

KRAFT

DURCH VERÄNDERUNG



Akutklinik Bad Saulgau

Fachklinik und Poliklinik für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie



VERLASSEN SIE GEWOHNTEN WEGE

Wagen Sie einen Neuanfang

Sie denken über sich selbst nach. Sie wissen, dass etwas passieren muss. Ihr bisheriges Leben ist so nicht mehr in Ordnung. Wenn Sie selbst sagen können: „Ja, ich will etwas ändern“, dann machen Sie den ersten großen Schritt. Sie sind jetzt bereit, mutig nach vorne zu gehen und etwas Neues auszuprobieren. Lassen Sie Ihren gewohnten Alltag hinter sich, verabschieden Sie sich von schlechten Gewohnheiten und Einflüssen.

Lust auf Veränderungen?

Wenn Sie sich entschieden haben, sich selbst eine neue Chance zu geben, werden Sie feststellen, dass es Spaß macht, sich zu verändern. Lust statt Last, Freude statt Frust werden Ihre neuen täglichen Begleiter im Leben sein. Das alte Sprichwort „Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung“ gilt heute immer noch. Durch Ihre positive Entscheidung, sich helfen zu lassen, müssen Sie mit Ihrer Situation nicht mehr alleine zurecht kommen.

Teilen Sie Ihre bisherigen Erfahrungen mit anderen, schöpfen Sie neue Kraft, tanken Sie ungeahnte Energien und öffnen Sie sich für zukunftsweisende Ziele.



Erkennen Sie Ihre Ziele

Vom ersten Tag in unserer Klinik an werden wir viel miteinander sprechen. Wir wollen, dass Sie selbst erkennen, wo Sie stehen und wohin Sie möchten. Gemeinsam mit unseren Therapeuten erarbeiten Sie Ihre Ziele und überprüfen, ob sie erreichbar sind und welche Kompetenzen und Unterstützung Sie dafür brauchen. Schritt für Schritt bewegen wir uns nach vorne. Wir sind uns bewusst, dass es auch Abweichungen geben kann, aber unsere Therapeuten helfen Ihnen behutsam in die richtige Richtung, damit Sie Ihre Ziele nicht aus den Augen verlieren.

Grundlage einer erfolgreichen Psychotherapie ist einerseits eine ganzheitliche Sichtweise Ihrer Probleme und Beschwerden in Ihren sozialen, körperlichen und lebensgeschichtlichen Bezügen, andererseits Ihr Wille zur Veränderung.

Finden Sie Ihren Weg

In einem Rahmen, der hochfrequente und dichte Einzel- und Gruppentherapien umfasst, erreichen Sie Ihr Maximum an Erfolg. Die Einbeziehung in eine Bezugsgruppe in der Tradition einer „therapeutischen Gemeinschaft“ bietet dabei Halt und Sicherheit sowie einen Weg aus der inneren Isolation. Diese Kombination fördert in besonderer Weise Ihre Fähigkeiten, bisher krankmachende Denk- und Handlungsmuster abzulegen und sich Neuem zuzuwenden. Nur so erreichen Sie eine Verbesserung Ihres körperlichen und seelischen Befindens.

Bewährte Therapien nutzen

Unser integriertes, lösungsorientiertes Behandlungsprogramm im einzelnen Gruppensetting umfasst Elemente des analytischen, tiefenpsychologischen, verhaltensmedizinischen und systemischen Ansatzes sowie soziales Rollenspiel, Stressbewältigung, auch mit Biofeedback und Kreativtherapien wie Musik-, Gestaltungs- und Konzentrativer Bewegungstherapie sowie körperorientierter Verfahren. Dieses methodenintegrierte, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Therapiekonzept verändert Ihre Einstellung zu sich selbst und damit Ihr Leben.

Depressive Gefühle, Müdigkeit, Lustlosigkeit und Angst können sich in Zuversicht, Kraft und Aktivität wandeln. Sie werden spürbare Linderung von Schmerzen erreichen können. Wir helfen Ihnen Ihr Leben wieder in ein Gleichgewicht zu bringen, damit Sie Mut für die Zukunft fassen können und sich darin bestärkt fühlen Ihren Weg weiter zu gehen.



