

LIMES

SCHLOSSKLINIKEN



GANZHEITLICH. GESCHÜTZT. GENESEN.

Limes Schlossklinik Rostocker Land

BEHANDLUNGSKONZEPT FÜR DEPRESSIONEN UND STRESSFOLGEERKRANKUNGEN

Im Herzen der Mecklenburger Schweiz gelegen hat sich die Limes Schlossklinik Rostocker Land auf die Behandlung von Menschen mit affektiven Störungen und Stressfolgeerkrankungen spezialisiert. Das von Chefarzt Arne Kresin, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, geleitete Therapeutenteam verfügt über langjährige Erfahrung in der Diagnostik und Behandlung von psychischen Erkrankungen.

Das Therapieangebot

Im Schwerpunkt unserer integrativen, therapeutischen Tätigkeit stehen störungsspezifische Psychotherapien, die Interpersonelle Psychotherapie der Depression (IPT, Verhaltenstherapie), begleitet von flankierenden therapeutischen Maßnahmen, wie z. B. dem Limes Sports.Care -Konzept, das auf die individuellen sportlichen Neigungen und Fähigkeiten ausgerichtet ist*. Aber auch durch Entspannungstechniken, Achtsamkeitstraining und andere nonverbale Verfahren lernen unsere Gäste künftig mit den unterschiedlichen auslösenden Stressoren besser umzugehen. Selbstverständlich werden bei Bedarf auch leitlinienentsprechend medikamentöse Verfahren eingesetzt.

Ursachen für die Entstehung von Depressionen und Stressfolgeerkrankungen

Depressionen zählen mit 20 bis 40 % zu den häufigsten seelischen Erkrankungen. Sie treffen besonders engagierte Menschen in Situationen emotionaler oder beruflicher Überforderung.

Die Ursache einer stressbedingten Erkrankung liegt in der Störung des Stress-Systems: Normalerweise folgt auf eine Aktivierung durch Stress eine Ruhephase. Diese Balance gerät durch chronische Überforderungen immer mehr aus dem Gleichgewicht bis schließlich ein Zustand der Übererregung erreicht ist, den die betroffene Person nicht mehr kontrollieren kann. Die dazugehörigen neurobiologischen Vorgänge in unserem Gehirn werden wissenschaftlich immer besser erklärbar. Das Verständnis und die Vermittlung der Zusammenhänge ist die Basis aller Therapien.

Beispiele für Symptome einer Depression

- Schlafstörungen, besonders morgendliches Früherwachen
- Innere Unruhe bei gleichzeitiger Unfähigkeit Aktivität zielgerichtet auf anstehende Aufgaben zu fokussieren
- Unfähigkeit, klare Gedanken zu fassen
- Versagen in sonst vertrauten, unproblematischen beruflichen Situationen
- Verlust von Freude und Interesse an sonst gerne ausgeübten Aktivitäten
- Sozialer Rückzug
- Appetitverlust

Auch wenn die Betroffenen über die ihnen meist völlig unverständliche Symptomatik ratlos, oft auch verzweifelt sind, kann man ihnen mit den geeigneten therapeutischen Maßnahmen meist schnell und effektiv helfen.

* Innovatives Sportkonzept des individualisierten Trainings in der Behandlung von psychisch erkrankten Patienten, unterstützt von Prof. Dr. med. Uwe Nixdorff, erfahrener Stress- und Präventivmediziner und Leiter des European Prevention Centers sowie Praxisinhaber einer Privatpraxis für Kardiologie in Düsseldorf.

LIMES

SCHLOSSKLINIKEN



Therapieablauf – am Beispiel der Depression

Zunächst geht es darum, die depressive Person aus der belastenden Situation zu befreien, um die Überforderung zu beenden. Da sich die Störung auf dieser Stufe aber nicht mehr spontan zurückbildet, muss zeitnah eine geeignete Therapie einsetzen. Der erste Schritt der Therapie ist die sogenannte Psychoedukation, das bedeutet die Wissensvermittlung über kausale Faktoren, Auslöser, Symptomatik und Behandlungsmöglichkeiten der Depression. Für viele Menschen verliert die depressive Symptomatik schnell an Schrecken, wenn sie diese verstehen und einsehen, dass sie damit nicht allein sind, sondern an einer häufigen, gut behandelbaren Störung leiden. Das gilt ebenso für alle anderen psychischen Erkrankungen aus dem psychiatrischen Spektrum.

Der nächste, sehr wesentliche Schritt besteht in dem Angebot einer kurzfristig verfügbaren, fachlich kompetenten Therapie, wie sie in den Limes Schlosskliniken geleistet werden. Neben der Kommunikation mit den Ärzten und Therapeuten übernimmt das Patientenmanagement der Limes Schlosskliniken auch die Korrespondenz mit der Krankenkasse und somit die Klärung der Kostenübernahme, um den Betroffenen schnellstmöglich einen stationären Behandlungsaufenthalt sicherzustellen.

Unter einer solchen Therapie kommt es meist sehr schnell zu einer ersten, subjektiven Besserung, sodass die Betroffenen dann in die Lage kommen, sich unter therapeutischer Anleitung gezielt mit dem Ursachegefüge ihrer Depression oder einer anderen psychischen Erkrankung und mit Alternativen zum in die Krankheit führenden Verhalten auseinanderzusetzen.

Diese ersten Schritte des therapeutischen Prozesses benötigen meist vier bis sechs Wochen, der gesamte stationäre Aufenthalt in der Limes Schlossklinik Rostocker Land dauert in der Regel nicht länger als 2 Monate. Die Betroffenen werden durch die immer transparenten Therapien jederzeit in die Lage versetzt, den Verlauf ihrer eigenen Besserung bewusst wahrzunehmen. Die Entscheidung über die Dauer des stationären Aufenthaltes liegt bei gegebenen medizinischen Voraussetzungen immer bei ihnen.

*Wir wünschen Ihnen einen
gesundenden Aufenthalt in der
Limes Schlossklinik Rostocker Land*

Zur Anmeldung und bei Rückfragen freut sich das Team des Patientenmanagements der Limes Schlossklinik Rostocker Land auf Ihren Anruf:

☎ 03996 148 1996

E-Mail: kontakt@limes.care



Arne Kresin

*Chefarzt der Limes Schlossklinik
Rostocker Land*

*Facharzt für Psychiatrie und
Psychotherapie,
Facharzt für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie*