



Fachklinik  
Enzensberg

# Psychosomatik

Körper, Geist und Seele  
in Einklang bringen

# Inhalt

<b>Psychosomatische Rehabilitation</b>	<b>3</b>
<b>Indikationen</b>	<b>4</b>
<b>Leitgedanken und Ziele</b>	<b>6</b>
<b>Team</b>	<b>7</b>
<b>Diagnostik</b>	<b>8</b>
<b>Behandlung</b>	<b>10</b>
<b>Therapiebausteine</b>	<b>11</b>
<b>Therapieverlauf</b>	<b>12</b>
<b>Freizeit</b>	<b>13</b>
<b>Unterkunft</b>	<b>14</b>
<b>Antragstellung</b>	<b>15</b>

# Psychosomatische Rehabilitation

Psychosomatische Erkrankungen gehören mit zu den häufigsten Erkrankungen. Man geht davon aus, dass 20 bis 30 Prozent der stationären Patienten in Krankenhäusern seelische Folge- bzw. Begleiterkrankungen bei körperlichen Erkrankungen aufweisen und etwa ebenso viele Patienten einer hausärztlichen Praxis unter somatoformen Störungen leiden.



Vor diesem Hintergrund hat die m&i-Fachklinik Enzensberg eine Abteilung für psychosomatische Rehabilitation eingerichtet. Diese eigenständige psychosomatische Abteilung unter der Leitung von Chefärztin **Dr. med. Astrid Werner**, Fachärztin für Innere Medizin und Psychotherapie, ergänzt das breite Indikationsspektrum der Fachklinik

in idealer Weise, da de facto im Rahmen der vorhandenen Fachbereiche seit langem auch psychosomatisch erkrankte Patienten versorgt werden müssen. Um den Betroffenen im Sinne einer optimalen Versorgung möglichst gerecht zu werden, wird nun das bereits vorhandene Wissen mit spezifisch fachkompetentem Wissen einer psychosomatischen Rehabilitationseinheit verbunden. In der punktuellen Zusammenarbeit werden Synergieeffekte genutzt. Hier ist insbesondere die Schnittstelle zum Interdisziplinären Schmerzzentrum hervorzuheben.



## Indikationen

Die Abteilung Psychosomatik behandelt schwerpunktmäßig folgende Krankheitsbilder:

- Depressive und dysthyme Störungen
- Angst- und Panikstörungen
- Anpassungsstörungen und Reaktionen auf schwere Belastungen (posttraumatische Belastungsstörung)
- Somatoforme Störungen mit psychovegetativen und funktionellen körperlichen Beschwerden; z.B. Magen- Darmbeschwerden, Herz- Kreislaufbeschwerden, Chronic Fatigue Syndrom
- Schmerzsyndrome mit hohen psychischen Anteilen (Chronische Rücken- und Gelenkschmerzen, Migräne und Spannungskopfschmerzen, Ganzkörperschmerz)
- Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensprobleme bei körperlichen Erkrankungen wie schwer einstellbare essentielle arterielle Hypertonie, Adipositas, Fettstoffwechselstörung, Diabetes mellitus
- Stresssyndrome
- Burn-out-Syndrome
- Nicht- organische Schlafstörungen
- Mobbing Probleme
- Konfliktreaktionen
- Verarbeitung schwieriger Lebenssituationen (z. B. Trauer/Krankheit)



## **Erweiterte Indikation nach Klärung im Einzelfall**

Bei folgenden Krankheitsbildern bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme:

- Essstörungen (Bulimie, Anorexie)
- Zwangsstörungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Dissoziative Störungen

## **Kontraindikationen**

Nicht eingerichtet ist die m&i-Fachklinik Enzensberg für folgende Krankheitsbilder:

- Akute Suizidalität
- Akute Psychosen
- Manifeste Suchterkrankung (Alkohol- und Drogenabhängigkeit)

## **Nicht möglich ist die Behandlung bei:**

- Fehlenden deutschen Sprachkenntnissen
- Fehlender Kooperation des Patienten
- Pflegebedürftigkeit

## Leitgedanken und Ziele

Gesundheit des Menschen ist laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht allein das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.

