



Behandlungsangebote



AHG Klinik Waren
Psychosomatisches Behandlungs-
zentrum an der Müritz



Hilfe bei Traumatisierung

Stationäre Behandlung seelischer Traumata
in der AHG Klinik Waren

Wenn die Seele verletzt wird

Es gibt furchtbare Erlebnisse, die unsere Seele nicht ohne Hilfe bewältigen kann: Unfälle und Naturkatastrophen, bei denen Menschen getötet oder schwer verletzt werden, sowie körperliche und sexuelle Gewalt wie Kriege, Überfälle und Vergewaltigungen. Wer Opfer oder Zeuge eines solchen Geschehens wird, kann ein seelisches Trauma erleiden. Die unmittelbaren Folgen einer seelischen Verletzung können ganz unterschiedlich sein: Schock, Angst, Wut, Verzweiflung, Überaktivität, aber auch Rückzug und Depression. Manchmal ist die Seele in der Lage, das Trauma selbst zu verarbeiten. In vielen Fällen verschwinden die Symptome jedoch nicht, sondern verschlimmern sich sogar. Es entwickelt sich eine posttraumatische Belastungsstörung.

Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung

In quälenden Albträumen und so genannten Flashbacks durchlebt man das traumatisierende Erlebnis wieder und wieder. Plötzlich ist die Angst wieder da, die Ohnmacht, die Wut und andere negative Gefühle. Instinktiv versucht man alle Dinge zu meiden, die mit dem Erlebnis in Verbindung stehen, wie zum Beispiel bestimmte Orte und Menschen oder Gesprächsthemen, Gedanken und Gefühle, die an das Geschehen erinnern. Schlaflosigkeit, Reizbarkeit, Schreckhaftigkeit, übermäßige Wachsamkeit und sexuelle Probleme können weitere Symptome einer Traumatisierung sein. Wenn die seelische Verletzung von anderen Menschen verursacht wurde, wird zudem oft das Selbstwertgefühl zerstört und das Vertrauen in andere Menschen erschüttert.

Lang zurückliegende Erlebnisse

Nicht selten treten Folgestörungen erst Jahre nach traumatisierenden Erlebnissen auf. Wenn das Trauma in der Kindheit passiert ist (Vernachlässigung, Gewalt, Missbrauch) oder sich wie bei häuslicher Gewalt über einen langen Zeitraum erstreckt hat, werden die Symptome oft sehr spät durch scheinbar harmlose Anlässe ausgelöst. Hierbei handelt es sich meist um eine so genannte komplexe posttraumatische Belastungsstörung.



Behandlung eines seelischen Traumas

Wenn ein seelisches Trauma ein normales Leben unmöglich macht, muss es behandelt werden. Die AHG Klinik Waren hat sich auf die Behandlung traumatisierter Menschen spezialisiert und hilft ihnen das Erlebte zu verarbeiten.

In der Traumatherapie kann man drei Phasen unterscheiden, die nach ausführlicher Diagnostik und Psychoedukation durchlaufen werden.

1. Stabilisierung des Patienten

Zunächst wird eine Atmosphäre der Sicherheit und des Vertrauens geschaffen. Dazu gehört der Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Patient und Therapeut. Techniken zur Selbstregulation und Selbstberuhigung sowie zur Linderung der Symptome werden vermittelt. Bestimmte Patienten üben im so genannten Skills-Training Techniken ein, die ihnen helfen, auf ihre Stimmungen zu achten, Frühwarnsignale zu erkennen und starke Gefühlsschwankungen besser zu kontrollieren. Dies erhöht ihre Stabilität und Selbstkontrolle und hilft ihnen, mit den Symptomen umzugehen.

2. Traumaverarbeitung

Wenn Patient und Therapeut die erste Phase für abgeschlossen erachten und der Patient ausreichend stabilisiert ist, wird das Trauma in kleinen Schritten mit therapeutischer Unterstützung nach und nach verarbeitet. Im Bewusstsein völlig geschützt und sicher zu sein, soll sich der Patient dabei an die traumatischen Erlebnisse erinnern, sie erzählen oder aufschreiben.

In der AHG Klinik Waren kann neben kognitiv-behavioralen Methoden und Imaginationsverfahren in dieser Phase auch EMDR*, eine sehr erfolgreiche Behandlungsmethode, angewendet werden.