WIEDER HALT FINDEN

Fühlen Sie Entspannung

Wenn Sie zu Beginn der Therapie noch angespannt waren, sich unruhig oder unsicher fühlten, werden Sie nach einiger Zeit bemerken, dass sich Entspannung einstellt. Unsere Therapie lässt Sie zur Ruhe kommen. Sie werden loslassen können und neue Ressourcen entdecken. Das ist die Phase der spürbaren Veränderung. An diesem Punkt finden Sie wieder zu sich selbst, öffnen sich für andere Menschen und sind bereit für weitere Schritte.

Nutzen Sie gewohnte Kräfte

Eine erfolgreiche Therapie lässt Sie Ihre persönlichen Ressourcen entdecken. Sie gewinnen Energie für den Alltag, fühlen neues Selbstvertrauen, lernen Ihre erweiterten Möglichkeiten wahrzunehmen und einzusetzen. Sie werden erkennen, dass Sie ein wertvoller und wichtiger Mensch sind. Denn jetzt beginnt die Phase der neu gewonnenen Stärke, die Sie dazu bringen wird, am Leben wieder alleine oder im familiären bzw. beruflichen Umfeld stabilisiert und aktiv teilzunehmen.

Überwinden Sie Hindernisse

Jede Veränderung ist anstrengend und erfordert eigenen Durchhaltewillen. Sie werden gegen innere und äußere Widerstände kämpfen, Neuland betreten und trotzdem weiter gehen. Gemeinsam mit uns verlieren Sie Ihr Ziel nicht aus den Augen. Sie sind sich bewusst, dass eine erfolgreiche Therapie Zeit braucht, dass Hindernisse überwunden werden müssen. Aber Sie wissen auch, dass es sich lohnt, Niemand anderes als Sie selbst kann wirklich nachempfinden, was es bedeutet, wieder gesund und zufrieden leben zu können. Dafür lohnt sich Ihre Behandlung in unserer Klinik.



Berufsbedingte Erkrankungen

Der Begriff Burnout-Syndrom wurde erstmals 1974 geprägt und für Menschen als Gefahr beschrieben, die mit großem Engagement und Idealismus dazu neigen, sich durch ein Übermaß an Arbeit zu überfordern. Ergänzt sich der eigene innere Drang zu arbeiten noch durch Konkurrenzdruck, hohe Ansprüche der Vorgesetzten oder eine ausgeprägte Helferhaltung, die z.B. bei Heil- und pädagogischen Berufen typisch ist, dann drohen emotionale und physische Erschöpfung, Schlafstörungen, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, hohe Reizbarkeit, vielfältige körperliche Beschwerden, Depressionen und Angsterkrankungen.

Bei Mobbing handelt es sich um einen systematischen und zielgerichteten Angriff auf die Menschenwürde einer Person oder einer Personengruppe in der Arbeitswelt, welcher regelmäßig und über einen längeren Zeitraum erfolgt. Auch hier kann es zu psycho-sozio-somatischen Störungen kommen.

Stress-Management-Programm

In unserer Klinik behandeln wir berufsbedingte Erkrankungen mit erprobten Programmen.

- Erarbeiten und damit das Bewusstmachen der individuellen und institutionellen Ursachen des Burnout / Mobbings
- Verarbeiten lebensgeschichtlich bedingter Konfliktlösungs- und Verhaltensstrategien, die Burnout / Mobbing fördern
- Verbesserung der Stress-Bewältigung durch Veränderung des Burnout / Mobbing begünstigenden Denk- und Verhaltensmusters
- Fördern der Entspannungsfähigkeit
- Stabilisieren des Selbstwörterlebens und der Abgrenzungsfähigkeit („Nein-sagen-können“)
- Verbessern bzw. Überwinden der körperlich-seelischen Folgen von Burnout / Mobbing
- Fördern eigener kreativer und sportlicher Ressourcen als zukünftiger Ausgleich beim Wiedereintritt in die Arbeitswelt

RÜCKENPROBLEME?

Unsere Klinik ist durch die Kooperation mit der Fachklinik für Orthopädie und Unfallchirurgie Bad Saulgau und deren Chefarzt Dr. med. Christian Dynybil führend in der Behandlung von chronischen Schmerzzuständen, insbesondere von Rückenschmerz-Syndromen.

