



# Ausblick auf neue Lebensperspektiven

# Psychosomatik

Die Psychosomatik (PSO) beschäftigt sich mit körperlichen, seelischen und sozialen Prozessen (bio-psycho-sozial), die die Entstehung, den Verlauf und die Bewältigung von Krankheiten und Leidenszuständen beeinflussen.

## Ziele

- Mit sich und seinem Umfeld gut in Beziehung sein.
- Eigene Gefühle wahrnehmen, verstehen und ausdrücken lernen.
- Sich seiner seelischen Bedürfnisse, der eigenen Fähigkeiten und Vorlieben bewusst werden und dadurch Ziele im Leben neu formulieren können.
- Entwickeln und Festigen des Selbst-Wert-Gefühls
- Biographische Verletzungen bearbeiten.
- Für den Lebensalltag die heilsame Grundhaltung der Achtsamkeit erwerben.
- Methoden der Spannungsreduktion anwenden lernen.
- Sich von der Kraft der eigenen Spiritualität wieder beleben lassen.

---

„Geh du vor“, sagte die Seele zum Körper,  
„auf mich hört er nicht, vielleicht hört er auf dich.“

„Ich werde krank werden,  
dann wird er Zeit für dich haben“,  
sagte der Körper zur Seele.

*Ulrich Schaffer*



# Behandlungsangebote

## Stationäre und tagesklinische Behandlungsangebote für folgende Krankheitsbilder

- Körperliche Beschwerden **ohne ausreichende organische Erklärung**, die wesentlich mit dem seelischen Befinden in Zusammenhang stehen
  - Somatisierungsstörung – verschiedenste und wechselnde körperliche Beschwerden
  - Autonome somatoforme Funktionsstörung – körperliche Beschwerden, die hauptsächlich einem Organsystem zugeordnet sind (z. B. Reizdarm, Reizblase, Herz-Kreislaufprobleme)
  - Autonome somatoforme Schmerzstörung – chronische Schmerzen ohne ausreichende organische Erklärung
- Körperliche und psychische Beschwerden als Reaktion auf seelische und/oder soziale Belastungen
  - Anpassungsstörungen
  - Burnout
  - Panikattacken
  - Generalisierte Ängste



Der Mensch mit seiner einmaligen Geschichte, seinen besonderen Lebensbedingungen und seinen Möglichkeiten steht im Mittelpunkt unserer Aufmerksamkeit.

## Ausschlussgründe

- Suchterkrankung (Alkohol, Medikamente, Drogen, ...), da es spezialisierte Einrichtungen zur Behandlung dieser Krankheitsbilder gibt.
- fehlende medizinische Abklärung, da sonst wesentliche psychosomatische Therapiezeit zugunsten der notwendigen Voruntersuchungen verloren geht.
- fehlende Voraussetzung zur Teilnahme an psychosomatischen Behandlungsangeboten (eingeschränktes geistiges Auffassungsvermögen, ungenügendes Sprachverständnis, unzureichende Motivation, ...)
- