



Wissenswertes vor Ihrer Reha

RAHMENBEDINGUNGEN DER REHABILITATION

Am Anfang der Behandlung werden gemeinsam die Therapieziele vereinbart. Auf diese Ziele wird das Behandlungsprogramm ausgerichtet. Hierbei sind wir bestrebt, Ihre Wünsche zu berücksichtigen. Bitte beachten Sie, dass unser Behandlungsprogramm auf ärztliche Verordnung zusammengestellt wird. Auch die Vorgaben seitens der Kostenträger Ihrer Behandlung – also überwiegend der Deutschen Rentenversicherung und der Gesetzlichen Krankenkasse – zur inhaltlichen Ausrichtung, zur Dauer und zum finanziellen Rahmen bedingen die Zusammenstellung Ihres Behandlungsprogramms. Es können krankheits- oder urlaubsbedingte Abweichungen von Ihrem Behandlungsprogramm eintreten. Richtschnur unseres Handelns ist dabei auch der gesetzliche Auftrag seitens der Deutschen Rentenversicherung, Ihre berufliche Leistungsfähigkeit zu verbessern, die wir am Ende der Rehabilitation auch beschreiben. Die Beurteilung der beruflichen Leistungsfähigkeit geht dabei über die Beurteilung der Arbeitsfähigkeit weit hinaus. Ihr Hausarzt oder Facharzt an Ihrem Wohnort beurteilt, ob Sie im Moment an Ihrem Arbeitsplatz, oder wenn Sie arbeitslos sind, auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt arbeiten können oder nicht. Letzteres ist Ihnen als Krankschreibung geläufig.

Wir beurteilen dabei, ob Sie grundsätzlich unter Ausschöpfung aller Behandlungsmöglichkeiten Ihre letzte berufliche Tätigkeit und Tätigkeiten auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt aus gesundheitlichen Gründen ausüben können. Hierüber werden wir in aller Ruhe mit Ihnen sprechen und Sie unterstützen, wie Sie wieder Ihrer alten oder einer neuen Berufstätigkeit nachgehen können. Wir werden dazu auch schon Maßnahmen vorbereiten oder einleiten, damit Sie wieder gesünder Ihren Aufgaben nachkommen können und Ihre Lebensqualität zunimmt. Dies genau bezeichnet der Begriff Rehabilitation: Es geht darum, gesundheitliche Einschränkungen zu verringern und mit Hilfen auszugleichen, um wieder im normalen Leben stehen und bestehen zu können.

Wir freuen uns darauf, Sie bei uns zu haben.
Mit freundlichen Grüßen,
das Team der Dr. Becker Brunnen-Klinik

Dr. Dirk Schröder
Chefarzt

Ulrich Konert
Verwaltungsdirektor

HINWEIS FÜR PATIENTEN MIT TINNITUS, MIGRÄNE, CHRONISCHEN SCHMERZEN

Eine Behandlung dieser Erkrankungen ist langwierig, eine Heilung im Sinne von Beschwerdefreiheit ist medizinisch leider in der Regel nicht möglich. Ein Verschwinden von Migräne, chronischen Schmerzen oder Tinnitus während einer psychosomatischen Rehabilitation ist ein verständlicher Wunsch, aber kein realistisches Behandlungsziel. Im Gegenteil kann eine verstärkte körperliche Aktivität während der Rehabilitation oder eine intensive Beschäftigung mit schwerwiegenden Lebensproblemen zu einer kurzfristigen Zunahme der gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen. Sollte bei chronischen Schmerzen oder Migräne ein Verzicht auf Schmerzmittel oder Medikamente gegen Migräneattacken erforderlich sein, führt dies in der Regel dazu, dass Sie kurzfristig mit einer Zunahme der Schmerzen rechnen müssen und vorübergehend nur eingeschränkt am Behandlungsprogramm teilnehmen können. Wenn Sie Tinnitus, Migräne und chronische Schmerzen als psychosomatisches Geschehen verstehen können, können wir Sie wirkungsvoll bei der Krankheitsbewältigung und Anpassung Ihres Lebensstils hin zu einer besseren Lebensqualität unterstützen. Wenn Sie darauf setzen, dass sich schon während einer psychosomatischen Rehabilitation Tinnitus, Migräne und chronische Schmerzen bessern oder gar verschwinden, befürchten wir, dass die psychosomatische Rehabilitation in der Dr. Becker Brunnen-Klinik Ihre Erwart-

tungen enttäuschen wird. Daher möchten wir Sie im Vorfeld der Rehabilitation anregen, sich über Ihre Behandlungsziele und deren Umsetzbarkeit Gedanken zu machen.

HINWEIS FÜR PATIENTEN MIT TRAUMATISCHEN ERLEBNISSEN IN DER LEBENSGESCHICHTE

Die Behandlung von Traumafolgestörungen erfordert eine längerfristige Einzelpsychotherapie oder mehrfache psychotherapeutische Krankenhausbehandlungen (Intervall-Therapie). Wir führen lediglich stabilisierende Behandlungstechniken durch, um nicht alte Wunden aufzureißen, die bei uns nicht verheilen können. Eine hierdurch mögliche Verschlechterung Ihres Befindens lässt sich durch eine sorgfältige Planung der Behandlung verhindern.