Schmerzen jeglicher Art, starke Ängste und Depressionen sowie belastende Lebensumstände führen neurobiologisch erwiesen zu krankmachendem und krankheitsverstärkendem Stress. Grundlegendes Ziel jeder Behandlung ist daher die Verbesserung des individuellen Stress-Managements mit Hilfe der bewährten Biofeedback-Methode.



WIR SIND FÜR SIE DA

Behandlungsschwerpunkte

- Depressive und dysthyme Störungen
- Burnout-Folgeerkrankungen
- Belastungs- und Anpassungsstörungen (z.B. bei Mobbing, Trennungskrisen, unverarbeiteter Trauer, schweren körperlichen Erkrankungen)
- Chronische Schmerzstörungen (Rückenschmerzen, Migräne, Kopfschmerzen u. a. Schmerzzustände)
- Posttraumatische Belastungsstörungen (nach Katastrophen, Kriegereignissen, sexuellem Missbrauch, Geiselnahme)
- Tinnitus
- Angststörungen (Phobien, Panikstörung, generalisierte Angststörung)
- Essstörungen (Anorexie, Bulimie, psychogene Adipositas, binge eating disorder)
- Somatoforme Störungen (Somatisierungs-Konversionsstörungen, Dymorphophobie)
- Nichtorganische Schlafstörungen
- Persönlichkeitsstörungen (z.B. Borderline, narzisstische Persönlichkeitsstörung)
- Substanzmittelmissbrauch ohne primäre Suchtentwicklung
- Klassische Psychosomatosen (z. B. Asthma bronchiale, Colitis ulcerosa, Morbus Crohn, Reizdarm-Syndrom)
- Zwangsstörungen

Akut suizidal und akut psychotische Patienten können in unserer Klinik leider nicht behandelt werden.



DIE ERSTEN SCHRITTE

IHRER BEHANDLUNG

Vorgespräch und Aufnahme

Wir bieten Ihnen ein ambulantes Vorgespräch mit unserem Chefarzt an. Sie können dabei auch die Möglichkeiten unseres Hauses persönlich kennenlernen.

Am Aufnahmetag werden Sie vom diensthabenden Pflegepersonal empfangen und auf Ihr Appartement geleitet. Nach einem kurzen Pflegegespräch findet ein erstes diagnostisch-therapeutisches Gespräch mit dem Chefarzt (in seiner Abwesenheit durch den Vertreter) statt, in welchem Ihnen die Behandlung in ihren Grundzügen erläutert wird. Nach einer ausführlichen psychotherapeutischen Diagnostik werden die Einzel- und Gruppen-, ggf. auch medikamentösen Behandlungen begonnen.

Die körperliche Untersuchung findet durch einen Facharzt für Innere Medizin, zudem je nach Indikation durch einen Facharzt für Orthopädie und / oder Neurologie statt. In einer abschließenden gemeinsamen Besprechung aller an Ihrer Behandlung beteiligten Ärzte und Psychologen werden unter Leitung des Chefarztes, differenzierte, psychische als auch körperlich orientierte Behandlungsziele für Sie erarbeitet.

Ihr zweiter Tag bei uns

Am zweiten Tag beginnt Ihr komplexes multimodales Behandlungsprogramm, dessen Erfolg von unserem professionellen Engagement und Können geprägt ist und wesentlich von Ihrer aktiven Mitarbeit und Ihrem eigenen Willen zur Veränderung abhängt.

Wir empfehlen Ihnen rechtzeitig zu klären, an welchen Tagen bei gegebener Indikation ein Paar- oder Familiengespräch stattfinden kann.

SYMPTOME

LINDERN

Erfahren und modern

Wir arbeiten mit universitären Einrichtungen zusammen und behandeln Sie nach dem neuesten Stand der therapeutischen und medizinischen Erkenntnisse auf dem Fachgebiet der Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie. Wir bieten Ihnen in einem integrativen Behandlungsangebot unter Einbeziehung der wissenschaftlich als wirksam nachgewiesenen psychodynamischen, verhaltensmedizinischen und systematischen Verfahren alle modernen Möglichkeiten, um Ihre persönliche Situation zu verbessern und eine positive Perspektive für Ihren weiteren Lebensweg zu entwickeln.



