

KLINIK FÜR PSYCHOSOMATIK



**Rehabilitations- &
Präventionszentrum
Bad Bocklet**

GESUNDHEIT GENIESSEN



Das Rehabilitations- und Präventionszentrum in Bad Bocklet ist eine multidisziplinär aufgebaute und interdisziplinär arbeitende moderne Rehabilitationsklinik mit großzügigen räumlichen und hervorragenden strukturellen Gegebenheiten. Unter dem Motto „gesund werden, gesund bleiben“ bieten wir eine hohe Behandlungs- und Betreuungsqualität. Zahlreiche nicht invasive, diagnostische und therapeutische Verfahren sind im Hause etabliert. Mit Erfahrung und Wissen wollen wir Sie auf Ihrem Weg zu Gesundheit, verbesserter Leistungsfähigkeit, gesteigertem Wohlbefinden und beruflicher Wiedereingliederung mit allen Kräften unterstützen, nach dem Motto: **„Finde Deinen Weg“**.

BEHANDLUNGSSPEKTRUM

In der Psychosomatischen Klinik Bad Bocklet werden Rehabilitations- und Sanatoriumsbehandlungen sowie Präventionsmaßnahmen für Patienten mit psychischen bzw. psychosomatischen Störungen durchgeführt. Aufgenommen werden Versicherte der Rentenversicherung, der gesetzlichen und privaten Krankenkassen (einschließlich aller Beihilfeberechtigten) und Selbstzahler. Hinzu kommen Teilnehmer betrieblicher Präventions- und Gesundheitsangebote von z. B. Polizei, Feuerwehr, Bundeswehr und Bundeskriminalamt.

Diagnostik und Therapie werden von einem multidisziplinären Team aus erfahrenen Ärzten verschiedenster Fachrichtungen, von klinischen Psychologen, Ergo-, Sport- und Physiotherapeuten, Sozialarbeiter sowie Krankenpflegekräften durchgeführt. Der Therapieplan wird individuell nach Behandlungsschwerpunkten und gemeinsam erarbeiteten Reha-Zielen abgestimmt.

Durch die enge Zusammenarbeit mit unserer internistischen, orthopädischen und urologischen Klinik wird bei Bedarf und Möglichkeit hier auch interdisziplinär behandelt.



Chefarzt

Dr. med. univ. D. Karagülle

- Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
- Suchtmedizinische Grundversorgung

Privatsprechstunde nach Vereinbarung

Sekretariat

Tel. (09708) 79-4491

Aufnahmeabteilung

Das Team der Aufnahmeabteilung ist für Sie da unter Telefon (09708) 79-3493

INDIKATIONEN

- Depressive Störungen verschiedener Ursachen
- Erschöpfungs-, Burnout- oder Bore-out Syndrome
- Reaktive („Anpassungs-“) Störungen nach Belastungen und Traumata
- Berufliche Belastungsstörungen, Mobbing
- Anhaltende Trauerreaktionen
- Angststörungen jeglicher Art
- Zwangsstörungen
- Verhaltensstörungen, auch als Folge schwerer organischer Erkrankungen
- Chronische Rücken- und Kopfschmerzstörungen
- Somatoforme (Schmerz-) Störungen
- Somatisierungsstörungen
- Migräne, Spannungskopfschmerzen
- Posttraumatische Belastungsstörungen, Traumafolgestörungen
- Essstörungen, Adipositas, Bulimie und Binge Eating

Nebenindikationen, Kombinationen und Wechselwirkungen mit Krankheitsbildern der anderen Fachgebiete: Innere, Orthopädie, Urologie, Geriatrie, Onkologie

- Diabetes mellitus
- Bluthochdruck
- Schlafapnoe
- Chronischer Tinnitus
- Asthma bronchiale
- Alle Schmerzzustände der Wirbelsäule und der Extremitäten bei degenerativen Erkrankungen, Arthrosen, Bandscheibenerkrankungen, Muskelverspannungen, Fibromyalgie-Syndrom

KONTRA-INDIKATIONEN

Gründe, die gegen eine Behandlung sprechen

- Akute Psychosen und psychotische Störungen aus dem schizophrenen Formenkreis
- Floride Manien
- Akute Suizidalität
- Manifeste Süchte (Alkohol, Medikamente, Drogen u. ä. ohne Abstinenzmöglichkeit)
- Massive Störungen der Impulskontrolle, Dissozialität
- Ausgeprägte Persönlichkeitsstörungen
- Deutliche Intelligenzminderung oder Demenz
- Schwere Form der Anorexia nervosa
- Blindheit
- Pflegebedürftigkeit
- Fehlende Deutschkenntnisse



REHABILITATIONSZIELE

Erreichbare Rehabilitationsziele werden vor dem Hintergrund eines ganzheitlichen psycho-somatischen Krankheitsverständnisses und anhand eines bio-psycho-sozialen Gesundheitsmodells mit den Patienten gemeinsam konkret erarbeitet. Patient und Therapeut begegnen sich dabei auf gleicher Höhe als Partner im Reha-Prozess. Die Ziele werden ständig mit dem Patienten und dem gesamten Behandler-Team reflektiert und gegebenenfalls angepasst. Dies geschieht insbesondere mit Blick auf die künftige Gestaltung der individuellen und sozialen Lebens- und Arbeitsverhältnisse unter Berücksichtigung der Kontextfaktoren mit Barrieren und Ressourcen. Anschließend werden therapeutische und rehabilitative Maßnahmen gemeinsam entwickelt, der Patient motiviert, zum Experten seiner Erkrankung zu werden und Selbstverantwortung für seine Gesundheit zu übernehmen.

Der Patient erlebt Selbstwirksamkeit und Erfolgserlebnisse. Die Ich-, Autonomie- und Selbstentwicklung wird damit gefördert. Ein Schwerpunkt ist die medizinisch-berufliche Orientierung (MBOR) mit gezielter Beratung und wenn möglich auch Einleitung beruflicher Rehabilitation zur weiteren sozialen und beruflichen Re-Integration des Rehabilitanden mit dem Ziel:

**„Finde Deinen Weg zur Ausgewogenheit und Ausgeglichenheit – zu Deiner inneren Mitte!
Sei im Einklang mit Familie, Beruf und Dir selbst“.**



DIAGNOSTIK

Grundlagen der Diagnostik sind vor allem eingehende diagnostische Gespräche mit dem zuständigen Arzt und dem Psychologen/Psychotherapeuten. Einbezogen werden neben einer biographischen Anamnese Verhaltensbeobachtung, Verhaltensanalyse und psychodynamische Überlegungen unter ständiger Würdigung von Übertragung und Gegenübertragung, sowie psychologische Testdiagnostik und ergotherapeutische Belastungserprobungen. Nötigenfalls wird ergänzend eine Fremdanamnese erhoben.

Hinzu kommen: körperliche Untersuchung, Abklärung notwendiger Laborwerte, bedarfsweise EKG und Lungenfunktionsprüfung, Schlafapnoe-Screening. In regelmäßigen Chef- bzw. Oberarztvisiten zu Beginn und Ende der Reha werden diagnostische und sozialmedizinische Aspekte vertieft. Dies geschieht in den täglichen interdisziplinären Teamgesprächen der Psychosomatischen Klinik, an denen Ärzte, Psychologen, Sozialarbeiter, Pflegekräfte und Ergo-/Kreativtherapeuten teilnehmen. In somatischer Hinsicht stehen sämtliche moderne Untersuchungstechniken und Labordiagnostik der internistischen, urologischen und orthopädischen Abteilungen zur Verfügung im engen fachlichen Austausch.

Fachübergreifende Konsile
durch Internisten, Orthopäden,
Urologen, Psychiater, Sozialdienst

Ärztliche und Psychologische Therapien

Psychotherapien: Verhaltenstherapie,
psychodynamische Therapie.
Medikamentöse, manuelle Therapie,
Neuraltherapie.

