



Einige Informationen und Grundgedanken über die stationäre psychosomatische Rehabilitation in der Abteilung PTH der Klinik am Osterbach

Trotz der erfreulich zunehmenden Verbreitung und gesellschaftlichen Integration von psychotherapeutisch-psychosomatischen Behandlungsangeboten gibt es über die Durchführung einer Rehabilitationsbehandlung in einer Psychosomatischen Reha-Klinik noch viele Mythen und Vorstellungen, die nicht der Wirklichkeit entsprechen.

Diese inneren Bilder und Vorannahmen entspringen teilweise den traditionell gewachsenen Vorstellungen von einer Badekur oder einem Ferienlager bzw. im Gegenpol dazu denen von einem Aufenthalt in einer geschlossenen psychiatrischen Abteilung oder sogar einem Gefängnis.

Hinzu kommt die für den Patienten oft verwirrende Vielfalt von Therapiekonzepten, die in unterschiedlichen Reha-Kliniken angewendet werden und die vom einzelnen Patienten sehr unterschiedlich bezüglich ihrer Nützlichkeit und Sinnhaftigkeit bewertet werden.

Das Setting der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin in der Klinik am Osterbach fußt auf der Vorstellung, dass ein erwachsener, selbst bestimmter Mensch, der durch seine psychischen oder psychosomatischen Störungen seinen Alltag und / oder seinen Beruf nicht mehr oder nicht mehr gut bewältigen kann, einen entsprechenden Behandlungsbedarf hat und dafür ein kompetentes Hilfsangebot sucht.

Aus diesem Grund gibt es einige feste Regeln und über die Jahre gewachsene und überprüfte Therapiekonzepte. Ein Großteil der Behandlung wird individuell in der therapeutischen Beziehung, z.B. auch im Sinne von therapeutischen Absprachen, erarbeitet und muss, um therapeutisch positiv wirksam zu sein, mit der Zustimmung und Mitwirkung des Patienten / der Patientin erfolgen.

Um einen geschützten therapeutischen Raum für alle Patienten zu gewährleisten und den Einzelnen in seiner Achtsamkeit und seinem therapeutischen Prozess zu unterstützen, gibt es einige Rahmenvorgaben, die einerseits dem Konzept der Abteilung entsprechen, andererseits auch den Vorgaben und Leitlinien der Kostenträger.

Der Hauptkostenträger in unserer Abteilung ist die DRV-Bund, die durch ihre nachhaltige Qualitätssicherung den hohen Standard der von ihr belegten Häuser und Abteilungen kontinuierlich und regelmäßig überprüft. Des Weiteren betreibt die Klinik am Osterbach als eine Klinik der Wicker-Gruppe traditionell eine konsequente interne Qualitätssicherung (zahlreiche Mitarbeiter sind als Interne Auditoren ausgebildet – es finden regelmäßig interne Audits aller Abteilungen statt) und selbstverständlich ist die Klinik zertifiziert (nach DIN ISO 9001:2008 und nach DEGEMED 4.0).

Unsere Klinik ist eine rauchfreie Zone, in der kein Alkohol getrunken wird.

Auch der Konsum von alkoholfreiem Bier, Wein oder Sekt in der Klinik ist aus therapeutischen Gründen nicht gestattet. Für die Patientinnen und Patienten der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin mit Psychotraumatologie ist es aus therapeutischen Gründen erforderlich, während der gesamten Rehabilitation, auch außerhalb der Klinik, auf den Konsum von Alkohol zu verzichten.

Ebenso nicht mit unserem Behandlungsrahmen vereinbar ist der Konsum von Drogen oder von Medikamenten, die nicht vom hier behandelnden Arzt verordnet bzw. weiterverordnet wurden.

Die Freizügigkeit der Person bleibt selbstverständlich in einer Psychosomatischen Reha erhalten. Die Patientin / der Patient kann die therapiefreien Zeiten je nach Wunsch und Bedarf für Ruhephasen oder Aktivitäten alleine oder in der Gruppe nutzen.

Durch die schöne und zentrumsnahe Lage der Klinik zwischen Siekertal und Kurpark bieten sich hier „direkt vor der Haustür“ viele Möglichkeiten vom Naturerlebnis bis zum Theaterbesuch.

