



MEDIAN Rehasentrum Daun

Patientenwegweiser

Informationen zu Ihrem Klinikaufenthalt
Abhängigkeitserkrankungen

Das Leben leben

Sehr geehrte Patienten, sehr geehrte Gäste,

unser Bestreben ist es, Ihnen ein Optimum an psychotherapeutischer, medizinischer und pflegerischer Versorgung zu bieten. Damit Sie sich bei uns schnell zurecht finden und gut informiert fühlen, entwickeln wir unseren Patientenwegweiser ständig weiter. In diesem werden häufig an unsere Mitarbeiter gerichtete Fragen beantwortet und Wissenswertes vermittelt. Möchten Sie oder Ihre Angehörigen unsere Klinik und ihr Behandlungsangebot vorab kennenlernen? Wir freuen uns, wenn Sie sich mit uns in Verbindung setzen, um einen Besuchstermin zu vereinbaren.

Die Direktion und das Team
des MEDIAN Rehasentrums Daun

MEDIAN Rehasentrum Daun

Altburg · Am Rosenberg · Thommener Höhe
Schulstraße 6 · 54550 Daun
Telefon +49 (0)6592 201-0
Telefax +49 (0)6592 201-1105
daun-kontakt@median-kliniken.de
www.median-kliniken.de

Klinikdirektorin

Sabine Ziegler

Kaufmännische Leitung

Torsten Kolf

Leitende Psychologen

Kurt Busse, Am Rosenberg
Martina Fischer, Thommener Höhe





Ihre Ansprechpartner

Information und Beratung

Alexandra Putlitz

Mobil +49 (0)172 2061611

Telefax +49 (0)6592 201-1105

alexandra.putlitz@median-kliniken.de

Dagmar Schweigert

Telefon +49 (0)6592 201-1180

Telefax +49 (0)6592 201-1105

dagmar.schweigert@median-kliniken.de

Aufnahmesekretariat Am Rosenberg

Inge Gerhardt

Telefon +49 (0)6592 201-1413

Jennifer Hauff

Telefon +49 (0)6592 201-1278

daun-aufnahmesekretariat@median-kliniken.de

Aufnahmesekretariat Thommener Höhe

Dana Thesen

Telefon +49 (0)6592 201-1181

daun-aufnahmesekretariat@median-kliniken.de

Anne Lenzen

Telefon +49 (0)6592 201-1182

daun-aufnahmesekretariat@median-kliniken.de

Der Inhalt von A bis Z

Willkommen in den MEDIAN Rehasentrum Daun	2	Fernsehen	9	Rauchen	14
A daption	6	Familienseminare	9	Rückfall	14
Alkohol/Medikamente/Drogen	6	Fitnessraum	10	S elbsthilfegruppen	15
Angehörigenseminare	6	Freizeit	10	Sozialberatung	15
Anreise	6	Friseur	10	Sport- & Körpertherapie	15
Arzt	6	G eld	10	Suchtberatungsstelle	15
Aufnahmeverfahren	6	Gepäck	11	Suchtmittel	16
Ausgang	7	Gestaltende Therapie	11	T agesablauf	16
Auto	7	Glücksspiele	11	Telefonieren	16
B ank	7	Gruppentherapie	11	Themenzentrierte Gruppen	16
Berufliche Wiedereingliederung	7	H eimfahrten	12	Therapieverlauf	16
Besuch	8	I nformation	12	Therapiedauer	17
Bezugsgruppe	8	Internetcafé	13	Therapieziele	17
Bildmedien	8	K irchen	13	Tiere	17
Bücherei	8	Kleidung	13	V ersichertenkarte	17
D iät	8	L ehrküche	13	Vorbefunde	18
E inkauf	9	M edikamente	13		
Einzelgespräche	9	Medizinische Behandlung	13		
Elektrogeräte	9	N achsorge	14		
Essen	9	P C-Trainingscenter	14		
		Physiotherapie	14		

Wäsche.....	18
Wartezeit.....	18
Weiterbehandlung.....	18
Wellness.....	18
Wertsachen.....	19
Wochenende.....	19
Zahnbehandlung.....	19
Zeitungen.....	19
Zimmer.....	19

Das MEDIAN Rehazentrum Daun

Am Rosenberg.....	20
Thommener Höhe.....	20
Therapie.....	22
Anfahrt.....	23

Zur besseren Lesbarkeit wird im Text ausschließlich die männliche Formulierung genutzt. Gemeint sind selbstverständlich Patientinnen und Patienten sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.



A

Adaption

Das MEDIAN Rehaszentrum Daun hat eine eigene Einrichtung zur „Internen Adaption“ (zentral in Daun gelegene Wohnungen mit 13 Plätzen). Dieses Behandlungsangebot richtet sich an Menschen, die nach Beendigung der Therapie weitere Unterstützung bei der Rückkehr ins Berufsleben bzw. beim Aufbau einer eigenständigen Lebensführung benötigen. Die Adaption findet als Phase II der Entwöhnungsbehandlung statt und dauert 8 bis 12 Wochen. Ob eine Adaption für Sie infrage kommen kann, klärt sich während Ihres Klinikaufenthalts.