THERAPIE – BEHANDLUNGSKONZEPT

Im Zentrum der Behandlung steht die psychotherapeutische Begleitung des Patienten durch Bezugstherapeuten in Einzel- und Gruppentherapien und durch das psychosomatische Behandlungsteam zur Umsetzung eines ganzheitlichen und integrativen psychosomatischen Therapiekonzeptes. Zusätzlich beteiligt sind je nach individuellem Bedarf interdisziplinär alle Fachgebiete der Kliniken: Psychiatrie, Psychotherapie, Klinische Psychologie, Orthopädie, Innere Medizin, Urologie, Geriatrie, Physikalische und Rehabilitative Medizin mit Zusatzqualifikationen Sozialmedizin, Sportmedizin und spezielle Schmerztherapie, Naturheilverfahren, Manuelle Medizin, Physikalische Therapie und Balneologie. Diese werden bei Bedarf und Möglichkeit konsiliarisch hinzugezogen.



Die Psychotherapie erfolgt nach methodenintegrativem Ansatz unter Berücksichtigung kognitiv-verhaltenstherapeutischer, systemischer, imaginativer und traumatherapeutischer Ansätze vor maßgeblichem tiefenpsychologisch-psychodynamischem Hintergrund. Angestrebt wird eine Erfassung und nachhaltige Änderung des Lebensstils auf verschiedensten Ebenen mit Vorbereitung der nachhaltigen Umsetzung zu Hause.

Die individuelle Therapie richtet sich maßgeschneidert nach dem Krankheitsbild, den persönlichen Bedürfnissen, Voraussetzungen und Zielen des Patienten. Dies gilt auch für die Teilnahme an den wöchentlichen störungsspezifischen Psychotherapiegruppen, die neben den regelmäßigen Einzelgesprächen stattfinden.



Schwerpunktmäßig werden Gruppenpsychotherapien als allgemeine Bezugsgruppen und als edukative Gruppen entsprechend des Krankheitsbildes angeboten (z. B. Depressions-, Angst-, Stress-, Schmerzbewältigungsgruppen) und wöchentliche Einzeltherapie. Weitere Bestandteile sind Entspannungsgruppen (Autogenes Training, Progressive Relaxation, Qi Gong), Ergo-/Kreativ- und Gestaltungstherapie, Musikalische Entspannung und Achtsamkeitsmeditation. Milieutherapie erfolgt in der therapeutischen Gemeinschaft. Weitere Schulungen und Seminare erfolgen zur gesunden Ernährung und zu sozialen und beruflichen Themen, mit Nutzung aller Möglichkeiten des Sozialversicherungssystems, die zur Lösung von Arbeitsplatzproblemen beitragen.



Therapeutisches Boxen ist geeignet, den Kontakt zu abgewehrten bzw. abgespaltenen aggressiven Anteilen aufzunehmen, so dass diese besser integriert werden können. Aber auch eigene Grenzen werden deutlicher und erleichtern die Gestaltung von Beziehungen. Medizinisch-Berufliche Orientierung in der Rehabilitation (MBOR) erfolgt über Functional Capacity Evaluation-Verfahren (FCE) zur körperlichen Leistungsevaluation, über kognitives Training und weitere psycho-mentale und ergotherapeutische Belastungsproben.

In enger Kooperation erfolgt eine individuelle Sozialberatung, auch in Kooperation mit der Agentur für Arbeit und dem beruflichen Rehaberater der deutschen Rentenversicherung. In somatischer Hinsicht steht ein breites Spektrum der Sport- und Physiotherapien zur Verfügung, soweit es unter Berücksichtigung moderner Leitlinien der schwerpunktmäßigen aktivierenden Behandlung in der Psychosomatik dient.

Bei Bedarf kann eine individuelle Ernährungsberatung erfolgen. Hochwertige Ernährung hat für die Gesundheit höchste Bedeutung. Auf viele Bedürfnisse und diätetische Notwendigkeiten kann die Küche der Klinik eingehen. Kombinierbar ist ein Spezialkonzept für Adipöse (BRITTA) incl. Lehrküche, Esstagebuch, Einkaufstraining.

Besonderes Gewicht wird auf die Festigung erreichter Ziele im Anschluss an die Rehabilitation gelegt. Hierzu erfolgt intensive Aufklärung über Programme, wie z. B. die Psychosomatische Rehabilitationsnachsorge (PSY-RENA) der DRV und Möglichkeiten ambulanter oder teilstationärer Psychotherapie oder der beruflichen Rehabilitation/Wiedereingliederung. Dazu suchen und pflegen wir die Zusammenarbeit mit den Rentenversicherungen, mit Betrieben und Betriebsärzten, Ärzten und Psychologen in Kliniken und Niederlassungen sowie mit Selbsthilfegruppen.



