



AHG Klinik Waren
Psychosomatisches Behandlungs-
zentrum an der Müritz



Wir über uns



Besinnung finden
und zu neuen Ufern aufbrechen

Neue Schritte wagen

Wer wir sind, wer zu uns kommt



— Die AHG Klinik Waren wurde am 01.09.2000 eröffnet. Bis heute wurden bereits über 10 000 Patienten aufgenommen. In unserer Klinik werden Erkrankte aus dem Indikationsbereich Psychosomatik mit internistischem und psychiatrischem Schwerpunkt behandelt. Die AHG Klinik Waren ist eine der wenigen Fachkliniken in Mecklenburg-Vorpommern, die über Erfahrungen mit einem verhaltensmedizinischen Konzept in der psychosomatisch-psychotherapeutischen Rehabilitation verfügt.

Psychosomatik und Verhaltensmedizin – Rehabilitation in einer Klinik

— Bis die Patienten in der AHG Klinik Waren zur stationären Rehabilitation aufgenommen werden können, haben sie meistens eine lange Leidensgeschichte hinter sich. Die Patienten haben oft eine Vielzahl von Arztbesuchen und Krankenhausaufenthalten wegen körperlicher Beschwerden und Leistungseinschränkungen hinter sich, ohne dass ihre eigentliche Erkrankung – eine psychosomatische Störung – diagnostiziert wurde. Bei diesen Störungsbildern nehmen wir eine multifaktorielle Genese an, so dass die Behandlung gleichzeitig auf der körperlichen, psychischen und sozialen Ebene ansetzen muss.

— Die Klinik arbeitet auf der Basis eines verhaltenstherapeutischen Behandlungskonzeptes.

Helfende Hände

Das therapeutische Angebot

— Von der stationären Aufnahme bis zur Entlassung ist eine ständige medizinische Versorgung gewährleistet. Dazu gehört der ärztliche Bereitschaftsdienst und die ständige Anwesenheit von examinierten Pflegekräften.

— Am ersten und zweiten Tag des Aufenthaltes erfolgen eine umfassende körperliche, neurologische und psychiatrische Untersuchung. Die Untersuchungen werden in der Medizinischen Zentrale vorgenommen. Hier erfolgt auch die Medikamentenausgabe.

— In den Behandlungsteams führen die leitenden ärztlichen Mitarbeiter wöchentliche Kurvenvisiten durch. Zusätzlich bieten die Teamärzte bei akuten Anliegen Sprech- und Kontaktzeiten an. Notwendige Konsultationen in und außerhalb des Hauses bei anderen Fachärzten werden von den Co-Therapeuten organisiert.

Bezugstherapeutensystem

— In den Behandlungsteams (entspricht den Stationen) hat jeder Patient seinen Bezugstherapeuten (Arzt oder Psychologe) als Ansprechpartner. Die gesamte Behandlungsplanung und Koordination für einen Patienten obliegt diesem zu ständigen Bezugstherapeuten. Der Kontakt des Patienten zum Bezugstherapeuten bildet somit die zentrale Schaltstelle zwischen dem komplexen Behandlungsangebot der Klinik und der individuellen Problematik des Patienten.



Die Mitarbeiter der Abteilungen

— Der Chefarzt und die Verwaltungsdirektorin bilden die Klinikleitung. Die Behandlung in der AHG Klinik Waren wird durch sechs interdisziplinär zusammengesetzte Behandlungsteams gewährleistet. Die therapeutische Leitung der Teams erfolgt durch den Chefarzt, die Oberärzte und die Leitenden Psychologen. Weiterhin ist jedem leitenden Mitarbeiter ein Funktionsbereich der nicht-psychologischen Behandlungsangebote (Soziotherapie, Physiotherapie, Sporttherapie, Ergotherapie) zugeordnet. Jedes Behandlungsteam auf jeder Station setzt sich aus einem leitenden Mitarbeiter (Oberarzt oder Leitender Psychologe), vier Bezugstherapeuten (Assistenzärzte und Psychologen) und zwei Co-Therapeuten zusammen. Abteilungsübergreifend sind eine Oberschwester, zehn Pflegekräfte, vier Ergo- und vier Sporttherapeuten, drei Soziotherapeuten, drei Physiotherapeuten, zwei Diätassistentinnen so wie drei Erzieherinnen tätig.