Alkohol/Medikamente/Drogen

Alkohol, Medikamente und Drogen, egal in welcher Form, dürfen weder mitgebracht, aufbewahrt noch in irgendeiner Form konsumiert werden. Wir verstehen unsere

Einrichtungen als suchtmittelfreien Raum.

Angehörigenseminare

Wir legen großen Wert darauf, Ihre Angehörigen in die Behandlung mit einzubeziehen. Partner- und Angehörigenseminare sowie Kinder- und Jugendseminare dienen dem besseren Verständnis untereinander und finden am Wochenende statt. Darüber hinaus bieten wir Familien- bzw. Paargespräche an. Angehörige können sich mit ihren Fragen gerne an den zuständigen Bezugstherapeuten wenden.

Anreise

Ihren Anreisetag teilt Ihnen unser Aufnahmesekretariat rechtzeitig schriftlich mit. Die Ankunft und Aufnahme in der Klinik braucht Zeit. Damit sowohl die Formalitäten als auch die notwendigen Untersuchungen durchgeführt werden können, bitten wir Sie, möglichst vor 10.00 Uhr bei

uns einzutreffen. Bei Bedarf besteht ein Abholservice vom Bahnhof Gerolstein.

Arzt

Für die medizinische Betreuung stehen Ihnen Ärzte verschiedener Fachrichtungen (Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Psychotherapie, Innere Medizin und Allgemeinmedizin) zur Verfügung. In speziellen Fällen sind konsiliarische Mitbehandlungen durch andere Fachärzte möglich. Dies wird durch Ihren Bezugsarzt koordiniert und veranlasst.

Aufnahmeverfahren

Vor der Aufnahme bei uns sind einige Unterlagen erforderlich, wie ein Sozialbericht, ein Arztbericht, eine Kostenbewilligung sowie eine Freiwilligkeitserklärung. Diese Unterlagen werden einerseits für die Kostenübernahme

beim Kosten- oder Leistungsträger (Rentenversicherung oder Krankenkasse) und andererseits für unsere Therapieplanung benötigt. Wenn Sie eine stationäre Entwöhnungsbehandlung machen wollen, wenden Sie sich am besten an eine Suchtberatungsstelle in Ihrer Nähe oder nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir und die Mitarbeiter vor Ort kennen das Verfahren und helfen Ihnen gerne.

Ausgang

Es gilt eine gestufte Ausgangsregelung. Zu Ihrer eigenen (Abstinenz-) Sicherheit ist der Ausgang in den ersten beiden Wochen auf das Klinikgelände beschränkt, in den beiden Folgewochen ist Ausgang zu dritt möglich, ab der fünften Woche Einzelausgang.

Auto

Falls Sie mit Ihrem PKW anreisen möchten, bedenken Sie bitte, dass unsere Parkmöglichkeiten begrenzt sind und wir keine Haftung für eventuelle Schäden an Ihrem Fahrzeug übernehmen können. Fahrten mit dem eigenen PKW sind im Rahmen der Ausgangsregelung erst ab der dritten Behandlungswoche zu dritt und ab der fünften Behandlungswoche alleine möglich.

Bank

Die nächste Bank befindet sich in Daun. Es ist auch möglich, dass Sie Ihre Bezüge o. ä. auf das Klinikkonto (Thommener Höhe bzw. Am Rosenberg) überweisen lassen. Wir zahlen Ihnen diese während der Kassenstunden aus.

Die Kontoverbindung können Sie gerne bei uns erfragen.

Berufliche Wiedereingliederung

Wenn Sie arbeitslos sind, werden Sie von uns bei Ihrer beruflichen Perspektivenplanung, im Bewerbungsverfahren und bei der Stellensuche unterstützt. Sie können z.B. in unserem PC-Trainingscenter mit entsprechender Anleitung PC-gestützte Bewerbungen schreiben und passende Stellenangebote recherchieren (Internet, Jobbörse der Arbeitsagentur). Bitte bringen Sie alle hierfür notwendigen Unterlagen von zu Hause mit. Wir beraten Sie ebenso bei Fragen hinsichtlich eines bestehenden Arbeitsverhältnisses und bereiten mit Ihnen die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz nach Beendigung Ihrer Therapie vor. Bringen Sie bitte die erforderlichen Unterlagen mit. Bei Fragen zu wirtschaftlichen, rechtlichen und sozialen Absicherungen stehen unsere Sozialberater zur Verfügung.

B

Besuch

Besuche sind Freitagabend/Samstag/Sonntag/ Feiertag ab der dritten Behandlungswoche möglich, soweit von ärztlicher und therapeutischer Seite keine Einwände bestehen. Die Anreise der Angehörigen soll am Freitag erst ab 16.00 Uhr, die Abreise bis Sonntag 17.30 Uhr erfolgen. Verpflichtend für jeden Erstbesucher ist die Teilnahme an der Besucherinformation, die in der Klinik Am Rosenberg jeweils samstags und sonntags um 13.30 Uhr und in der Klinik Thommener Höhe jeweils samstags und sonntags um 13.00 Uhr durch den diensthabenden Therapeuten durchgeführt wird.

Bezugsgruppe

Unsere Patienten sind in Bezugsgruppen eingeteilt. Die Gruppen sind halboffen, d.h., wenn ein Patient die Gruppe

verlässt, rückt ein neuer Patient nach. So sind in jeder Gruppe neue Patienten wie auch solche mit längerer Behandlungserfahrung, die kurz vor der Entlassung stehen.

