

Zur Station

Die Station hält 12 Behandlungsplätze in Zweibett-Zimmern bereit. Den Patienten stehen ein Aufenthaltsraum, ein Gruppenraum, die Bibliothek und eine Gartenanlage zur Nutzung der therapiefreien Zeit zur Verfügung.

Die Station ist technisch mit der Möglichkeit zu Video-Feedback ausgerüstet.

Unser multiprofessionelles Behandlungsteam besteht aus Ärzten, Psychologen sowie Gesundheits- und Krankenpflegern mit Sozialpsychiatrischer Weiterbildung. Außerdem gehören Sozialpädagogen, Physiotherapeuten und Ergotherapeuten zu unserem Team.



Medizinische Hochschule Hannover

Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie

Behandlungsangebot

Station 51a

Verhaltenstherapeutische Psychotherapie von Depression, Angst und Zwang

Medizinische Hochschule Hannover

Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie
Carl-Neuberg-Straße 1
30625 Hannover
Telefon: 0511 532-0

www.mh-hannover.de
www.mhh-psychoatrie.de

Prof. Dr. med. Stefan Bleich
Stand: März 19
Version 1.0

Bereich für Affektive Störungen

Prof. Dr. med. Kai G. Kahl
Geschäftsführender Oberarzt

Aufnahmemanagement

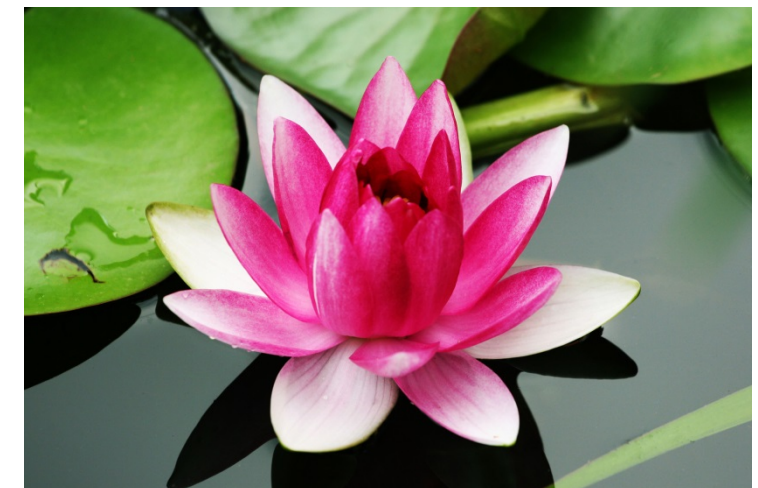
Andreas Wessels, Tel.: 0511 532 5408

Die Aufnahme der Patienten erfolgt durch die Vermittlung und Überweisung von niedergelassenen Allgemeinärzten, Psychiatern, Psychotherapeuten, Nervenärzten, psychiatrischen Kliniken sowie Kliniken anderer Fachrichtungen.

Vorgespräche werden nach vorheriger Terminabsprache vor Ort geführt.

Bitte bringen Sie eine **fach-/hausärztliche Überweisung** sowie Ihre **elektronische Versichertenkarte** mit.

Ihr Weg zu uns



Das spezialisierte Behandlungsangebot

richtet sich an Menschen, die an einer Depression, Angst- oder Zwangserkrankung leiden.

Die Depression zählt zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Nahezu jeder achte Bundesbürger erlebt im Laufe seines Lebens eine Depression. Bei etwa einem Viertel verläuft die Erkrankung chronisch. Depression kann erhebliche Auswirkungen auf die Familie und den Beruf haben.

Typische Beschwerden sind eine lange bestehende, gedrückte oder ängstliche Stimmung, Reizbarkeit und Antriebsarmut, verbunden mit dem Gefühl, nicht mehr belastbar zu sein. Sorgen gehen häufig nicht mehr aus dem Kopf und können sich zu hartnäckigem Grübeln steigern. Die Konzentrations- und Merkfähigkeit kann eingeschränkt sein und es bestehen Schlafstörungen, Veränderungen des Appetits und Verlust des Vitalitätsgefühls.

Bei Angst- und Zwangserkrankungen stehen intensive Blamage-Ängste, Panikattacken oder schwer unterdrückbare Gedanken und Handlungen im Vordergrund.