IHRE AKUTKLINIK

IN BAD SAULGAU

Sie werden sich wohlfühlen

Die Ausstattung unserer Klinik hat Hotelcharakter und entspricht gehobenem Standard. Vom hauseigenen Schwimmbad, über einen Fitnessraum, Gymnastik- und Sporthallen bis hin zu den Musik-, Mal- und Kreativräumen haben Sie in Ihrer Freizeit unzählige Möglichkeiten, um Ihren Interessen und Vorlieben nachzugehen.

Wenn Sie zwischendurch das Bedürfnis haben, sich mit anderen zu treffen, Gemeinsamkeiten auszutauschen oder etwas zu unternehmen, dann haben wir auch hier das richtige Angebot für Sie.

Die Sonnenhof-Therme direkt nebenan ist ein Ort der Ruhe und Entspannung, ein gern genutzter Ausgleich zum intensiven Behandlungsprogramm in der Klinik. Täglich sprudeln 1,5 Millionen Liter schwefelhaltiges Heilwasser aus der 646 m tiefen Quelle und versorgen die unterschiedlichen Thermalwasserbecken. Hier tauchen Sie ein und ab - je nach Lust und Laune.

Ganz für sich allein

Sie wohnen in einem Appartement mit hohem Komfort (Dusche, WC, Telefon, Internetanschluss, Zimmersafe, Radio und TV). Außerhalb der Therapiezeiten können Sie sich auf eigenen Wunsch zurückziehen und die Ruhe in unserer Klinik genießen.



EXKLUSIVES

AMBIENTE

Für Ihr leibliches Wohl

Eine wichtige Komponente, die neben medizinischer und therapeutischer Leistung zu einem angenehmen Aufenthalt beiträgt, ist die Ernährung. Das Angebot der Speisen stellen wir nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen zusammen, in enger Abstimmung mit den Ernährungstherapeuten und Ärzten. Dies wird regelmäßig im Rahmen der RAL-Gütesicherung überprüft. Gerne bieten wir Ihnen täglich die Wahl zwischen Reduktionskost über vegetarische Kost bis hin zur Vollkost.

Bei Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten stellen Ihnen unsere Diätassistenten Ihre Mahlzeiten gerne individuell zusammen. Durch sie können Sie auch eine qualifizierte Ernährungsberatung- und therapie erhalten. Gesund, ausgewogen und mit frischen Ideen aus unserer Küche genießen Sie jeden Tag etwas Besonderes.

Morgens ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, mittags ein Drei-Gänge-Menü, zum Abendessen ein abwechslungsreiches Buffet mit kalten und warmen Speisen. Ein ausgewogenes Salatbuffet zum Mittag- und Abendessen rundet die Mahlzeiten ab. Obst und Getränke stehen Ihnen den ganzen Tag zur Verfügung, sowie am Nachmittag ein Stück Kuchen bei einer gemütlichen Tasse Kaffee.

IMPRESSIONEN

AUS UNSERER UMGEBUNG

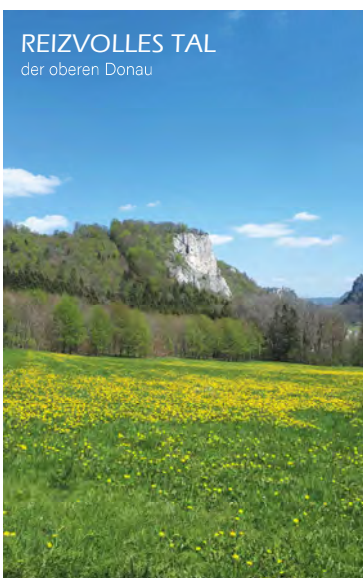


ATTRAKTIVE UMGEBUNG

Die Akutklinik selbst liegt auf einer ruhigen Anhöhe am Rande des oberschwäbischen Kurortes Bad Saulgau - eingebettet zwischen weitläufigen Feldern und dem angrenzenden Wald. Die Stadt Bad Saulgau ist ein staatlich anerkannter Kurort an der Deutschen Alleenstraße, in nächster Nähe zur Deutschen Barockstraße sowie der Deutschen Bäderstraße. In der Stadt selbst befinden sich liebevoll restaurierte Fachwerkhäuser neben zeitgenössischer Architektur, Reste der historischen Stadtmauer, beschauliche Kirchen, gemütliche Cafés und zahlreichen Einkaufsmöglichkeiten.