*Eye Movement Desensitization and Reprocessing

3. Integration in die persönliche Entwicklung

In der dritten Behandlungsphase wird an Trauer und einer Neubewertung des Traumas gearbeitet. Es soll als eine nicht mehr rückgängig zu machende Erfahrung akzeptiert werden. Der Patient soll Verluste verarbeiten und soziale und berufliche Zukunftsperspektiven aufbauen.

Weitere Therapiebausteine

Je nach Diagnose und Behandlungsverlauf kommen weitere Therapiebausteine zum Einsatz:

- Problemlösegruppe
- Skills-Training
- Training sozialer Kompetenzen
- Entspannungstraining und Achtsamkeitsschulung
- Sport- und Ergotherapie
- Soziotherapie
- Angehörigengespräche
- Tanztherapie

Persönliche Betreuung

In der AHG Klinik Waren hat jeder Patient einen Bezugstherapeuten, mit dem er die einzeltherapeutischen Gespräche führt und den Behandlungsverlauf plant.

Selten kann die Behandlung im Rahmen eines stationären Aufenthalts abgeschlossen werden. Die Ärzte und Therapeuten der AHG Klinik Waren beraten die Patienten deshalb intensiv zu Fragen der Nachsorge und der ambulanten Weiterbehandlung.

Wenn Sie Fragen zur Behandlung haben, wenden Sie sich an die Leitende Psychologin der Klinik:

→ Sabine Krengel (fon 0 39 91.635-420).

Wegweiser in die Behandlung

Die Behandlung in der AHG Klinik Waren kann nur erfolgen, wenn die Kosten von der Rentenversicherung, der Krankenkasse oder einem anderen Kostenträger übernommen werden oder der Patient die Behandlung selbst bezahlt.

Der Gesetzgeber hat die Voraussetzungen geschaffen, dass Menschen, die unter den hier beschriebenen Symptomen leiden, so früh wie möglich Hilfe erhalten können.

Der folgende Wegweiser soll Ihnen bei der Antragstellung helfen:

1. Gehen Sie zu Ihrem Arzt

Besprechen Sie mit Ihrem Haus- oder Facharzt die Möglichkeiten einer stationären Behandlung.

2. Stellen Sie einen Antrag auf Kostenübernahme

In der Regel muss der Antrag bei der zuständigen Rentenversicherung gestellt werden. Rentner, Hausfrauen und Selbstständige stellen den Antrag bei ihrer Krankenversicherung, Beamte bei der zuständigen Beihilfe und/oder der privaten Krankenkasse. Falls die Erkrankung berufsbedingt ist, kann auch die Berufsgenossenschaft die Kosten übernehmen.

Bringen Sie in Erfahrung, wer für Sie zuständig ist. Gehen Sie am besten persönlich zu Ihrem Kostenträger und nutzen Sie die Beratungsmöglichkeiten.

Sie erhalten beim Kostenträger auch ein Formular für den Arzt, in dem er den Befundbericht eintragen muss. Geben Sie die ausgefüllten Formulare zusammen mit dem Befundbericht des Arztes bei Ihrem Kostenträger ab.

3. Wählen Sie Ihre Wunschklinik

Im Antrag auf Kostenübernahme können Sie die Klinik, in der Sie behandelt werden möchten, angeben. Die AHG Klinik Waren hat Verträge mit zahlreichen Kostenträgern geschlossen, sodass eine Behandlung in der AHG Klinik Waren in den meisten Fällen möglich ist.

4. Informieren Sie sich über den Therapiebeginn

Wenn Ihr Antrag bewilligt wurde, können Sie sich bei der AHG Klinik Waren über den möglichen Aufnahmetermin informieren. Wenn die Kostenerstattung durch eine Beihilfe oder eine private Krankenversicherung erfolgen soll, ist eine vorherige Absprache des Aufnahmetermins erforderlich.

Für Fragen stehen Ihnen unsere Aufnahmesekretärinnen
→ Inge Schade (fon 0 39 91.635-406)
und
→ Heidrun Marx (fon 0 39 91.635-410)
gern zur Verfügung.



AHG Klinik Waren
Psychosomatisches Behandlungszentrum an der Müritz

Am Kurpark 1
17192 Waren (Müritz)
fon: 0 39 91.635-400
fax: 0 39 91.635-404
waren@ahg.de
www.ahg.de/Waren