Bildmedien

Das Mitbringen und Benutzen eines eigenen Fernsehers sowie eines Laptops, auf dem Fernsehen geschaut oder Filme gesehen werden, ist während der Rehabilitationsbehandlung nicht erwünscht. Während der Rehabilitationsbehandlung soll Ihr Zimmer ein Erholungs- und Rückzugsort sein, ohne dass Fernsehsendungen oder Internetinformationen Sie dabei stören. Der Gebrauch eines Computers, wenn Ihrerseits darauf bestanden wird, muss bei Therapiebeginn mit dem Therapeuten abgesprochen werden.

Bücherei

Im Haus gibt es eine gut sortierte Patientenbücherei, unter anderem mit Ratgebern zu vielen Störungsbildern. Das MEDIAN Rehaszentrum Daun Am Rosenberg bietet darüber hinaus spezielle Literatur über Sucht und Therapie zum Kauf an.

Diät

Eine spezielle Kost (Diät) gibt es nach ärztlicher Anweisung. Zur Ernährungsberatung stehen Ihnen eine Diätassistentin sowie eine Lehrküche zur Verfügung.

Einkauf

Artikel des täglichen Bedarfs können Sie im klinikeigenen Kiosk erwerben. Darüber hinaus bieten die Stadt Daun und der Ort Darscheid weitere Einkaufsmöglichkeiten.

Einzelgespräche

Einzelgespräche und Einzeltherapie durch Bezugssärzte und Bezugstherapeuten sind fester Bestandteil des Behandlungsprogramms.

Elektrogeräte

Beschränken Sie sich bitte auf ein kleines tragbares Radio, einen Fön, eine elektrische Zahnbürste und einen Rasierapparat.

Essen

Die Verpflegung bei Frühstück, Mittag- und Abendessen ist gut und reichhaltig. Mittags stehen verschiedene Gerichte zur Auswahl, von denen eines ein vegetarisches Gericht ist. Ein Diätkoch ist für die Zubereitung von Sonderkost zuständig.

Fernsehen

Das Mitbringen und Benutzen eines eigenen Fernsehgerätes ist nicht gestattet. Fernsehen können Sie in den dafür vorgesehenen Aufenthaltsräumen.

Familienseminare

Wir führen regelmäßig Partner- bzw. Angehörigenseminare gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen durch. Regelmäßig werden auch Kinder- und Jugendseminare angeboten. Mit gesonderter Terminvereinbarung sind auch paartherapeutische Gespräche möglich.



F

Fitnessraum

Unser Fitnessraum bietet Ihnen vielseitige Möglichkeiten, Ihre körperliche Regeneration zu fördern und Leistungsfähigkeit, Fitness und Gesundheit weiter zu verbessern. Dazu stehen Ihnen mehrere Ergometer, Sitz-Ergometer, Crosstrainer, Hanteln und weitere Übungsgeräte zur Verfügung. Die von uns ausgewählten Geräte dienen überwiegend dem Ausdauertraining, aber auch dem gezielten Muskelaufbau vernachlässigter Muskelpartien zur Prävention von orthopädischen Problemen. Geräte und Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet und können bei regelmäßiger Benutzung eine deutliche Steigerung von Fitness und Wohlbefinden bewirken. Unsere Sporttherapeuten weisen Sie gerne in individuell geeignete Übungen ein.

Freizeit

Ihre Freizeit gestalten Sie selbst – alleine oder in gemeinsamen Unternehmungen mit anderen Mitpatienten. Sie können Sport treiben, sich kreativ betätigen oder einfach die Natur genießen und entspannen. Darüber hinaus werden interessante Aktivitäten sowohl im Haus als auch außerhalb angeboten: z.B. Theateraufführungen, Musikveranstaltungen und Ausflugsfahrten nach Bonn, Trier, Köln oder Luxemburg. Über die vielfältigen Freizeitangebote in Daun und Umgebung werden Sie regelmäßig informiert. Im MEDIAN Rehaszentrum Daun steht Ihnen außerdem verschiedene Sport- und Spielangebote (Fitnessraum, Tischtennis, Billard) zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es im MEDIAN Rehaszentrum Daun Am Rosenberg einen großzügig ausgestatteten Wellnessbereich mit finnischer Sauna und türki-

schem Dampfbad zur anregenden und entspannenden Freizeitgestaltung zur Nutzung für alle Patienten der beiden Kliniken Am Rosenberg und Thommener Höhe.

Friseur

Friseure gibt es in Daun und in Darscheid.

Geld

Klären Sie – gegebenenfalls mit Hilfe einer Suchtberatungsstelle – welche Geldleistungen Ihnen während der stationären Behandlung zustehen (z.B. Lohnfortzahlung oder Übergangsgeld) und beantragen Sie diese im Idealfall vor Therapiebeginn. Bei eventuellen Unklarheiten oder Problemen hilft Ihnen nach Therapieantritt unsere Sozialberatung weiter.



Gepäck

Beschränken Sie Ihr Gepäck bitte auf das Notwendigste, da der Platz zum Unterbringen Ihrer Koffer begrenzt ist. Bedenken Sie, dass Sie sich zusätzliche Kleidungsstücke oder Ähnliches auch von Ihrem Besuch am Wochenende mitbringen lassen und auch bei uns waschen können.