HINWEIS FÜR PATIENTEN, DIE NUR WENIG DEUTSCH SPRECHEN

Psychosomatische Medizin ist sprechende Medizin. Um unsere Therapien nutzen zu können, ist es nötig, dass Sie sich ausreichend in deutscher Sprache verständigen können (mindestens Niveau B1 der europäischen Klassifikation). Ansonsten ist es leider nicht möglich, eine erfolgreiche Rehabilitation in der Dr. Becker Brunnen-Klinik durchzuführen.

- Behandlungsansatz
- Therapieschwerpunkte
- Rahmenbedingungen der Rehabilitation



Wenn die Deutsche Rentenversicherung Träger Ihrer Rehabilitation ist, geht es ganz besonders darum, Sie zu unterstützen einer Arbeit nachzugehen, ohne dabei Ihre Gesundheit zu gefährden. Unser gesetzlicher Auftrag ist es, dabei Ihre Erwerbsfähigkeit zu sichern oder wiederherzustellen. Wenn die Krankenkasse Träger Ihrer Rehabilitation ist, geht es darum, Ihnen zu helfen, wieder mehr ins Leben zu finden, aktiver zu werden, unter Menschen zu kommen.

Wir sind bestrebt, mit Ihnen eine psychosomatische Rehabilitation auf höchstem Niveau durchzuführen mit erprobten und besonders wirkungsvollen Behandlungsverfahren. Dies ist für Sie eine gute Gelegenheit, etwas für sich und Ihre Lebensqualität zu tun. Nur das deutsche Gesundheitswesen bietet weltweit diese Möglichkeit einer psychosomatischen Rehabilitation als eine Leistung für alle Versicherten unabhängig von deren Einkommen.

SCHWERPUNKT GRUPPENTHERAPIE

Kernelement unserer Behandlung ist Einzel- und Gruppenpsychotherapie mit dem Schwerpunkt einer intensiven Gruppenpsychotherapie. Grundsätzlich erhalten Sie ein wöchentliches Einzelgespräch und drei Gruppentherapien. Wir legen besonderen Wert auf Gruppentherapie, weil es sich dabei um ein rasch und hoch wirksames psychotherapeutisches Verfahren handelt und weil für viele Menschen das Erleben einer Gruppe mit engem Zusammenhalt und vertrauensvoller Atmosphäre zu einer ganz wichtigen Erfahrung wird. Wir bemühen uns, Gruppentherapien möglichst maßgeschneidert für Ihre Bedürfnisse einzusetzen. Deshalb legen wir Wert auf eine hohe soziale Homogenität in den Gruppen, damit Sie sich von den anderen Teilnehmern verstanden fühlen und sich auch trauen, die Gruppen aktiv zu nutzen. Wir haben verschiedene Gruppen für Menschen mit belastenden Lebensereignissen, Gruppen zur Bewältigung psychosomatischer Krankheiten, Gruppen bei besonderen beruflichen Problemen und Gruppen für Menschen im jüngeren, reiferen und höheren Lebensalter. Wir sind eine integrativ arbeitende psychosomatische Klinik, das heißt, wir nutzen Behandlungstechniken aus der kognitiven Verhaltenstherapie und der tiefenpsychologischen (psychodynamischen) Psychotherapie, je nachdem was Ihnen besser hilft.

PATIENTENSCHULUNGEN, KÖRPERTHERAPIE, SOZIALES KOMPETENZTRAINING, ERGOTHERAPIE, SPORT UND ENTSPANNUNG

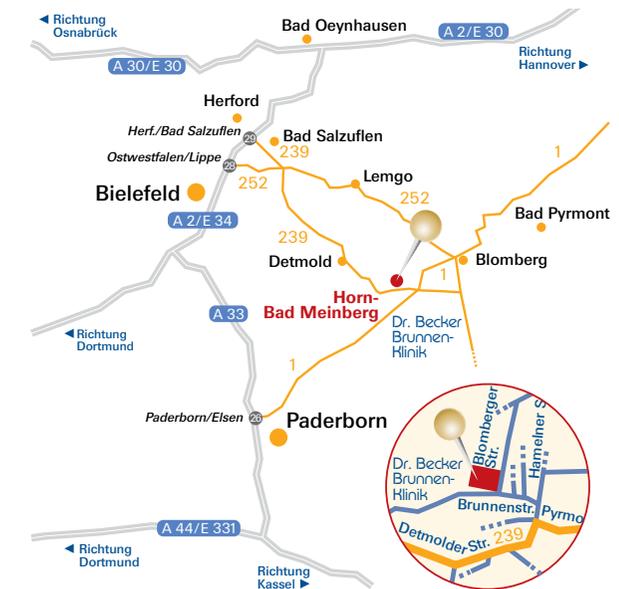
Zusätzlich zu dieser Einzel- und Gruppentherapie werden Sie an Patientenschulungen teilnehmen, bei denen es um Themen wie gesunden Lebensstil und um Informationen zu einzelnen Krankheitsbildern geht.