Die Stationen oder Patienten- und Behandlungsteams

— Die Klinik ist in öffentliche oder private Bereiche gegliedert. Sie fügt sich durch ihre Lage, die hellen Farben und Materialien sowie die großen Fensterflächen gut in die Seen- und Naturparklandschaft ein. Vom Eingangsbereich hat man Zugang zu den wichtigen Treffpunkten und Funktionsbereichen und zu den Gebäuden, welche die



Stationsteams bilden. Cafeteria, Speisesaal, Räume der Verwaltung, Schwimmbad und Saunabereich sind direkt vom Foyer aus zu erreichen, im anderen Gebäude befinden sich Medizinische Zentrale, Turnhalle, Gymnastikräume, Physiotherapie und die Leitungsbüros.

— Die Patientenzimmer jedes Teams sind um die Gruppen- und Aufenthaltsräume, das Büro der Co-Therapeuten und die Arbeitszimmer der Ärzte und Bezugstherapeuten gruppiert. Durch diese Strukturierung ist die Überschaubarkeit für die Patienten gewährleistet.

— Die Patienten wohnen alle in Einbettzimmern, die mit WC, Dusche und Telefon ausgestattet sind. Für Paare stehen einige Doppelzimmer zur Verfügung. Jeweils ca. 33 Patienten bilden ein Patiententeam. Die Patientenzimmer sind über einen gemeinsamen Flur erreichbar, an welchem sich auch an verschiedenen Stellen Sitzgruppen als Treffpunkte und Kommunikationsmittelpunkte befinden.

— Im Patiententeam für Eltern mit Kindern als Begleitpersonen bewohnt jede Mutter mit ihrem Kind (oder Vater mit seinem Kind) ein Zimmer. Neben den Klinikgebäuden befindet sich ein Kinderhort mit zwei Kinderspielzimmern, einem weiteren Gruppenraum für die Esseneinnahme bzw. zur Nutzung für die Erledigung von Hausaufgaben der Schule, einer Küche, Ruhemöglichkeiten und einem Spielplatz im Freien.



Festhalten und Loslassen

Verschiedene Weg: Die Therapieformen

Einzelpsychotherapie

— Im Patienten- und Behandlungsteam werden regelmäßig psychotherapeutische Einzelgespräche von den Bezugstherapeuten mit ihren Patienten geführt. Die Frequenz dieser Gespräche ist abhängig vom Störungsbild und der Indikationsstellung.

Gruppenpsychotherapie

— Innerhalb eines jeden Patienten- und Behandlungsteams findet regelmäßig Gruppentherapie in Form sogenannter Standardgruppen statt. Fast jeder Patient nimmt an einer dieser Gruppen während seines Aufenthaltes teil. In der Problemlösegruppe wird systematisch und zielorientiert versucht, Lösungen zu erarbeiten, die sowohl Klärung als auch Bewältigung der jeweiligen Problematik des Patienten bedeuten können. Im Selbstsicherheitstraining lernen Patienten verbale Selbstsicherheit und selbstsicheres Verhalten in sozialen Situationen. Im Entspannungstraining in der Gruppe werden Patienten in die Grundlagen der Jacobson-Entspannung eingeführt.

Indikative Behandlungsangebote

— Außerhalb dieser teambezogenen Standardgruppen haben die Patienten nach Absprache mit ihrem Bezugstherapeuten die Möglichkeit, an spezifischen Behandlungsangeboten teilzunehmen, die teamübergreifend durchgeführt werden.

Diese Therapiebausteine werden entweder von Bezugstherapeuten oder von Therapeuten der Funktionsbereiche Sport-, Ergo-, Sozio- und Physiotherapie angeboten. Dieses indikative Behandlungsangebot umfasst störungsspezifische und themenzentrierte Therapieeinheiten, an denen Patienten mit einem umschriebenen Störungs- oder Beschwerdebild teilnehmen.

Solche Angebote sind zum Beispiel:

- Angstbewältigungsgruppe
- Depressionsbewältigungsgruppe
- Schmerzbewältigungsgruppe
- Essstörungsgruppe
- Genussgruppe
- Gefühlssteuerungsgruppe
- Projektgruppe
- Mobbinggruppe
- Trauergruppe

Breit gefächert ist das Angebot der Funktionsbereiche, z. B. Anfängerschwimmen, Adipositaschwimmen, Muskelaufbautraining, Gestaltungsgruppe, Atemtherapiegruppe, Hyperventilationsgruppe, Rückenschule, Wirbelsäulengymnastik.

Soziotherapie

Die Aufgabe der Soziotherapie besteht darin, die Patienten bei der Klärung und Bewältigung von beruflichen, rechtlichen und finanziellen Schwierigkeiten sowie bei Problemen der Nachsorge und Weiterbehandlung zu unterstützen. Die Mitarbeiterinnen aus dem Bereich Soziotherapie tragen mit ihren Kontakten dazu bei, dass die Klinik als Teil eines therapeutischen Netzes fungiert und helfen durch die Einbindung in das soziale Umfeld und die Vermittlung von Nachsorgemaßnahmen den stationär erreichten Therapieerfolg des Patienten zu sichern.