Gestaltende Therapie

In der gestaltenden Therapie werden ganz unterschiedliche, behandlungsrelevante Themen u. a. mit kreativen und kunsthand-

werklichen Methoden erarbeitet. Vielleicht (wieder-) entdecken Sie dabei kreative Seiten bei sich selbst und gewinnen so für die Zukunft eine interessante Freizeitgestaltung.

Glücksspiele

Für Patienten mit Glücksspielsucht sind Glücksspiele grundsätzlich untersagt. Wir bitten alle Patienten um Rücksicht auf die Problematik dieser Patienten (z. B. keine Kartenspiele in gemeinsamen Aufenthaltsräumen).

Gruppentherapie

Auf der Grundlage einer fundierten Diagnostik legen Sie Ihre Behandlungsziele mit Ihrem Bezugstherapeuten fest. Neben psychotherapeutischen Einzelgesprächen ist die Gruppenpsychotherapie in der Bezugsgruppe zentraler Behandlungsbaustein. Innerhalb Ihrer Bezugsgruppe finden Sie Unterstützung bei Ihren Mitpatienten und erlernen Problemlösungen unter therapeutischer Anleitung. Ihr Bezugstherapeut begleitet Sie während der gesamten Therapie und unterstützt Sie auch bei der Auswahl weiterer geeigneter Behandlungsangebote. Einige Bezugsgruppen sind spezialisiert auf Rückfallbehandlung, Senioren, Medikamentenabhängigkeit, pathologisches Glücksspielen oder russischsprachige Migranten.

H

Hier finden Sie eine Auswahl unserer Gruppenangebote:

- Achtsamkeitstraining
- Angstbewältigung
- Berufliche Orientierung
- Biofeedback
- Borderline-Persönlichkeitsstörung
- Depressionsbewältigung
- Entspannungsverfahren (progressive Muskelentspannung, autogenes Training)
- Feldenkrais
- Frauengruppe
- Gedächtnistraining
- Genießen lernen
- Hirnleistungstraining
- Körper- und Gefühlswahrnehmung
- Lehrküche
- Naturerleben
- Partnerschaft
- Pathologischer PC-/Internetgebrauch
- Positives Denken
- Raucherentwöhnung

- Rückfallvorbeugung
- Rückkehr an den Arbeitsplatz
- Selbsthilfe bei Arbeitslosigkeit
- Selbstsicherheitstraining
- Soziales Kompetenztraining
- Stabilisierung bei belastenden Lebensereignissen
- Stressbewältigung
- Therapeutisches Bogenschießen
- Therapeutisches Laufen
- Traumaspezifische Stabilisierung
- Umgang mit chronischen Schmerzen (Biofeedback)
- Umgang mit Depressionen
- Umgang mit Gewalterfahrungen
- Umgang mit Konflikten
- Wirbelsäulengymnastik

Heimfahrten

Heimfahrten in Abhängigkeit von Bestimmungen Ihres Leistungsträgers und Ihrer Aufenthaltsdauer sind nach Genehmigung durch Ihren Therapeuten möglich. Hier geht es nicht darum, „Urlaub von der Therapie“ zu machen, sondern neu erlerntes Verhalten in Ihrer Alltagswelt zu erproben und/oder wichtige Dinge für Ihre Rückkehr zu erledigen (z.B. Besuch bei der Agentur für Arbeit oder am Arbeitsplatz, in der Beratungsstelle oder einer Selbsthilfegruppe).

Information

Es ist uns ein Anliegen, dass Sie mehr über den Zusammenhang Ihrer Abhängigkeitserkrankung und Ihrer persönlichen Lebensgestaltung erfahren. In Informationsveranstaltungen und Vorträgen wird es darum gehen, Ihnen grundsätzliche Informationen über Ihre

Erkrankung zu vermitteln, aber auch darum, Sie für weitere Themenbereiche zu sensibilisieren, die für positive Veränderungen in Ihrem Leben notwendig sind.

Internetcafé

In beiden Kliniken stehen Ihnen ein Internetcafé bzw. PC-Raum zur Verfügung, wo Sie z.B. Ihre private E-Mail-Korrespondenz gegen eine geringe Gebühr durchführen können.

Kirchen

Sie können im Rahmen der Ausgangsregelung (siehe Ausgang) an Sonn- und Feiertagen zum Gottesdienst gehen. In Darscheid befindet sich eine katholische und in Daun eine evangelische sowie eine katholische Kirche.

Kleidung

Für das Therapieprogramm in der Klinik brauchen Sie keine besondere Kleidung. Wir legen allerdings Wert darauf, dass Sie sich in der Klinik während der therapeutischen Veranstaltungen (ausgenommen Sporttherapie) und in allgemein öffentlich zugänglichen Bereichen des Hauses in üblicher Straßenkleidung bewegen. Für die Teilnahme an der Sport- und Bewegungstherapie benötigen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe. Auch festes Schuhwerk und Regenschutz ist von Nutzen. Da öffentliche Hallen- und Freibäder in der Nähe sind, denken Sie bitte auch an Ihre Badesachen.

Lehrküche

Das MEDIAN Rehaszentrum Daun verfügt über eine Lehrküche. Hier haben Sie die Möglichkeit, in Zusammenarbeit mit ei-

ner Diätköchin das Zubereiten gesunder Ernährung zu erlernen.

Medikamente

Medikamente werden grundsätzlich nur von unseren Ärzten im Haus verordnet. Hierzu zählen auch freiverkäufliche Arzneimittel sowie Nahrungsergänzungsmittel. Wenn Sie bisher regelmäßig Medikamente eingenommen haben, bringen Sie diese bitte in ausreichender Menge zur Aufnahme mit. Ihr behandelnder Arzt entscheidet dann, ob Sie diese hier weiter einnehmen.

Medizinische Behandlung

Im MEDIAN Rehaszentrum Daun sorgen Fachärzte unterschiedlicher Ausrichtung (z.B. Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Psychotherapie, Innere Medizin u.a.) für eine kompetente medizinische Behandlung. Auf Veran-

R

lassung Ihres Bezugsarztes werden Laboruntersuchungen, Lungenfunktionstest, EKG, Langzeit-EKG, Belastungs-EKG, Sonografie oder fachärztliche Konsiliaruntersuchungen durchgeführt. Bei unseren Pflegekräften finden Sie hilfsbereite Ansprechpartner, welche für Sie Arzttermine und verordnete medizinische Maßnahmen koordinieren. Die ärztliche Betreuung findet im Rahmen von Visiten und Sprechstunden durch die jeweiligen Bezugsärzte statt.

Nachsorge

Um den Behandlungserfolg auch langfristig zu sichern, unterstützen wir Sie bei weiterführenden Maßnahmen der Nachsorge und möglichen Weiterbehandlung. Hierzu gehören u.a. die weitere haus- bzw. fachärztliche Behandlung, die Einleitung psychotherapeutischer

Behandlungsmaßnahmen und die Informationsvermittlung zum Besuch von Selbsthilfegruppen. Wir unterstützen Sie bei der Einleitung suchtspezifischer Nachsorge- und Weiterbehandlungsmaßnahmen, z.B. bei der Antragstellung einer poststationären ambulanten Rehabilitation. In der Region steht Ihnen hierfür die Fachambulanz des MEDIAN Rehazentrum Daun zur Verfügung.

PC-Trainingscenter

Im MEDIAN Rehazentrum Daun Am Rosenberg und im MEDIAN Rehazentrum Daun Thommener Höhe steht jeweils ein PC-Trainingscenter mit je acht Arbeitsplätzen zur Verfügung. Neben gezielten Angeboten wie EDV-Training, Erstellen von Bewerbungsunterlagen und Internetrecherche zur Stellenakquise können die Arbeitsplätze ganztägig genutzt werden.

Physiotherapie

In der Abteilung für Physiotherapie können ärztlich verordnete Behandlungen umgesetzt werden. Dazu gehören Krankengymnastik, Inhalationen, Fango, Massagen und medizinische Bäder.

Rauchen

Das Rauchen (Tabak/E-Zigaretten) ist nur in speziell ausgewiesenen Raucherzonen auf dem Klinikgelände möglich. Ansonsten ist in der gesamten Klinik und auch im Patientenzimmer das Rauchen nicht gestattet. Dieses Rauchverbot betrifft auch Elektro-Zigaretten. Das MEDIAN Rehazentrum Daun unterstützt interessierte Patienten durch eine Raucherentwöhnung.

Rückfall

Die Klinik ist ein suchtmittelfreier Raum, den es zu respektieren gilt. Kommt es im Verlauf der Behandlung zu einem Rück-

fall, werden wir gemeinsam mit Ihnen die Möglichkeit einer Weiterbehandlung erörtern. Unter einem Rückfall verstehen wir das Einnehmen von Medikamenten, die Sie nicht von uns verordnet bekommen haben, und/oder die Einnahme von Alkohol und/ oder anderer Drogen in jedweder Form. Für unsere Patienten mit einer Glücksspieldiagnose gilt dies darüber hinaus auch für bestimmte Spiele.

Selbsthilfegruppen

Wir halten den Besuch von Selbsthilfegruppen für außerordentlich wichtig, vor allem für die Zeit nach der Therapie. Aber auch im Vorfeld einer stationären Entwöhnungsbehandlung erhalten Sie in einer Selbsthilfegruppe wertvolle Unterstützung. Optimal ist es, wenn Sie bereits vor der Therapie Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe aufnehmen, die Sie dann auch nach der Therapie aufsuchen

können. In der Klinik haben wir regelmäßig unterschiedliche Selbsthilfegruppen zu Gast, die hier ihre Arbeit vorstellen. So haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Selbsthilfegruppen während Ihres Aufenthaltes kennenzulernen. Die wöchentlich stattfindenden Angebote sind über den gültigen Aushang am Info-Board ersichtlich.

Sozialberatung

Wenn Sie Unterstützung im Kontakt mit Behörden wünschen, Fragen rechtlicher Art haben oder Hilfe bei der Regelung finanzieller Angelegenheiten benötigen, wenden Sie sich bitte an unseren Sozialdienst.

Sport- und Körpertherapie

Sport- und körpertherapeutische Angebote sind fester Bestandteil unserer Behandlung. Durch Gymnastik, Fitness

und Mannschaftsspiele sowie Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen können Sie wieder ein gesundes Körpergefühl aufbauen und Ihre körperliche Leistungsfähigkeit verbessern.

Suchtberatungsstelle

Es gibt Beratungs- und Behandlungsstellen, die sich auf die Hilfe für abhängigkeiterkrankte Menschen und ihre Angehörigen spezialisiert haben (Suchtberatungsstellen, Psychosoziale Beratungsstellen, Gesundheitsämter, Krankenhaus – Sozialdienste, betriebliche Sozialdienste, Fachambulanzen). Hier erhalten Sie auch Unterstützung bei der Einleitung einer stationären Entwöhnungsbehandlung. Außerdem bieten diese Beratungsstellen eine weiterführende Behandlung nach Beendigung der Therapie an, die wir unseren Patienten sehr empfehlen (s. Weiterbehandlung).

T

Suchtmittel

Die Einnahme, der Erwerb, der Besitz oder die Weitergabe zustandsverändernder Mittel wie Alkohol, Drogen und Medikamente (Ausnahme: von Ärzten des MEDIAN Reha zentrums Daun ausdrücklich verordnete Arzneimittel) ist in unserem Haus untersagt und kann zu einer unmittelbaren Beendigung der Behandlung führen.

Tagesablauf

Der Tag beginnt mit dem Frühstück ab 7.30 Uhr. Die Therapien finden in der Zeit zwischen 8.30 Uhr und 16.30 Uhr statt und werden durch eine Mittagspause unterbrochen. Die Zeit nach dem Abendessen steht Ihnen zur freien Gestaltung (siehe Freizeit) zur Verfügung.

Telefonieren

Für private Telefongespräche haben Sie die Möglichkeit, den Telefonapparat auf Ihrem Zimmer gegen Vorkasse freischalten zu lassen, sodass Sie in ungestörter und angenehmer Atmosphäre telefonieren können. Mobiltelefone sind während der Einzel- und Gruppenpsychotherapiestunden auszuschalten, um Störungen zu verhindern. Mobiltelefone dürfen darüber hinaus ausschließlich auf Ihrem Zimmer und auf dem Klinikaußengelände benutzt werden. Das Fotografieren von Therapiestunden ist aus datenschutzrechtlichen Gründen strengstens untersagt. Ebenso ist mit Hinblick auf das Urheberrecht beim Fotografieren von Mitpatienten darauf zu achten, dass dies nur mit deren Einverständnis geschieht.

Themenzentrierte Gruppen

Unser umfangreiches Programm der Indikativen Gruppen gewährleistet, dass individuelle Therapieschwerpunkte gesetzt werden können. Unsere spezifischen Therapiegruppen sind auf der Grundlage bewährter verhaltenstherapeutischer Konzepte zusammengestellt. Die vielfältigen Gruppenangebote stellen sicher, dass alle Aspekte Ihrer Erkrankung ausreichend berücksichtigt werden.

Therapieverlauf

1. Das Erkennen der Notwendigkeit einer Änderung der gegenwärtigen Situation („Ich kann nicht mehr, so geht es nicht mehr weiter.“)
2. Das Erkennen der Hilfsbedürftigkeit („Ich schaffe es alleine nicht mehr.“)
3. Das Akzeptieren der angebotenen Hilfe („Ich lasse mir helfen.“)

4. Die Anerkennung der Abhängigkeit („Ich bin abhängig.“)
 5. Das Aufstellen positiver Ziele („Ich will abstinent leben, weil ich etwas Gutes für mich damit erreiche.“)
 6. Das Anerkennen der Notwendigkeit einer allgemeinen Verhaltensänderung, die zu einem neuen Lebensstil führt. („Ich muss mein Leben anders gestalten, wenn ich abstinent leben will.“)
 7. Das Erproben und Üben neuer Verhaltensweisen und Einstellungen („So geht es mir auf Dauer besser.“)
- Ziel der Therapie ist es, die Verhaltensweisen aufzugeben, die früher zur Einnahme von Alkohol und Medikamenten und Drogen geführt haben, und die Verhaltensweisen einzuüben, die zu einem zufriedenen und abstinenten Leben beitragen.

Therapiedauer

Die Behandlungsdauer kann von 4 bis 16 Wochen (in Einzelfällen auch länger) variieren. Der zeitliche Rahmen richtet sich nach dem Behandlungsbedarf sowie der Bewilligung des zuständigen Leistungsträgers.

Therapieziele

Eine Heilung von Alkohol-, Drogen-, bzw. Medikamentenabhängigkeit gibt es nicht. Ziel der Therapie ist daher ein Leben ohne Alkohol oder sonstige Suchtmittel. Durch die Therapie haben Sie die Möglichkeit, sich selbst so zu verändern, dass Sie abstinent und insgesamt zufriedener leben können. Wichtig für den erfolgreichen Verlauf einer Entwöhnungsbehandlung ist das Erstellen und Verfolgen ganz persönlicher Therapieziele.

Tiere

Tiere können – auch besuchsweise – nicht mit ins Haus gebracht werden.

