wir das therapeutische Angebot haben, das Sie brauchen. Einen Vorgesprächstermin können Sie mit unseren Klinikassistentinnen vereinbaren. Bitte bringen Sie bereits zum Vorgespräch eine ärztliche Einweisung mit und melden sich in der zentralen Patientenaufnahme am Haupteingang an.

Terminvereinbarung: siehe Kontaktdaten auf der Rückseite



Inforunde Klinik für Psychosomatik:

Sie haben die Möglichkeit, die Station unverbindlich kennenzulernen und sich über die Behandlungsmöglichkeiten und Arbeitsweise informieren zu lassen.

Dazu bieten wir eine Inforunde an. Insbesondere richtet sich das Angebot an diejenigen, die überlegen, sich in die stationäre psychosomatische Behandlung zu begeben.

Für nähere Informationen zur Inforunde können Sie sich gerne telefonisch melden oder sich auf unserer Homepage darüber informieren.

Information, Anmeldung und Kontakt

Klinik für Psychosomatik

Leopoldina-Krankenhaus
Gustav-Adolf-Str. 6-8 . 97422 Schweinfurt

Stationssekretariat

Tel. 09721 720-3610
psychosomatik@leopoldina.de

www.leopoldina.de

Sie möchten unsere Station kennenlernen?

Dann nehmen Sie gern Kontakt mit uns auf und vereinbaren einen Vorgesprächstermin oder fragen Sie nach der Inforunde.