Schwerpunkte der Soziotherapie:

- Vorbereitung, Begleitung und Auswertung von hausinternen und externen Belastungserprobungen unter Vorbereitung von berufsfördernden Maßnahmen
- Unterstützung bei Kontakten zum Arbeitsamt, bei Bewerbungen und der Finanzplanung (Übergangsgeld, Krankengeld, Sozialhilfe und Rentenproblematik)
- Vermittlung von Kontakten zu ambulanten Einrichtungen, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, niedergelassenen Ärzten und psychologischen Psychotherapeuten
- Vermittlung in Nachsorgeeinrichtungen bzw. Vermittlung und Einleitung von Nachsorgeprogrammen (z. B. IRENA)

In der Klinik finden regelmäßige Sprechstunden der Rehabilitator (der Deutschen Rentenversicherung) statt.

Sporttherapie

Ein großer Teil unserer Patienten kommt nach längergehender sportlicher Zurückhaltung oder inadäquater Schonung in die Klinik und zeigt eine verringerte Bewegungserfahrung, körperliche Untrainiertheit sowie einen geschwächten und verspannten Halteapparat. Insbesondere solche Patienten werden schrittweise an körperliche Aktivitäten herangeführt. Auf diese Weise kann der Patient einen neuen Bezug zum eigenen Körper und zur persönlichen Ausdrucks- und Leistungsfähigkeit lernen. Freude an Bewegung, positives Körpererleben, Sozialkontakte bei Sport, Spaß und Spiel sind affektive Zielsetzungen, die mit Hilfe der Sporttherapie realisiert werden können. Zur Erreichung der Therapieziele werden vielfältige Leistungen erbracht.

Das sporttherapeutische Angebot basiert auf drei Säulen:

- Sporttherapie innerhalb des Teamsports
- Sporttherapie nach spezifischer Indikation
- Freizeitsport



Ergotherapie

Im Vordergrund der Ergotherapie steht die gestalterische und schöpferische Tätigkeit unter besonderer Beachtung des individuellen Planens, Herangehens sowie der Ausführung. Wenn auch das hergestellte Produkt für die Therapie eine sehr untergeordnete Rolle spielt, ist dennoch das Erlernen von Techniken und Fertigkeiten von Bedeutung. Hier kann bspw. während der Therapie die Basis für eine spätere Freizeitbeschäftigung geschaffen werden. Die Ergotherapie bietet Materialgruppen an, in denen die konkrete Arbeit mit Ton, Holz, Peddicrohr oder Maltechniken im Mittelpunkt steht und nach Erlernen der unterschiedlichen Techniken die Kreativität gefördert werden kann. In Einzelarbeit ist es möglich, Bewegungsstörungen und -einschränkungen durch spezifisches Training zu beeinflussen.

In einem speziellen Angebot können Patienten computergestützte Trainings durchführen und sich in beschränktem Umfang auch Grundkenntnisse im Umgang mit PCs und der entsprechenden Software aneignen.



Physiotherapie

Die physiotherapeutischen Maßnahmen sind wichtiger unterstützender Teil im Therapieprogramm vieler Patienten. Krankengymnastik in Einzelanwendung und Gruppen, Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik, Packungen, Bäder, Elektro-, Kryo- und Wärmetherapie, Ultraschall, Inhalationen und bei umschriebenen Störungen Behandlungsmassagen (z. B. Lymphdrainagen) gehören zum Angebotsspektrum dieser Abteilung.

Die Anwendung der direkt aus der Erde geförderten Sole bietet die Möglichkeit einer besonderen Komplettierung des Angebotes. Die Physiotherapie ergänzt die Behandlung auf körperbezogener Ebene. So werden auch die Entspannungsfähigkeit, Aspekte der Körperwahrnehmung, aber auch die Genussfähigkeit geschult. Dies hat positive Wirkungen auf Selbstwahrnehmung und Selbstwertgefühl.



Ernährungsberatung und Ernährungstraining

Die Diätassistentinnen/Ernährungsberaterinnen beraten über gesundheitsfördernde Nahrungszusammensetzung und gesundes Essverhalten. Sie beteiligen sich an der indikativen Therapie essgestörter Patienten und bieten Kurse in der Therapieküche sowohl im Rahmen der Gesundheitserziehung wie im Rahmen alltagspraktischen Trainings an.