Die Gesundheit eines Menschen ist abhängig von seinen gesamten Lebensumständen und -hintergründen.

Unter dem Aspekt dieser Grundgedanken wird die psychosomatische Rehabilitation in der m&i-Fachklinik Enzensberg immer vom Patienten aus konzipiert. Das Behandlungsteam erarbeitet zusammen mit dem Patienten seine individuellen Ziele und legt diese fest.

Der Mensch und seine Funktionsfähigkeit im Alltag stehen im Mittelpunkt aller therapeutischen Bemühungen. Der Patient soll durch die Rehabilitation (wieder) befähigt werden, Aktivitäten des täglichen Lebens möglichst in der Art und in dem Ausmaß auszuüben, die für diesen Menschen als „normal“ erachtet werden.





## Team

Die Behandlung in der Abteilung Psychosomatik der m&i-Fachklinik Enzensberg erfolgt durch ein interdisziplinär zusammengesetztes Behandlungsteam. Zum Kernteam, welches sich in regelmäßigen Teamgesprächen bespricht und austauscht, gehören:

- Ärztliche Leitung
- Psychologische und Ärztliche Psychotherapeuten
- Körperärzte
- Pflegekräfte
- Bewegungs-, Physio-, und Ergotherapeuten.

### Darüber hinaus arbeiten mit:

- Musik- und Kreativtherapeuten
- Medizinische Bademeister
- Sozialarbeiter
- Ernährungsberater

Die Mitglieder des Teams sind therapeutisch erfahren und in ihren Tätigkeitsbereichen vielseitig fortgebildet. Regelmäßige Teamgespräche, Fortbildungen und Supervisionen sichern die Qualität unserer Behandlung.



## Diagnostik

### Standarddiagnostik für jeden Patienten:

- Ärztliche Untersuchung
- Psychologische Untersuchung
- Psychologische Testdiagnostik
- Funktionelle Diagnostik durch die Bewegungs- und Physiotherapeuten
- Ruhe-EKG
- Laborscreening

### Weitere diagnostische Möglichkeiten an der m&i-Fachklinik Enzensberg nach Indikation

- Großes klinisches Labor
- Internistische Funktionsdiagnostik  
Langzeit-EKG, Blutdruck-Monitoring, Ergometrie, Lungenröntgen- und Lungenfunktionsdiagnostik, Sonographie, Echokardiographie mit Farbdoppler und TEE, Farbdoppler- und Duplexuntersuchung der Arterien und Venen.
- Orthopädische und sportmed. Diagnostik  
Röntgen, Weichteilsonographie, Leistungsmessung und -kontrolle am Laufband und Ergometer

- **Neurologische Diagnostik**  
Elektrophysiologische Untersuchungen,  
extra- und transranielle Dopplersonographie
- **Neuropsychologische Diagnostik**  
Fahrleistungsdiagnostik, Hirnleistungstests

Die Kooperation mit niedergelassenen Praxen in der Umgebung bietet die Möglichkeit fachärztlicher Zusatzuntersuchungen.

### **Kooperation mit Ärzten am Heimatort**

Wir bemühen uns um eine enge Zusammenarbeit mit den behandelnden und einweisenden Ärzten und Psychotherapeuten am Heimatort unserer Patienten. Wir wollen grundsätzlich eine unnötige Mehrfachdiagnostik bei den gemeinsamen Patienten vermeiden. Bei Aufnahme sollen daher bereits alle relevanten Vorbefunde der behandelnden Ärzte und Kliniken vorliegen, und wir bitten darum die entsprechenden Unterlagen mitzugeben. Bei besonderen Problemen werden wir im weiteren Verlauf die Behandlung mit den einweisenden Ärzten und Therapeuten abstimmen.