Angehörigengruppe

Angehörige leiden häufig mit den Erkrankten mit. In der Gruppe werden Informationen zum Krankheitsbild und praktische Hilfestellungen vermittelt.

Chi Gong

Diese körperliche Aktivität ermöglicht es auf der physischen und psychischen Ebene Gesundheit und Balance zu erlangen. Fitness und Entspannungskompetenz werden gleichermaßen erworben. Patienten werden gebeten, zur Aufnahme bequeme Sportkleidung mitzubringen.

Depressionsgruppe

In dieser Gruppentherapie wird ausführlich über das Krankheitsbild Depression informiert. Es werden Fähigkeiten aufgebaut, die Symptome der Depression zu kontrollieren und sich wieder mit der Umwelt verbunden zu fühlen.

Ernährungsberatung

Eine ausgewogene und regelmäßige Ernährung unterstützt den Prozess der Gesundung. Eine Ernährungsberatung wird bei Bedarf angeboten.

Ergotherapie

Das Angebot findet in Kleingruppen statt. Inhalte der Therapie sind kreative, handwerkliche und künstlerische Techniken mit unterschiedlichen Materialien und Aufgaben. Die regelmäßige Reflexion von Handeln und Erleben ermöglicht den Patienten Defizite, Verbesserungen und Veränderungen wahrzunehmen.

Genuss- und Aktivitätstraining

In dieser Gruppe lernen Patienten, ihre Wahrnehmung zu verbessern und ihre fünf Sinne aktiv für das bewusste Genießen positiver Erlebnisse zu gebrauchen. Ergänzt wird das Trainingsprogramm durch aktivierende Gruppenübungen im außerstationären Rahmen.

Gruppentraining sozialer Kompetenz

Zwischenmenschliche Beziehungen positiv zu gestalten ist ein wichtiges Therapieziel und hilft Depression zu überwinden. In der Gruppe werden Fähigkeiten trainiert, die eine verbesserte Kommunikation und ein verbessertes Selbstwertgefühl ermöglichen.

Individuelle Einzeltherapie und Co-Therapie

Alle Patienten werden durch einen ärztlichen oder psychologischen Psychotherapeuten und einen krankenschwermittlerischen Co-Therapeuten betreut.

Medizinische Versorgung

Bei der Aufnahme wird eine ausführliche medizinische Untersuchung durch einen Arzt durchgeführt. Körperliche Erkrankungen werden in enger Zusammenarbeit mit allen Fachdisziplinen behandelt.

Physiotherapie

Körperliche Aktivierung schützt vor körperlichen Erkrankungen wie Diabetes und Osteoporose. Körperliche Aktivität ist auch ein schützender Faktor vor Depression und Angst. Patienten werden gebeten, zur Aufnahme auf die Station geeignete Sportschuhe und regenfeste Sportkleidung mitzubringen.

Paar- und Familiengespräche

Auf Wunsch des Patienten werden Familienangehörige und Partner in den Therapieprozess mit einbezogen.

Progressive Muskelentspannung

Systematisches Erlernen eines Entspannungsverfahrens unter besonderer Berücksichtigung der mit einer Depression verbundenen Probleme.

Soziale Arbeit

Information, Beratung und Unterstützung in sozialen und beruflichen Angelegenheiten sind Inhalt sowohl in der Einzelberatung als auch in der Gruppe. Dadurch soll die Rückkehr in das soziale Umfeld erleichtert und die Eigenständigkeit in allen Lebensbereichen gefördert werden.

Stresspräventionstraining

Psychische Symptome entstehen häufig im Zusammenhang mit Stress und mangelnder Erholung. Ziel dieser Gruppentherapie ist das Erlernen von individuellen Techniken zur Stressreduktion.

Supervision

In einer Fallsupervision werden mit einem Patienten und allen mitbehandelnden Berufsgruppen Therapieziele erarbeitet, besprochen und überprüft.

Therapeutische Realitätserprobung

Wiederherstellung von Kompetenzen zur Bewältigung alltäglicher Lebenssituationen, Aufbau angenehmer Freizeitaktivitäten und Förderung individueller Ressourcen außerhalb der stationären Therapie.

Qualitätssicherung

Durch den Einsatz klinisch bewährter Messinstrumente wird die Qualität der Behandlung kontinuierlich überprüft.