Die herrliche Landschaft Oberschwabens bietet viele Ausflugs- und Wandermöglichkeiten, Sehenswürdigkeiten und touristische Attraktionen, wie z. B. den Federsee mit dem größten Naturmoor Deutschlands, den Bodensee mit der Insel Mainau, das Allgäu, die Schwäbische Alb mit ihren Ruinen, Schlössern und zahlreichen Höhlen oder das Naturschutzgebiet „Obere Donau“ mit seinen wildromantischen Burgen und Wanderwegen.

Es gibt unzählige Möglichkeiten für sportliche Aktivitäten oder auch stillgelegene Orte, um hier Ruhe und Erholung zu finden. Die nähere Umgebung von Bad Saulgau zeichnet sich durch ihre große Vielfalt aus, von kleinen Dörfern mit eigenem Charme bis hin zu großen Städten mit Industrie- und Kulturgeschichte stehen Ihnen hier alle Möglichkeiten offen.



NAHEGELEGENE AUSFLUGSZIELE

BODENSEE - INSEL MAINAU

Quelle: Fotograf: Achim Mende, Internationale Bodensee Tourismus GmbH



FEDERSEE

Fotografin: Jana Neumann



BODENSEE - INSEL REICHENAU

Quelle: Fotograf: Achim Mende, Internationale Bodensee Tourismus GmbH



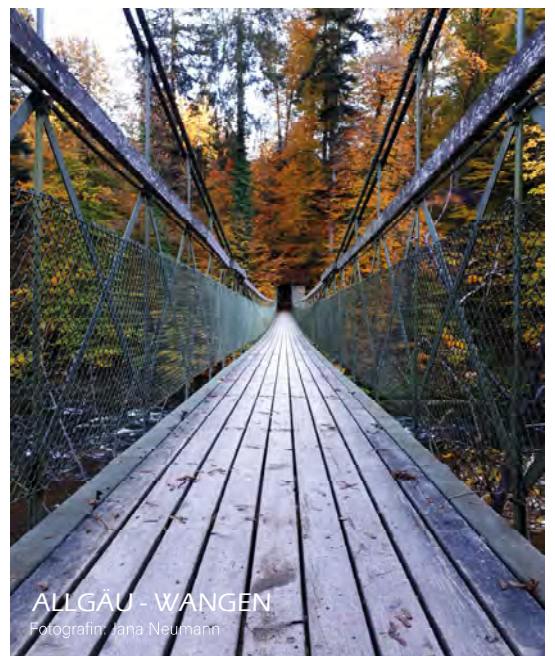
WIMSENER HÖHLE

Fotografin: Jana Neumann



ALLGÄU - PFRONTEN

Fotografin: Jana Neumann



ALLGÄU - WANGEN

Fotografin: Jana Neumann

QUALITÄT BEI UNS

IM HAUSE

Was uns so besonders macht:

- Freundliches, erfahrenes und professionelles Team
- Interdisziplinäre Schmerzbehandlung
- Kurze Wartezeiten
- Gehobenes Ambiente (4 Sterne Standard)
- Unterbringung in Einzelappartements
- Bis zu 3 Einzeltherapien pro Woche
- Persönliche und individuelle Betreuung mit Vorgespräch und Hausführung
- Übernahme von organisatorischen Formalitäten
- Kostenlose Eintrittskarten für die Sonnenhof-Therme in Bad Saulgau

Unsere Ziele:

- Körperlich-seelische Stabilisierung mit Linderung von Beschwerden
- Verbesserung der Teilhabe am beruflichen und gesellschaftlichen Leben
- Verbesserung des emotionalen Erlebens und Ausdrückens
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Erweiterung der eigenen Handlungskompetenz
- Entwicklung von mehr Selbstfürsorge und Genussfähigkeit
- Aufbau sozialer und sportlicher Aktivitäten
- Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit, Klärung beruflicher Fragen
- Neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten eröffnen



Qualifikationen

Stationsärzte/innen:

