



Klinik am Osterbach

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

Trotz der erfreulichen Zunahme von Verbreitung und gesellschaftlicher 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. Der Hauptteil der Behandlung wird hingegen individuell im Sinne von therapeutischen Absprachen erarbeitet und muss, um therapeutisch positiv wirksam zu sein, mit der Zustimmung und Mitwirkung des Patienten / der Patientin erfolgen.

Prinzipiell funktioniert die Klinik wie ein großes Hotel, in dem mit viel Engagement und Ernsthaftigkeit Therapie gemacht wird.

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.

So ist unsere Klinik eine rauchfreie Zone, in der auch kein Alkohol getrunken wird. Auch der Konsum von so genanntem alkoholfreiem Bier, Wein oder Sekt in der Klinik ist aus therapeutischen Gründen nicht gestattet.

Der Konsum von Alkohol außerhalb der Klinik ist im Sinne von Alkoholgenuss möglich, ein Alkoholmissbrauch oder beraushtes Verhalten ist mit einer sinnvollen Rehabilitation nicht vereinbar.

Ebenso nicht mit unserem Behandlungsrahmen vereinbar sind 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 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 aber zumindest am Samstag auf 23.30 Uhr ausgedehnt werden (die übrigen Tage bis 22.30.Uhr).

Das Wochenende bietet Zeit für eigene Unternehmungen, 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.

Unsere therapeutische Grundhaltung basiert darauf den Patienten / die Patientin nach Möglichkeit durch alle auftretende 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 mit diesem 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.

Auf der Abteilung PTH sind auf den Zimmern aus therapeutischen Gründen Fernsehgeräte und PC´s nicht gestattet. In der Lobby befinden sich ein Gemeinschaftsfernsehraum sowie zwei PC – Arbeitsplätze.

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 als problematisch, doch gerade die Abwesenheit des Fernsehers oder PC´s 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 , neben der Normalkost selbstverständlich vegetarisch, fett – und cholesterinarm sowie alle erforderlichen Diäten (Diabetes, glutenfrei, lactosefrei etc.).

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

Im Foyer steht ein Mineralwasserspender, der Ihnen jederzeit zugänglich ist. Die dafür vorgesehene Flasche können Sie an der Rezeption für 2.20€ 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 durchgearbeitet und nicht ausagiert werden.

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

Das Konzept ist gruppentherapeutisch (Therapiegruppen von 8 – 11 Patienten) mit focussierenden Einzelgesprächen sowie individuell verordneten Einzelanwendungen (z.B. Krankengymnastik, 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 der Therapieaufnahme 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 wollen.

*Ihr Team der Abteilung für
Psychotherapeutische Medizin
in der
Klinik am Osterbach*