PSYCHOTHERAPEUTISCHE VERFAHREN

- Tiefenpsychologisch fundierte und kognitiv-verhaltenstherapeutische Einzel- und Gruppentherapie
- Systemische Fokal-Therapie
- Klientenzentrierte Psychotherapie
- Vorwiegend stabilisierende und ressourcenaktivierende Traumatherapie unter Einbeziehung imaginativer Techniken
- Themenzentrierte Gruppenangebote (z. B. Depressions-, Schmerz-, Angst-, Stressbewältigungsgruppen, Rauchfrei nach Hause)
- Psychoedukative Ansätze in Einzel- und Gruppenform beim Umgang mit Angst, Schmerzbewältigung, Stressbewältigung am Arbeitsplatz, Abbau von Risikoverhalten, Arbeitsplatzproblemen, Krebserkrankungen, Bluthochdruck, u. ä. m.
- Therapeutisches Boxen
- Entspannungstechniken (Autogenes Training, Progressive Relaxation, Qi Gong, Yoga, Atemgymnastik u. a.)
- Achtsamkeitsmeditation/Körperwahrnehmung
- Ergo- und Kreativtherapie: Einzel- und Gruppenangebote mit interaktionellen und tiefenpsychologischen Gestaltungsaspekten
- MBOR- und PC-Konzentrationsstraining
- Koordinierte Zusammenarbeit aller beteiligten Berufsgruppen mit fachübergreifender Konsiliardiensttätigkeit
- In Kombination mit verschiedensten Sport- und Bewegungstherapien: Rückenschule – Hydro- und Thermotherapien – Elektro- und Ultraschalltherapien – TENS- und Magnetfeldtherapie – Neuraltherapie

Erfolgreiche wissenschaftlich evaluierte neue Therapie-Methoden werden eingesetzt. „Freizeittherapie“ erfolgt mit vielen Angeboten und Anregungen inklusive Musik und Tanz für Genuss und Freude.

Sozialdienst

Schwerbehindertengesetz, Rentenrecht, Kranken- und Pflegeversicherung, Rehabilitation

Begleitende Maßnahmen

- Ernährungsberatung
- Diabetesschulung
- Raucherentwöhnung
- Naturheilverfahren
- Akupunktur/Manuelle Medizin

Gesundheitsbildende Vorträge

- Was ist Psychosomatik?
- Stressbewältigung
- Depressionsbewältigung
- Schmerzbewältigung
- Fibromyalgie
- Osteoporose
- Kardiovaskuläre Risikofaktoren
- Arterielle Hypertonie
- Stoffwechselerkrankung
- Ernährungsberatung
- Psychoonkologie
- ABC der Sozialmedizin
- Wege nach der Reha



QUALITÄTSMANAGEMENT



Internes Qualitätsmanagement

- Definition und regelmäßige Überprüfung von Rehabilitationszielen
- Tägliche Teambesprechungen aller an Diagnostik und Therapie beteiligten Ärzte, Psychologen und Pflegekräfte. Darüber hinaus wöchentliche Besprechungen mit allen Sport-, Physio-, Ergo- und Sozialtherapeuten
- Regelmäßige Stationsarzt- und Facharztvisiten
- Interdisziplinäre Therapiekonferenzen
- Dokumentation von Befunden und Behandlungsabläufen
- Definition von Rehabilitationsergebnissen vor dem Hintergrund der ursprünglichen und reflektierten Ziele
- Auswertung der Patienten-Befragungsbögen

- Regelmäßige interdisziplinäre Weiterbildung durch Vorträge und Konferenzen
- Regelmäßige Optimierung der sozialmedizinischen Leistungsbeurteilung im Rahmen von Peer-Review-Verfahren

Externes Qualitätsmanagement

- Peer-Review-Teilnahme am Qualitätssicherungsprogramm der Deutschen Rentenversicherung
- Zertifizierung des Reha-Zentrums nach DIN EN ISO 9001:2015, QMS-Reha®
- Externe Weiterbildungen: Tagungen, Kongresse, wissenschaftliche Studien
- Externe und interne psychotherapeutische Supervision
- Wissenschaftlicher Beirat des Reha-Zentrums