Sie erhalten einen individuellen, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Behandlungsplan mit körpertherapeutischen Elementen. Ziel der körperorientierten Therapien wie die konzentrierte Bewegungstherapie, die Methode nach Feldenkrais, Yoga, therapeutisches Bogenschießen oder QiGong ist es, Sie in der Wahrnehmung Ihres Körpers zu fördern. Viele Menschen betreiben Raubbau am eigenen Körper, bis dieser dann durch Beschwerden die Notbremse zieht, oder nehmen verstärkt Körperregionen wahr, die Beschwerden machen. Hier bemühen wir uns um ein ganzheitlicheres Erleben.

Abgestimmt auf Ihr individuelles Leistungsvermögen haben Sie auch mehrfach pro Woche Sport, wie z. B. Nordic Walking, Aquafitness, Sport und Spiel und Medizinische Trainingstherapie. Weiterhin werden Sie bei uns ein Entspannungsverfahren erlernen, das zu Ihnen passt, so das Autogene Training, ein Entspannungsverfahren zum Selbstentspannen, die Progressive Muskelentspannung, das Biofeedback oder Yoga. Damit lernen Sie sich schnell und wirkungsvoll zu entspannen, wenn Sie in Stress oder auch in Gedankenkreise zu geraten drohen. Ganz wichtig ist auch das berufsbezogene soziale Kompetenztraining, bei dem Sie z. B. schwierige Situationen im Beruf im Rollenspiel üben können. Daneben führen wir Ergotherapie durch, die zur verbesserten Nutzung von Freizeit und kreativen Gestaltung anregt. Zudem bieten wir Theatertherapie an, die das selbstsichere Auftreten stärkt. Zusätzlich bieten wir Krankengymnastik einzeln und in der Gruppe an sowie seitens unserer Diätassistentinnen Einzelberatung, Einkaufstraining und ein gesundheitsbewusstes Kochen, außerdem Klangtraining für Patienten mit Tinnitus. Es finden regelmäßige von der Klinik organisierte Freizeitveranstaltungen statt, teilweise auch in Zusammenarbeit mit dem Staatsbad Meinberg.

IHRE ANSPRECHPARTNER

- Aufnahmesekretariat: Tel. 0 52 34 / 9 06-9 00
- Chefarzt: Dr. Dirk Schröder
Tel. 0 52 34 / 9 06-1 17
dschroeder@dbkg.de



Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie sind zu einer psychosomatischen Rehabilitation in der Dr. Becker Brunnen-Klinik in Bad Meinberg angemeldet. Damit sich Ihre Behandlung möglichst erfolgreich gestaltet, möchten wir Sie vorab umfassend über Ihre Behandlung informieren.

DER BEHANDLUNGSANSATZ

Die Dr. Becker Brunnen-Klinik ist eine psychosomatische Rehabilitationsklinik. Wir behandeln Menschen mit Erkrankungen, die durch Psychotherapie behandelbar sind wie Depressionen (auch Burnout und Erschöpfungszustände), Angsterkrankungen, Zwangsstörungen, Essstörungen, Folgen von traumatischen Erlebnissen und andere problematische Erlebens- und Verhaltensweisen, die in der Persönlichkeit oder der Lebensgeschichte begründet liegen. Wir behandeln Menschen, die Unterstützung brauchen, um mit körperlichen Beschwerden wie chronischen Schmerzen, somatoformen (organisch schwer fassbaren) Erkrankungen, Tinnitus, Schwindel, Migräne, Reizdarm und Reizmagen fertig zu werden.

Vielleicht sind Sie mit Psychotherapie schon vertraut. Es ist aber auch möglich, dass unser Behandlungsansatz für Sie neu ist und Sie bisher erst in hausärztlicher Behandlung wegen Erschöpfung, Schmerzen oder Unruhezuständen waren. Unser Ansatz liegt nicht auf der Abklärung von möglichen organischen Ursachen Ihrer Beschwerden, dies sollte vor Ihrer Rehabilitation ausreichend erfolgt sein.

GANZHEITLICHE SICHTWEISE

Für uns zählt die ganzheitliche Sichtweise Ihrer gesundheitlichen Probleme und Ihrer gesundheitsbezogenen Lebensqualität. Unser Ziel ist es, Sie in der Bewältigung Ihrer Beschwerden und Probleme zu stärken. Wir setzen auch keine passiven Behandlungsmaßnahmen ein, wie dies für eine traditionelle Kur gilt, mit Bädern oder Massagen oder für Wellnessangebote. Wir wollen Sie vielmehr in einem gesundheitsförderlichen Lebensstil schulen. Wir wollen Ihre eigenen Fähigkeiten, mit Problemen fertig zu werden, und Ihr Vertrauen in diese Fähigkeiten stärken und mit Ihnen ein vertieftes Verständnis Ihrer Beschwerden erarbeiten.