Fachärzte/innen anderer Gebiete mit psychotherapeutischer Zusatzqualifikation bzw. approbierte Ärzte/innen in Weiterbildung zum Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Psychologen/innen:

Approbierte Psychologische Psychotherapeuten/innen und Diplom-Psychologen/innen; in fortgeschrittener Weiterbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (Tiefenpsychologie; VT)

Pflegekräfte:

Leitende Pflegekraft mit Fachqualifikation in psychotherapeutisch-psychosomatischer Fachpflege, Pflegekräfte mit abgeschlossener Krankenpflegeausbildung

Fachkräfte für psychotherapeutische Kreativverfahren:

Gestaltungstherapie, Musiktherapie, Tanztherapie, Konzentrierte Bewegungstherapie, Körperwahrnehmungstherapie

Weitere erfahrene Mitarbeiter/innen:

Sozialarbeiter/in, Bewegungs- und Sporttherapeut/in, Physiotherapeut/in, Diätassistent/in, Yogatherapeut/in

Externe Spezialisten / Kooperation

Eberhard Karls Universität Tübingen/ HELIOS Spital Überlingen GmbH/ Waldburg-Zeil Kliniken GmbH & Co. KG - Rehabilitationsklinik Saulgau

Prof. Dr. phil. Dipl. Psych. Martin Hautzinger

Leiter der Abteilung Klinische Psychologie und Entwicklungspsychologie der Eberhard Karls Universität Tübingen, u.a. mit den Schwerpunkten Depressionsforschung, Alkoholismus- und Drogenabhängigkeit, Angst- und Belastungsstörungen, Psychologische Störungen und Krankheitsbewältigung.

Die Klinik bietet durch enge Kooperation mit der Rehabilitationsklinik Saulgau eine wissenschaftlich begleitete interdisziplinäre Behandlung von chronischen Schmerzzuständen, insbesondere von Rückenschmerzsyndromen an, welche sich am Göttinger Rücken-Intensiv-Programm (GRIP) orientiert.

Neben psychoanalytisch orientierter Einzel- und Gruppenbehandlung werden mit Prof. Dr. phil. Dipl.-Psych. Martin Hautzinger, Universität Tübingen, abgestimmte psychoedukative und übende Verfahren (z. B. Verbesserung des individuellen Stress-Managements mit Hilfe der bewährten Biofeedback-Methode) zur effektiven Symptombesserung durchgeführt. Das Erkennen und Überwinden krankheitserhaltender und provozierender intrapsychischer, interpersoneller und sozialer Stressoren/ Konflikte und daraus entstehender Symptome werden durch diesen integrativen Ansatz nachhaltig verbessert. Durch enge Kooperation mit den Krankenhäusern der Region und niedergelassenen Fachärzten ist eine umfassende und qualifizierte körperliche Mitbehandlung unser Standard.

IHRE

KONTAKTPERSONEN

Haben Sie den Entschluss gefasst, mit uns Kontakt aufzunehmen, rufen Sie an und lassen Sie sich ausführlich beraten. Sie können auch unserer Empfehlung folgen und einen Vorgesprächstermin beim Chefarzt inklusive Klinik-Hausführung vereinbaren.

Geschäftsführung Andrea Traub

Tel. 07581/2006-336

Mail: andrea.traub@
akutklinik-badsaulgau.de



Patientenmanagement Sandra Rothmund

Tel. 07581/2006-336

Mail: sandra.rothmund@
akutklinik-badsaulgau.de



Chefarztsekretariat Sabine Eisele

Tel. 07581/2006-203

Mail: chefarztsekretariat@
akutklinik-badsaulgau.de



Kostenübernahme

Für die Privatversicherungen reicht bei dringender Indikation (z.B. akute Krise, Dekompensation) zur stationären Krankenhausbehandlung ein Einweisungsschein. Unsere Klinik ist beihilfefähig, da das Landesamt für Besoldung und Versorgung Baden-Württemberg die Klinik anerkennt als Krankenhaus im Sinne des § 7 BVO. Die Anerkennung der Beihilfefähigkeit gilt für alle Bundesländer, jedoch wird der Paragraph ggf. anders benannt.

