



Rottal Inn Kliniken

Psychosomatische Fachklinik Simbach



Behandlungsschwerpunkt Psychosomatische Schmerztherapie

Psychosomatische Fachklinik
Simbach am Inn

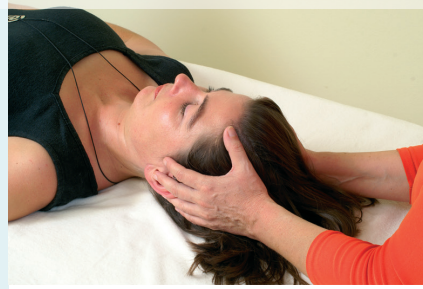


Unser Konzept

Unser Angebot richtet sich an Patienten, die unter **chronischen Schmerzen** leiden und dadurch eine wesentliche Einschränkung ihrer Lebensqualität erfahren müssen. Oft hatten vorausgehende Therapien keinen ausreichenden Erfolg

Die neurobiologische Forschung der letzten Jahre hat gezeigt, dass es mehrere Schmerznetzwerke in unserem Gehirn gibt. Diese überlappen sich teilweise und werden auch von emotionalen Faktoren beeinflusst. Daher haben wir ein Konzept entwickelt, das somatische und psychologische Therapiemöglichkeiten integriert.

Im Unterschied zur ambulanten Psychotherapie oder den Rahmenbedingungen der psychosomatischen Rehabilitation arbeiten wir mit einer hohen Behandlungsdichte und -intensität. Die Behandlung orientiert sich - anders als bei der multimodalen Schmerztherapie - weniger an der Symptomatik als an den ursächlichen tieferen Kräften. Ein Zeitrahmen von 5 – 6 Wochen ermöglicht tiefgreifende Veränderungsprozesse.



Therapeutisches Verständnis

Es geht uns um eine ausgewogene Balance zwischen der „sprechenden Medizin“, speziellen psychotherapeutischen Methoden und medikamentöser, physikalischer, bewegungstherapeutischer und ggf. naturheilkundlicher Behandlung.

Dabei liegt unser Schwerpunkt auf einer lösungs- und ressourcenorientierten Vorgehensweise, wobei Einflussmöglichkeiten und Bewältigungsstrategien für das Schmerzerleben erkannt und verankert werden.

Da bei vielen PatientInnen häufig schon mehrere unbefriedigende oder erfolglose Behandlungsversuche unternommen wurden, liegt unsere Zielsetzung in einer aktiveren Schmerzverarbeitung bzw. einem besseren Umgang mit den Schmerzen.

Insbesondere die sensible Abstimmung der mehrfach wöchentlich stattfindenden Einzeltherapie mit den unterschiedlichen Gruppentherapien hat sich als besonders effektiv erwiesen. Seit vielen Jahren können wir – durch Nachbefragungen gesichert – sehr gute Therapieergebnisse erzielen.





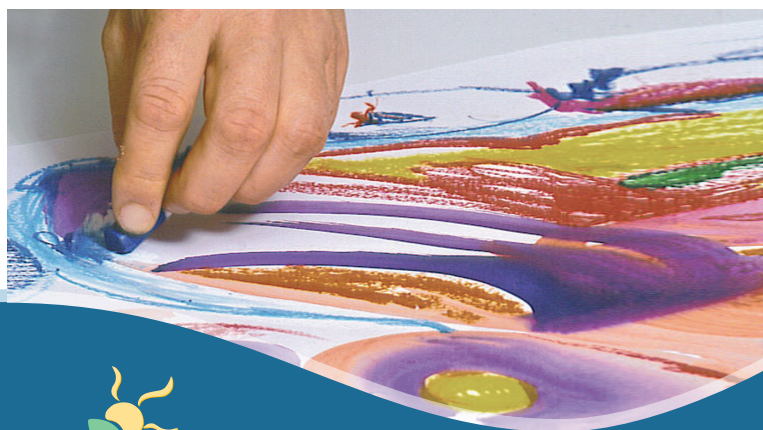
Wir haben zwei Behandlungsmöglichkeiten entwickelt:

- In einem niederschweligen Zugang können Patienten, die bisher noch keine psychosomatisch-psychotherapeutischen Behandlungsversuche unternommen haben, in ca. einer 4wöchigen, psychoedukativ geprägten Schmerzgruppe ein tieferes Verständnis über die komplizierten Wechselwirkungen von biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren erarbeiten.
- Falls schon Erfahrungen mit einer psychosomatischen Behandlung gemacht wurden oder der Wunsch nach einer intensiven psychotherapeutischen Behandlung besteht, ist die Teilnahme an unserer neu etablierten Intensivgruppe indiziert. In dieser kann die individuelle Schmerzentstehung und -verarbeitung ausführlich bearbeitet werden. Die verschiedenen Therapiebausteine werden dabei individuell aufeinander abgestimmt.

Therapeutische Haltung

In einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung, in der wir den Patienten wertschätzend, empathisch und auf Augenhöhe begegnen, erarbeiten wir gemeinsam ein psychosomatisches Grundverständnis der Beschwerden und entwickeln Strategien zur Steigerung der Autonomie und Gestaltungsmöglichkeiten im Umgang mit den Schmerzen.

Durch die Einbeziehung der verschiedenen Sinneskanäle (Sehen, Hören, Tasten, Körperwahrnehmung) werden oft verdrängte, belastende Ereignisse und Erfahrungen erinnert und können verarbeitet werden. Zwischenmenschliche Probleme werden nicht durch Techniken gelöst, sondern durch innere Bewältigung. Im Therapieverlauf erfolgt eine Auseinandersetzung mit der seelischen Selbstorganisation. In Gruppentherapien können insbesondere zwischenmenschliche Belastungen bei der Symptomentstehung gemeinsam geklärt werden.



In den körperorientierten Psychotherapien

werden wichtige nichtsprachliche Erlebens- und Ausdrucksformen aktiviert und bearbeitet. Zusammenhänge zwischen unterdrückten Gefühlen und Beziehungsepisoden („Reiß Dich zusammen“) können erkannt und andere Möglichkeiten des Umgangs mit Emotionen erprobt werden.

Die Therapiebausteine werden gut aufeinander abgestimmt: Einzelgespräche, Gesprächs-(Schmerz-)gruppe, Körperpsychotherapie, Kunst- und Gestalttherapie, Bewegungstherapie, Biofeedback, Balneo-physikalische Maßnahmen, Entspannungsverfahren, Imaginationsübungen, medizinische und ggf. naturheilkundliche Behandlung.

Häufig ist die Einbeziehung des Partners und/oder von Familienangehörigen sinnvoll und hilfreich.



Die vielfältigen Kontakt- und Kommunikationsmöglichkeiten innerhalb der Patientengemeinschaft tragen zu einer Wiederbelebung häufig unterdrückter Lebensimpulse und zur Aktivierung vorhandener, aber verborgener Kraftquellen bei.

Die Teilnahme an SNS (Synergetisches Navigationssystem) per PC oder Smartphone öffnet - unter therapeutischer Begleitung - den Zugang zu einer tieferen Wahrnehmung körperlicher und seelischer Prozesse und dient der individuellen Steuerung der therapeutischen (Fort-)Schritte. Damit ist auch eine zeitnahe Überprüfung des voranschreitenden Therapieprozesses möglich. Dieses Therapiemodul kann bereits im Vorfeld im Rahmen unserer Institutsambulanz etabliert und nach dem Aufenthalt bei uns fortgesetzt werden.

In den vergangenen Jahren haben Patienten mit folgenden Beschwerden in besonderer Weise von unserem Schmerzkonzept profitiert:

- Schmerzen des Rückens u. d. Bewegungsapparates
- Kopf- und Gesichtsschmerzen
- Schmerzen im Bauchraum
- Ganzkörperschmerzen

In einem prästationären Gespräch können Fragen zur Therapie vorab beantwortet werden und bereits eine individuelle Planung des therapeutischen Prozesses erfolgen.





So finden Sie uns:

Psychosomatische Fachklinik

Simbach am Inn

Plinganser Straße 10

84359 Simbach am Inn

Tel. 08571 980-7611

Fax: 08571 980-7609

E-Mail: psychosomatik@rottalinnkliniken.de

www.rottalinnkliniken.de



Chefarzt
Dr. med. Jürgen Gosda



Psychologische
Schmerztherapeutin
Magª Oksana Blotni