AMBIENTE WIE IN EINEM HOTEL

Das Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet liegt am Waldrand, ca. 500 m von der Ortsmitte. Die Fassade mit viel Glas bietet herrliche Ausblicke ins Saaletal. Zwei Sonnenterrassen, das Palmenbistro, Kegelbahn, Billard- und Tischtennisraum, großzügige Gesellschaftsräume sowie der Fitnessraum bieten jede Menge Raum zum Wohlfühlen. Ein besonderes Highlight ist die Balthasar-Neumann-Therme mit Finnischer Sauna, Biosauna, Römischer Dampfbad, Erlebnisduschen, diversen Ruhezeiten, z. T. als Wintergarten, sowie dem Stahlwasser-Hallenschwimmbad (30 °C). Alle Zimmer sind mit Dusche/WC, Sat-TV, W-Lan, Telefon und Balkon ausgestattet.

Die Küche bietet mittags abwechslungsreiche 3-Gang- oder 4-Gang-Menüs. Abends isst man vom Büfett, das zuweilen durch bestimmte Themenabende ergänzt wird. Auch Vollwertkost und Diäten bzw. die indikationsgerechten Kostformen sind möglich. Nahrungsmittelunverträglichkeiten werden selbstverständlich berücksichtigt. Wir bieten zudem auch Speisen an, die für eine kohlenhydratreduzierte Ernährung geeignet sind. So können sie zum Mittagessen das *Low Carb* *Carbcocklet* Menü wählen, welches anstelle der Reduktionskost angeboten wird. Am Buffet finden sie morgens sowie abends eine geeignete Auswahl an Lebensmitteln vor.

Auf dem eigenen Tennisplatz oder den zertifizierten Nordic Walking Routen, an denen das Haus liegt, können der Kreislauf in Schwung gebracht und die Muskeln gestärkt werden. Neben sportlichen Aktivitäten unterhalten wir Sie mit Konzerten und attraktiven Freizeitprogrammen. Bei uns parken Sie kostenlos direkt vor dem Rehazentrum.



BAYERISCHES STAATSBAD BAD BOCKLET

Das idyllische Staatsbad ist Teil des Bäderlands Bayerische Rhön und gehört zum Verbund der fünf Bäder im Norden Bayerns. 15 km mit der Postkutsche zu erreichen ist Bad Kissingen. Der kleine Biedermeier-Ort hat sich mit seinen gesunden Quellen seine Beschaulichkeit erhalten können, schmiegt sich sanft an einen Südhang und bietet damit grandiose Aussichten ins Saale-Tal. Der historische Brunnenbau bildet das geografische und gesundheitliche Zentrum des Kurorts und ist eine natürliche Oase der Ruhe. An den liebevoll gestalteten Kurgarten schließt sich der Park an, dieser wiederum geht fast nahtlos in die Saaleauen über, die sich für Freizeitaktivitäten aller Art an der frischen Luft anbieten. In unmittelbarer Nähe lädt auch das historische Schloss Aschach mit seinen Museen zu einem unvergesslichen Besuch ein.

Ein wirklich schönes Fleckchen Erde – um Gesundheit zu genießen!





Rehabilitations- & Präventionszentrum Bad Bocklet



SO FINDEN SIE UNS

Mit der Bahn: Über Würzburg, Fulda oder Gemünden nach Bad Kissingen oder Schweinfurt. Abholung von dort – aber auch von Zuhause – organisieren wir auf Wunsch gerne.

Mit dem Pkw: Über die A7 (Würzburg-Kassel), von Süden Abfahrt Hammelburg/Bad Kissingen; von Norden Abfahrt Bad Kissingen/Oberthulba, von Osten über die A71 Erfurt-Schweinfurt Abfahrt Münnernstadt/Bad Bocklet, dann jeweils der Ausschilderung nach Bad Bocklet folgen.



Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet
Tel. (09708) 79-3493 | Fax (09708) 79-3435
info@rehazentrum-bb.de | www.rehazentrum-bb.de