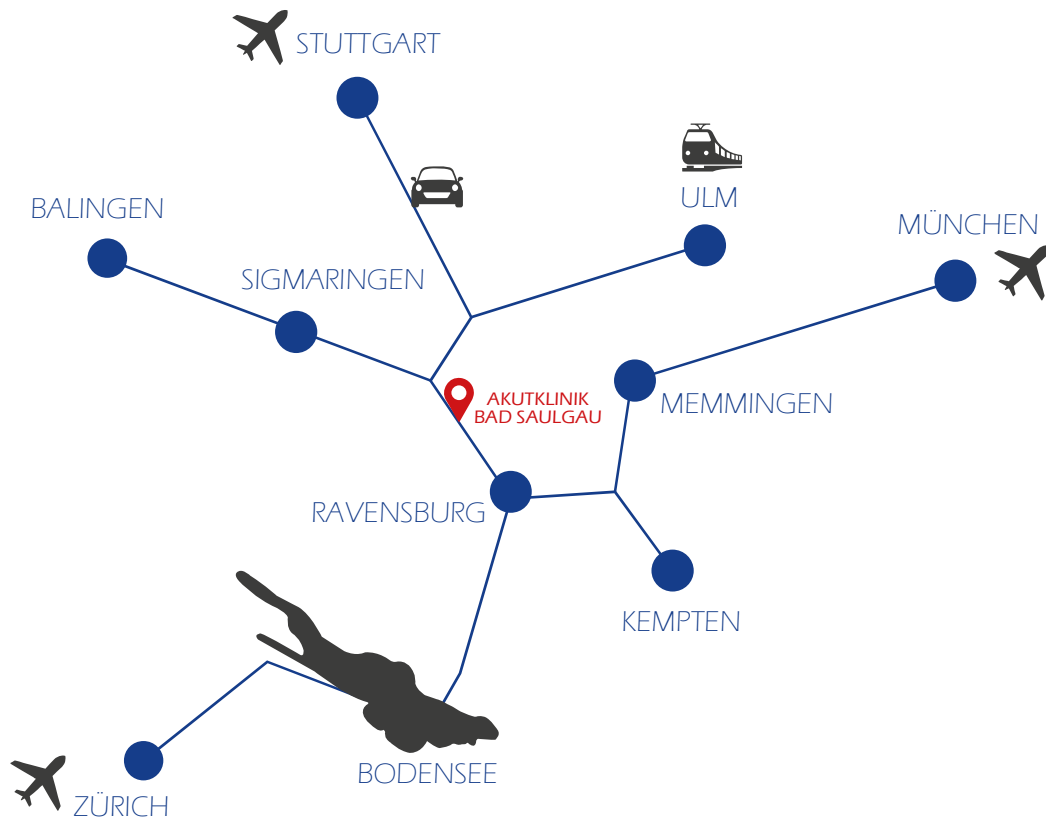
Wenn es schnell gehen soll

Ihre behandelnde Ärztin, bzw. Ihr Arzt, wird die Dringlichkeit einer stationären Behandlung in unserer Klinik feststellen und diese schriftlich gegenüber Ihrer Privatversicherung, ggf. auch Ihrer Beihilfestelle, begründen. Bei dringender Indikation reicht ein Einweisungsschein für eine rasche stationäre Aufnahme in unsere Klinik.

Anerkennung als Privatklinik

Die Akutklinik Bad Saulgau, Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, ist eine Privatklinik und vom Verband der Privaten Krankenversicherungen (nach § 4 Abs. 4 MB/ KK) und dem Landesamt für Besoldung und Versorgung Baden-Württemberg für Krankenhausbehandlungen (entsprechend § 107 Abs. 1 SGB V) anerkannt. Bitte beachten Sie, dass Kuren nicht angeboten werden.

ANREISE ZUR AKUTKLINIK



Akutklinik Bad Saulgau

Fachklinik und Poliklinik für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie

Akutklinik Bad Saulgau
Am schönen Moos 9
88348 Bad Saulgau

Telefon 07581 / 2006 - 336

Telefax 07581 / 2006 - 400

info@akutklinik-badsaulgau.de
pat-service@akutklinik-badsaulgau.de
www.akutklinik-badsaulgau.de

Ein Unternehmen der IRYO-Gruppe