Versichertenkarte

Bringen Sie bitte die Versichertenkarte Ihrer Krankenkasse für den Fall mit, dass Sie außerhalb unserer Klinik fachärztlich untersucht und behandelt werden müssen. Patienten aus dem europäischen Ausland bitten wir, an Ihre EHEC-Karte (Europäische Krankenkassenkarte) zu denken. Patienten, die nicht gesetzlich oder privat krankenversichert sind, benötigen im Falle einer Behandlung durch einen externen Facharzt einen Behandlungsschein vom zuständigen Sozialhilfeträger. Hierzu wenden Sie sich bitte rechtzeitig an unsere Sozialberatung.

W

Vorbefunde

Um Doppeluntersuchungen zu vermeiden und die bestmögliche medizinische sowie therapeutische Behandlung zu ermöglichen, ist das Mitbringen von Vorbefunden sinnvoll. Bitte legen Sie diese Ihrem Bezugsarzt vor.

Wäsche

Waschmaschine, Trockner, Bügeleisen und Bügelbrett stehen Ihnen in einem entsprechenden Raum zur Verfügung. Handtücher und Bettwäsche werden von der Klinik zur Verfügung gestellt.

Wartezeit

Zwischen der Beantragung der Behandlung mit Hilfe Ihres Arztes oder Ihrer Beratungsstelle und dem Antritt der stationären Behandlung ergibt sich im Regelfalle eine mehrwöchige Wartezeit.



Nutzen Sie diese Zeit bis zu Ihrem Therapiebeginn. Versuchen Sie, suchtmittelfrei zu leben. Besuchen Sie eine Selbsthilfegruppe und besprechen Sie mit Ihrem Ansprechpartner in der Beratungsstelle, was Sie sonst noch tun können, um die schwierige Zeit bis zum Therapiebeginn hier zu überbrücken. Klären Sie bitte medizinisch ab, ob eine vorhergehende Entgiftungsbehandlung notwendig ist und führen Sie diese gegebenenfalls durch.

Weiterbehandlung

Um auf Dauer im Alltag zufrieden und abstinent leben zu können, bieten Kontakte zu einer Selbsthilfegruppe und

einer Beratungsstelle nach Therapieende wertvolle Unterstützung. Zudem reicht die Behandlungszeit nicht immer, um alle Therapieziele in vollem Umfang zu erreichen. Wir bieten Ihnen an, mit Ihnen gemeinsam eine dann notwendige ambulante oder möglicherweise stationäre Weiterbehandlung zu organisieren (z.B. Selbsthilfegruppen, Suchtberatungsstellen, Adaptionenmaßnahme, Betreutes Wohnen, etc.).

Wellness

Das MEDIAN Rehaszentrum Daun Am Rosenberg verfügt über einen großzügig eingerichteten Wellnessbereich mit

finnischer Sauna, türkischem Dampfbad, Anwendungen nach Kneipp und Erlebnisduschen, welcher allen Patienten der beiden MEDIAN Rehasentrum Daun Am Rosenberg und MEDIAN Rehasentrum Daun Thommener Höhe zur Verfügung steht.

Wertsachen

Halten Sie Wertsachen auch in Ihrem Zimmer bitte ständig unter Verschluss. Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, diese auch im Kliniksafes zu deponieren. Bitte verwahren Sie nur eine begrenzte Menge Bargeld in Ihrem Zimmer.

Wochenende

Am Wochenende ist in der Regel eine Selbsthilfegruppe zu Besuch und stellt ihre Arbeit vor. Sie sind eingeladen, an den Selbsthilfegruppenbesuchen teilzunehmen. An Ihrem ersten Wochenende

bei uns nehmen Sie an einem Einführungstraining teil. Ansonsten bedeutet das Wochenende für Sie Freizeit und (ab der dritten Behandlungswoche) die Möglichkeit, Besuch zu empfangen.

Zahnbehandlung

Bitte schließen Sie Ihre Zahnsanierung vor Behandlungsbeginn ab.

Zeitungen

Zeitungen können Sie am Kiosk kaufen, mehrere Exemplare der regionalen Tageszeitung stehen in der Cafeteria zur freien Verfügung.

Zimmer

Unsere Patienten wohnen ausschließlich in Zweibettzimmern. Alle Zimmer verfügen über Dusche, WC sowie Telefon.



Die Kliniken

Das MEDIAN Rehasentrum Daun behandelt Patienten mit einer Alkohol und/oder Medikamentenabhängigkeit, Patienten, bei denen zusätzlich ein Pathologischer PC-/Internetgebrauch vorliegt sowie Patienten mit Glücksspielsucht. Das MEDIAN Rehasentrum Daun Am Rosenberg und Thommener Höhe liegen in Daun bzw. in Darscheid und damit im Herzen der walddreichen und idyllischen Vulkaneifel.

Die Patienten wohnen in Doppelzimmern mit Telefon, separatem Dusch-Bad und WC. Die Unterbringung erfolgt in Wohngruppen im Rahmen einer Bezugsgruppe. Zur Nutzung stehen außerdem jeweils eine Cafeteria, Aufenthalts- und Fernsehräume sowie Fitnessraum und Sporthalle zur Verfügung. In der MEDIAN Klinik Am Rosenberg gibt es außerdem einen großzügig

angelegten Wellnessbereich, der von Patienten der beiden MEDIAN Kliniken Am Rosenberg und Thommener Höhe genutzt werden kann. Beide Häuser liegen sehr ruhig inmitten von Wäldern und Wiesen.