# Behandlung

## Grundlagen

Wir behandeln nach einem ganzheitlichen, psychosomatischen Konzept, welches die körperlichen, seelischen und sozialen Aspekte einer Erkrankung berücksichtigt. Unser Behandlungskonzept strebt eine enge Verzahnung mit allen Behandlern an (interdisziplinäres Team). Ziel ist es, die gesundheitsfördernden Ressourcen des Patienten zu stärken.

Während der stationären Behandlung werden die Patienten systematisch dazu motiviert, zu Experten ihrer eigenen Problematik zu werden und Selbstverantwortung zu übernehmen, um über Selbstkontrollierte Erfahrungen gewünschte Veränderungen herbeizuführen. Schon bei Behandlungsbeginn werden individuelle Behandlungsziele festgelegt.

## Modalitäten

Die Dauer der stationären Rehabilitationsbehandlung beträgt in der Regel je nach Kostenübernahme vier bis sechs Wochen.

Eine Gruppe von maximal 12 Patienten wird gemeinsam aufgenommen. Der Gruppe sind jeweils eine Bezugspflegekraft, ein Bewegungstherapeut, der Körperarzt und der Psychotherapeut (Arzt oder Psychologe) fest zugeordnet. Der so genannte Bezugspsychotherapeut koordiniert, in Rücksprache mit dem gesamten Team, die Behandlungsplanung und steht dem Patienten als unmittelbarer Ansprechpartner zur Seite.

# Therapiebausteine

## Regelmäßige Behandlungseinheiten für alle Patienten:

- Gruppenpsychotherapie
- Psychotherapeutische Einzelgespräche
- Ärztliche Sprechstunde
- Sport- und Bewegungstherapie
- Einzelphysiotherapie
- Physikalische Therapie in Einzelterminen
- Medizinische Trainingstherapie (MTT)
- Entspannungstraining mit Progressiver Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson, Meditation und Achtsamkeitsübungen
- Kreatives Malen
- Musiktherapie als Gruppenbehandlung





## Individuelle Zusatztherapien nach Indikation:

- Symptom- bzw. Themenzentrierte Gruppentherapie (Schmerz-, Angst- und Depressionsbewältigungsgruppe)
- Sozial- und Rehabilitationsberatung
- Ernährungsberatung

## Ziele und Therapieverlauf

Die zuvor aufgeführten Behandlungselemente verstehen wir als Therapiebausteine, die individuell auf die Ziele des einzelnen Patienten ausgerichtet, das Fundament des jeweiligen Therapieverlaufes ergeben. Die an der Behandlung beteiligten Therapeuten tauschen sich aus und sämtliche verordnete Maßnahmen werden im Team besprochen und in den Einzelgesprächen mit dem Patienten unter Berücksichtigung größtmöglicher Transparenz festgelegt und aufeinander abgestimmt. Das gilt auch für den Umgang mit Medikamenten.



## Freizeit

Ergänzend zu den planmäßigen Therapieleistungen wird Wert auf eine sinnvolle Freizeitgestaltung durch die Patienten gelegt.

Die herrliche, ländliche Umgebung der Fachklinik Enzensberg lädt zu ausgedehnten Wanderungen, zum Ausdauertraining sowie zu beschaulichen Spaziergängen ein.

Weitere Möglichkeiten der Freizeitgestaltung bieten Patientenbibliothek, das umfangreiche Kulturprogramm der Klinik und Ausflüge zu den Sehenswürdigkeiten der Umgebung.





## Unterkunft

Die Patienten wohnen während des Heilverfahrens in Zimmern zur Einzelbenutzung. Hierhin können Sie sich zurückziehen, Ihren Freiraum finden, sich erholen und entspannen.