Die Beschränkung des nächtlichen Ausganges – diese dient dazu, für die Therapien die notwendige Frische und Aufmerksamkeit aufzubringen – ist für einige Ausgehfreudige etwas ärgerlich, konnte im Benehmen mit den Kostenträgern aber zumindest am Samstag auf 24.00 Uhr ausgedehnt werden (die übrigen Tage bis 22.30.Uhr).

Das Wochenende bietet Zeit für eigene Unternehmungen, es finden auch von der Klinik organisierte Ausflüge statt. Urlaub über Nacht ist nach den Leitlinien der Kostenträger nur in begründeten Ausnahmen möglich, diese müssen im Einzelfall therapeutisch besprochen werden.

Aus ärztlichen oder therapeutischen Gründen kann es möglich sein, dass wir einen Patienten bitten, sein Zimmer oder die Klinik für einen begrenzten Zeitraum nicht zu verlassen, damit eine entsprechende Behandlung und Versorgung stattfinden kann.

So kann bei psychischen Krisen ein engmaschiger Kontakt notwendig sein, um Gefahren vom Patienten abzuwenden und den Patienten nachhaltig in seinem Therapieprozess zu unterstützen.

Unsere therapeutische Grundhaltung basiert darauf, den Patienten / die Patientin nach Möglichkeit durch alle auftretenden Krisen zu begleiten, dazu ist allerdings beim Patienten eine grundsätzliche Absprachefähigkeit und therapeutische Motivation erforderlich.

Beschränkungen des persönlichen oder telefonischen Kontaktes können im Einzelfall zum Schutz des Betreffenden und seines therapeutischen Prozesses sinnvoll sein.

Dies wird aber individuell und im Einzelfall therapeutisch erarbeitet und kann, um therapeutisch Sinn zu machen und Kraft zu haben, auch nur im Konsens geschehen.

Mobiltelefone dürfen mitgebracht werden, allerdings ist das Telefonieren nur auf den Zimmern oder außerhalb der Klinik erlaubt, da sonst Gruppentherapien, Mahlzeiten etc. erheblich gestört werden können. Fotografieren (auch mit dem Handy) ist nur nach Einverständnis der betreffenden Personen und daher z.B. nicht im Speisesaal oder im Foyer erlaubt.

Auf der Abteilung PTH sind auf den Zimmern aus therapeutischen Gründen Fernsehgeräte nicht gestattet. In der Lobby befinden sich ein Gemeinschaftsfernsehraum sowie ein PC – Arbeitsplatz. Weiterhin existiert ein Büroarbeitsplatz mit einem PC, der über Internetzugang und Office-Programme verfügt, sowie einem Drucker. Dieser Arbeitsplatz kann nach Absprache kostenfrei z. B. zu Internetrecherchen im Rahmen der Therapie oder zum Verfassen von Bewerbungsschreiben genutzt werden.

Ein eingebautes Radio ist auf dem Zimmer vorhanden, das Mitbringen eines eigenen Radios (Zimmerläutstärke bzw. Kopfhörer) ist auf Wunsch möglich.

Für einige erscheint dies zunächst problematisch, doch gerade die Abwesenheit des Fernsehers oder PCs im Zimmer stärkt unserer täglichen Erfahrung nach die Bereitschaft,

sich zu besinnen, das Erlebte und Erfahrene zu verarbeiten, zu lesen, kreativ zu sein, Sport zu treiben oder etwas mit anderen zu unternehmen.

Ein weiteres wichtiges Thema ist natürlich das Essen. Unser Haus bietet gesunde, vollwertige Mahlzeiten, die auch von den Mitarbeitern gerne gegessen werden. Neben der Normalkost selbstverständlich vegetarisch, fett- und cholesterinarm sowie alle nach ärztlicher Indikationsstellung erforderlichen Diäten (Diabetes, glutenfrei, lactosefrei etc.).

Wir sind bemüht, uns auf alle Ernährungsgewohnheiten einzustellen, wobei unser therapeutisches Ziel darin besteht, die Patienten in ihrer Achtsamkeit und Selbstwirksamkeit zu stärken und nach Möglichkeit ein regelmäßiges und möglichst wenig einseitiges Essverhalten anzuregen.