Das MEDIAN Rehasentrum Daun Am Rosenberg

Die Klinik liegt oberhalb der Kreisstadt Daun mit einem wunderbaren Blick über die romantische Eifellandschaft. Der Stadtkern von Daun ist in wenigen Gehminuten erreichbar. Zahlreiche Einkaufsmöglichkeiten sind vorhanden. Das Kultur- und Freizeitangebot der Stadt Daun ist abwechslungsreich. Wenn Ihre Behandlung in der MEDIAN Klinik Am Rosenberg vorgesehen ist, werden Sie zunächst in der MEDIAN

Klinik Thommener Höhe in Darscheid aufgenommen, wo sich die gemeinsame Aufnahmestation der beiden Kliniken befindet. Nach Abschluss der Aufnahmephase (sieben Tage) werden Sie zur MEDIAN Klinik Am Rosenberg verlegt und setzen hier die Therapie in Ihrer Bezugsgruppe fort.

Das MEDIAN Rehasentrum Daun Thommener Höhe

Im MEDIAN Rehasentrum Daun Thommener Höhe werden seit 1974 alkohol-, medikamenten- und mehrfachabhängige Frauen und Männer aus der ganzen Bundesrepublik behandelt. Die Klinik liegt mitten im Wald in der landschaftlich eindrucksvollen Vulkaneifel an der Bundesstraße zwischen Daun und Ulmen, fünf Minuten

von der Autobahnausfahrt Daun / Darscheid entfernt. In der MEDIAN Klinik Thommener Höhe befindet sich die gemeinsame Aufnahmestation des MEDIAN Reha zentrums Daun. Hier beginnt Ihr erster Schritt in Richtung Abstinenz.



Therapie

Bei uns sind Sie mit Ihrer Suchterkrankung genau richtig. Das MEDIAN Reha-Zentrum Daun, mit den Kliniken Am Rosenberg und Thommener Höhe, können auf eine 35- bzw. 45-jährige erfolgreiche therapeutische Arbeit zurückblicken und bieten ein breites Spektrum an Behandlungsmöglichkeiten an. Unsere Methoden der Verhaltensmedizin und der Verhaltenstherapie sind wissenschaftlich erprobt und werden ständig weiterentwickelt. Wir kümmern uns dabei um den ganzen Menschen. Wir nehmen sowohl Ihre körperlichen als auch Ihre seelischen Belastungen ernst und zeigen durch verschiedene Therapieangebote Wege auf, wie Sie gesünder, ausgeglichener und vor allem abstinent leben können. Im Mittelpunkt steht das Ziel, Ihnen durch den Abstand zu den alltäglichen



Belastungen ausreichend Gelegenheit zu geben, Ihre persönliche Geschichte der Suchterkrankung zu betrachten und verstehen zu lernen. Ihre Krankheit ist schließlich nicht von heute auf morgen entstanden.

Neu und entscheidend ist der Entschluss, etwas dagegen zu unternehmen. Wir suchen mit Ihnen nach den körperlichen, seelischen und sozialen Ursachen. Unser Ziel ist es, Sie zum „Experten Ihrer Gesundheit“ zu machen. Vom ersten Tag an werden Sie bereits auf die Zeit nach Ihrem Klinikaufenthalt vorbereitet. Sie lernen, was Sie tun können, um ohne Suchtmittel leben zu

können. Bei jedem Einzelnen nimmt der Therapieverlauf einen eigenen, individuellen Weg, den wir gemeinsam erarbeiten und umsetzen.

Zunächst werden alle Patienten mit Abhängigkeitserkrankungen, für die eine Therapie in der MEDIAN Klinik Thommener Höhe bzw. Am Rosenberg vorgesehen ist, auf der gemeinsamen Aufnahmestation in der Thommener Höhe aufgenommen: Hier erfolgt eine gründliche Analyse Ihrer persönlichen Lebenssituation unter Berücksichtigung Ihrer sozialen, gesundheitlichen und beruflichen Voraussetzungen. Diese Aufnahmephase dauert eine Woche.

In dieser ersten Woche findet eine detaillierte medizinische und psychologische Aufnahmediagnostik statt. Auf dieser Grundlage werden im Austausch mit Ihnen erste Therapieziele entwickelt und ein vorläufiger individueller Behandlungsplan erstellt. Wir informieren Sie rund um Ihre Erkrankung und nehmen uns Zeit, mit Ihnen zusammen Ihre persönliche Ausgangssituation zum Zeitpunkt der Aufnahme im MEDIAN Rehaszentrum Daun zu bestimmen.

Ihnen bietet diese erste Woche darüber hinaus die Möglichkeit, erst einmal zur Ruhe zu kommen und sich zu orientieren. In der Aufnahmegruppe können Sie erste Erfahrungen austauschen und beginnen, sich einige für Sie wesentlichen Fragen zu stellen: Kann ich mir ein Leben ohne mein Suchtmittel vorstellen? Wie soll mein Leben nach der Therapie

aussehen? Welche Veränderungen sind notwendig? Nach Abschluss des einwöchigen Aufnahmeprogramms setzen Sie

dann Ihre Therapie in Ihrer Bezugsgruppe Am Rosenberg oder in der Thommener Höhe fort.

Anfahrt