## Nachsorge

Es ist grundsätzlich von großer Bedeutung, die während einer stationären psychosomatischen Rehabilitation erzielten Erfolge möglichst langfristig zu stabilisieren. Deshalb erfolgen bereits während der Maßnahme wichtige Weichenstellungen für die Zeit nach dem Aufenthalt in der m&i-Fachklinik Enzensberg. Im Kern der Nachsorgearbeit steht die Kommunikation mit dem nachsorgenden ambulanten Bereich, also mit niedergelassenen Ärzten, Psychologen, Beratungseinrichtungen und Selbsthilfegruppen. Es werden auch Nachsorgeleistungen über die Deutsche Rentenversicherung oder die Krankenkassen eingeleitet.

# Antragstellung

Als gesetzlich Versicherter können Sie eine Rehabilitationsleistung in ambulanter oder stationärer Form bei Ihrer Krankenkasse oder Rentenversicherung beantragen. Dort erhalten Sie ein Antragsformular, das Sie mit Ihrem behandelnden Arzt ausfüllen.

Bitte verweisen Sie bei der Antragsstellung auf die m&i-Fachklinik Enzensberg als Ihre Wunschklinik.

Als Privatversicherter oder Selbstzahler benötigen Sie vor Antritt der Behandlung eine Kostenzusage Ihrer Krankenversicherung bzw. Beihilfestelle. Unsere Klinik ist beihilfefähig.

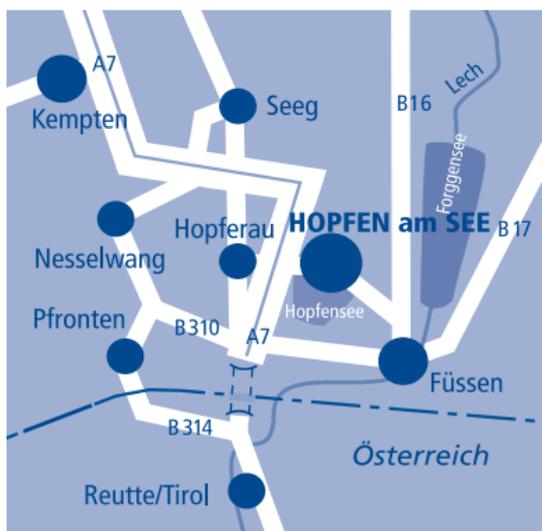
Gerne können Sie sich bei Fragen und zur direkten Anmeldung (Privatversicherte und Selbstzahler) an das Sekretariat von Frau Dr. Astrid Werner wenden:

Kirsten Dreßen, Tel. 08362-12-3185, Fax -12-4127  
kirsten.dressen@fachklinik-enzensberg.de



## Anfahrt mit dem Auto:

Sie erreichen uns aus Richtung Ulm / Kempten über die A7 bis Abfahrt Füssen. Dann links auf Umgehungsstraße geradeaus Richtung Königsschlösser. Am Ende der Umgehungsstraße rechts der Beschilderung nach Hopfen am See folgen. Von München A96 / Landsberg / Buchloe, B12 Kaufbeuren bis Marktoberdorf, dann auf der B16 bis Füssen / Hopfen am See.



## Mit der Bahn:

Wenn Sie mit der Bahn anreisen, bringt Sie neben vielen anderen Verbindungen der „Allgäu-Schwaben-Takt“ stündlich von München nach Füssen. Gerne holen wir Sie vom Bahnhof in Füssen ab.

Bitte geben Sie uns spätestens einen Tag vor Ankunft unter der Telefonnummer 08362-12-0 Bescheid, wann Sie ankommen.



## Fachklinik Enzensberg

Spezialisierte Akutmedizin und  
Medizinische Rehabilitation

Höhenstraße 56  
87629 Hopfen am See/Füssen

Fachabteilung für Psychosomatik  
Leitung: Dr. med. Astrid Werner

Telefon 083 62-12-31 85  
Telefax 083 62-12-41 27

info@fachklinik-enzensberg.de  
www.fachklinik-enzensberg.de

Im Verbund der  
m&i-Klinikgruppe Enzensberg

Zertifiziert nach