Im Foyer und auf der Station I steht jeweils ein Mineralwasserspender, der Ihnen jederzeit zugänglich ist. Die aus hygienischen Gründen dafür vorgesehene Flasche können Sie an der Rezeption für 2.95€ erwerben. Auf Station 2, im Wartebereich der Pflege, steht heißes Wasser für Sie bereit. Ihren mitgebrachten Tee oder löslichen Kaffee können Sie dort zubereiten.

Wir möchten sie bitten, in Ihrem Zimmer nur kleine Mengen von Lebensmitteln im Sinne von Zwischenmahlzeiten oder Snacks (Obst, Kekse, Saft) aufzubewahren.

Der psychotherapeutisch–psychosomatische Prozess fußt auf der Bereitschaft des Patienten / der Patientin, sich selbst erkunden und entwickeln zu wollen (dies beinhaltet auch den Mut, etwas Neues auszuprobieren), dabei aber den Bezug zur sozialen Gemeinschaft und zur Realität zu wahren bzw. zu stärken.

Hierzu ist es erforderlich, dass der Patient / die Patientin sich sicher, respektiert und ernst genommen fühlt und somit die Basis für die Entwicklung von vertrauensvollen therapeutischen Beziehungen zu den Therapeuten und Mitpatienten besteht.

Grundlegend wichtig für ein therapeutisch heilsames Miteinander ist deshalb der achtsame und um Toleranz und Verständnis bemühte Umgang mit dem Gegenüber.

Aus diesem Grunde ist offen aggressives, entwertendes, grenzüberschreitendes und sexistisches Verhalten mit dem Setting des Hauses nicht vereinbar.

Dies bedeutet keineswegs, dass Aggressionen, Neid und Enttäuschungswut nicht Thema der Therapie sein können, nur ist es erforderlich, dass sie therapeutisch bearbeitet und nicht ausagiert werden.

Die Klinik am Osterbach kann in der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin (PTH) ein ausgereiftes psychosomatisches Behandlungskonzept anbieten, welches auf den Leitlinienverfahren (Tiefenpsychologie, Verhaltenstherapie), Verfahren der humanistischen Psychotherapie (Psychodrama nach Moreno) und Imaginationsverfahren fundiert und Kunsttherapie, Körper- und Bewegungstherapie, Ergotherapie (Konzentrationstraining, Werken, Projektgruppen), physikalische Anwendungen, Sozialberatung sowie Ernährungsberatung mit Lehrküche integriert.

Das Konzept ist gruppentherapeutisch (Therapiegruppen von 7–11 Patienten) mit fokussierenden Einzelgesprächen sowie individuell verordneten Einzeltherapien bzw. Einzelanwendungen (z.B. Kunsttherapie zusätzlich zur Gruppe als Einzelsitzung, Einzel-Krankengymnastik, Wutarbeit, Packungen, Massagen).

Wir verwenden große Sorgfalt darauf, die Therapiegruppen so zusammenzustellen, dass für unsere Patienten / Patientinnen ein guter und heilsamer therapeutischer Prozess möglich wird.

Fehlen uns maßgebliche Informationen, kann dies die Qualität der Behandlung oder die Stimmigkeit der Gruppe stören und dazu führen, dass wertvolle Therapiezeit verloren geht.

Dementsprechend möchten wir unsere Patienten / Patientinnen ermutigen, spezielle Anliegen nach Möglichkeit vor Therapiebeginn abzuklären, um eine optimale Versorgung zu gewährleisten bzw. auch zu klären, was unser Haus nicht leisten oder anbieten kann.

Wir hoffen, dass wir Ihnen durch diese Informationen bei Ihrer Entscheidung geholfen haben, das Angebot in unserem Haus für sich nutzen zu wollen und wünschen Ihnen gute Fortschritte auf Ihrem weiteren therapeutischen Weg.

*Ihre Dr. Anke Stroop und Ihr Team
der Abteilung für
Psychotherapeutische Medizin
in der
Klinik Am Osterbach*