Sich neu entdecken

Freizeit in der AHG Klinik Waren

Der Klinikalltag der Patienten besteht aus einem festen Therapieteil und freier Zeit, die individuell gestaltet werden kann und zum Teil der Vor- und Nachbereitung der Therapiemaßnahmen dient. Jedes Patiententeam wählt einen Sprecher für die Patientenkonferenz, die 3-wöchentlich gemeinsam mit Vertretern der therapeutischen Zentrale, der Küche und der Haustechnik tagt. Sie dient der Rückmeldung, Anregung und Kritik von Seiten der Patienten in Bezug auf organisatorische und inhaltliche Abläufe der Klinik.

Um möglichst viele Patienten in ihren Freizeitinteressen und Möglichkeiten zu erreichen, ist die Palette der Freizeitangebote breit gehalten. Sie reicht von sportlichen Aktivitäten über Hilfe bei der Organisation von Wanderungen und Exkursionen bis zu Vorträgen, Lesungen, Organisation von

Videoabenden und sogar Schachunterricht. Im Mittelpunkt steht dabei die Erweiterung des Interessenhorizontes, Entwicklung der eigenen Kreativität, Förderung von Sozialkontakten, Vermittlung eines Gemeinschaftserlebnisses,

Anregung zur Mit- und Selbstgestaltung sowie Förderung der Genussfähigkeit.



XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

- Tai Chi
- Aquafitness
- Sauna/Schwimmbad
- Schachabend
- DVD-Abend
- Arbeiten mit Speckstein oder Filzen und Seidenmalerei (14-tätig)
- Morgenbewegung
- Kochen/Backen

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

- Bauchredner
- Kabarett
- Dia-Abend
- Naturkundliche Wanderung
- XXXXXX
- XXXXXX
- XXXXXX
- XXXXXX
- XXXXXX
- XXXXXX
- XXXXXX



Eine Klinik zwischen den Seen

Wie man zu uns findet

Klinikstandort und Einzugsgebiet

Die Klinik liegt in Waren oberhalb der Stadt auf dem Nesselberg, zwischen den Seen Müritz und der Feisneck und verbindet die ruhige Lage direkt

am Eingang zum Müritz-Nationalpark mit kurzer Entfernung zum Stadtzentrum und Stadthafen. Waren

ist das touristische Zentrum der Mecklenburgischen Seenplatte und ist unweit der A 19 sowie an der Eisenbahnstrecke Berlin – Rostock zwischen Ostseeküste und Bundeshauptstadt gelegen. Unsere Patienten kommen aus dem gesamten Bundesgebiet.

Bettenkapazität und Unterbringungsart

Die AHG Klinik Waren hält 200 Behandlungsplätze vor. Diese sind in sechs Patienten- und Behandlungsteams zu je etwa 33 Betten unterteilt.

Behandlungsdauer

Die durchschnittliche Behandlungsdauer beträgt zwischen 4 und 6 Wochen. Einzelne Kostenträger sagen Behandlungszeiten von 3 – 4 Wochen zu und ermöglichen im Bedarfsfall Verlängerungen. Schwerpunktbildung für die Behandlung Mobbingbetroffener und Patienten mit chronischen Schmerzen sowie traumatischen Störungen und Essstörungen sind wir auf überregionale Belegung mit Patienten aus entfernteren Bundesländern eingerichtet und bei diesen Patienten bemühen wir uns im beschriebenen Sinne um Einbeziehung relevanter Vor- und Nachbether sowie des sozialen Umfeldes der Patienten.



Ihre Ansprechpartner

Dr. med. Otmar Kristof

Chefarzt

fon: 0 39 91.635-420 · okristof@ahg.de

Dr. med. Hans-Jürgen Bendrig

Oberarzt

fon: 0 39 91.635-424 · hbendrig@ahg.de

Sabine Krengel

Leitende Psychologin

fon: 0 39 91.635-411 · skrengel@ahg.de

Dr. phil. Martina Hartmann

Leitende Psychologin

fon: 0 39 91.635-429 · mhartmann@ahg.de

Birgit Neudert

Verwaltungsdirektorin

fon: 0 39 91.635-403 · bneudert@ahg.de

Dr. Walter Berg

Oberarzt

fon: 0 39 91.635-422 · wberg@ahg.de

Richard Pöller

Leitender Psychologe

fon: 0 39 91.635-423 · rpoeller@ahg.de

Dr. phil. Albrecht Schumacher

Leitender Psychologe

fon: 0 39 91.635-412 · aschumacher@ahg.de

Inge Schade/Heidrun Marx

Aufnahmesekretariat

fon: 0 39 91.635-400 · ischade@ahg.de

fon: 0 39 91.635-410 · hmarx@ahg.de

