

## Die AHG Klinik Berus

In der AHG Klinik Berus werden seit 1986 psychosomatische Erkrankungen behandelt, unter anderem auch „**Depressive Störungen**“.



Die AHG Klinik Berus arbeitet nach einem **verhaltensmedizinischen Konzept**. Vor dem Hintergrund dieses ganzheitlichen psychosomatischen Ansatzes bemühen sich **Fachleute unterschiedlicher Berufsgruppen** (qualifizierte Ärzte und Pflegekräfte, Diplom-Psychologen, Sport-, Ergo-, Sozio- und Physiotherapeuten) darum, mit den Patienten und Patientinnen gemeinsam **individuelle Lösungsansätze** zu entwickeln und sie bei der Umsetzung zu unterstützen. Unsere Behandlungskonzepte unterliegen einer ständigen Qualitätssicherung und einer wissenschaftlichen Begleitung.

Als Besonderheit besitzt die AHG Klinik Berus einen **hauseigenen Kindergarten** zur Betreuung von Patientenkindern. Darüberhinaus verfügt die Klinik über ein **zweisprachiges Behandlungsteam**, so dass alle Therapien auch in französischer Sprache angeboten werden.

### Komfort der AHG Klinik Berus:

- Einzel- und Doppelzimmer, überwiegend mit Balkon
- behindertengerechte Zimmer
- abwechslungsreiche Küche nach ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten
- Sauna, Hallenbad, Fitnessraum usw.



## Ihre Ansprechpartner

Für das Behandlungsangebot „**Depressive Störungen**“ der AHG Klinik Berus kontaktieren Sie bitte folgende Ansprechpartner:

- **Dipl.-Psych. Dr. phil. Josef Schwickerath**  
Leitender Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Tel.: +49 (0) 6836 - 39-186, E-Mail: jschwick@ahg.de
- **Aufnahmesekretariat/Anschrift**  
AHG Klinik Berus - Europäisches Zentrum für Psychosomatik und Verhaltensmedizin, Orannastraße 55, D-66802 Überherrn-Berus, Tel.: +49 (0)6836 - 39-161, Fax: +49 (0)6836 - 39-178, E-Mail: klinikberus@ahg.de, Internet: www.ahg.de/berus
- **Chefarzt**  
Dr. med. Dipl.-Psych. Winfried Carls, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Sozialmedizin

## Lage der AHG Klinik Berus

Die AHG Klinik Berus befindet sich in der Gemeinde Berus im Bundesland Saarland - idyllisch gelegen auf einem grünen Höhenrücken inmitten des reizvollen Dreiländerecks „Saar-Lor-Lux“. Sie bietet ein breites und attraktives Angebot an Sport-, Freizeit- und Ausflugsmöglichkeiten.



Depressive Störungen

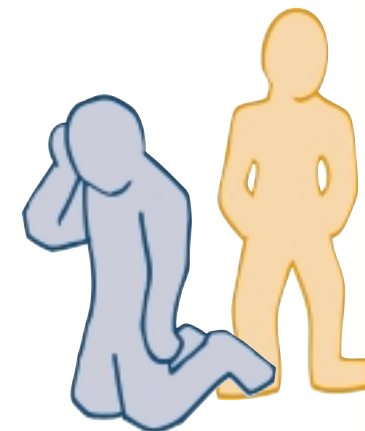
## AHG Klinik Berus

Europäisches Zentrum für Psychosomatik und Verhaltensmedizin



## Depressive Störungen

Das Behandlungsangebot



## Erscheinungsbild

Depressive Verstimmungen kennen die meisten von uns aus dem Alltag. Im Unterschied zu diesen natürlichen Stimmungsschwankungen liegen behandlungsbedürftige Depressionen dann vor,

- wenn die Betroffenen zeitweise oder ständig unter quälenden Stimmungsschwankungen in Verbindung mit Niedergeschlagenheit, Traurigkeit, innerer Unruhe, Lustlosigkeit, einem Mangel an Kraft und Energie, Hilflosigkeit, Angstzuständen, Verzweiflung usw. leiden und nicht mehr aus eigener Kraft aus solchen „Löchern“ herauskommen. Sie sehen die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft negativ.
- Oft fehlt die Kraft, gegen das Grübeln und die Müdigkeit anzugehen. Die Betroffenen fühlen sich den alltäglichen Aufgaben nicht mehr gewachsen und ziehen sich häufig zurück. Bei Vernachlässigung früherer Aktivitäten geht viel an Lebensqualität verloren.
- Im Zusammenhang mit depressiven Episoden können verschiedene Körperreaktionen auftreten: u.a. Schlafstörungen, Schwankungen im Appetit, Beschwerden des Herz-Kreislaufsystems oder des Verdauungstraktes sowie Körpermissempfindungen wie Kopf-, Brust-, Rückenschmerzen.

An der Entstehung und Aufrechterhaltung von Depressionen können vielfältige Ursachen beteiligt sein, z.B.

- belastende Ereignisse wie persönliche, familiäre und berufliche Probleme
- negative Gedanken und Grübeleien
- die Vernachlässigung von positiven Aktivitäten
- sozialer Rückzug mit Kontaktverlust
- Persönlichkeitszüge wie hohe Leistungsorientierung, hoher Perfektionismus
- Biologische Faktoren wie hormonelle Umbruchsphasen, genetische Veranlagungen, schwere körperliche Erkrankungen

## Therapieziele

- Bewältigung der depressiven Verstimmungen mit Steigerung der Lebensfreude und Aufbau von positiven Aktivitäten
- Steigerung der Lebensqualität durch Verbesserung der sozialen Fertigkeiten
- Veränderung der negativen Denkmuster
- Bewältigung der Hintergrundprobleme
- Aufbau von tragfähigen Rückfallstrategien

Es wird ein persönlicher Behandlungsplan mit individuellen Therapiezielen erstellt.



## Behandlung

- Einzeltherapie mit Einüben individueller Bewältigungsstrategien und Bearbeitung persönlicher Probleme
- Depressionsbewältigungsgruppe mit Informationen und Übungen
- Fachärztliche Diagnostik und Behandlung
- Sport- und Bewegungstherapie
- Entspannungstraining
- Ergotherapie
- Genussgruppe
- Achtsamkeitsgruppe
- Ggfs zusätzliche themenzentrierte Gruppenpsychotherapien
- Physiotherapeutische Maßnahmen
- Maßnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung
- Planung der Weiterbehandlung/Nachsorge

## Kostenträger

Die AHG Klinik Berus wird von folgenden Kosten- und Leistungsträgern belegt:

- Deutsche Rentenversicherung
- Gesetzliche und private Krankenkassen
- Unfallversicherungen
- Beihilfe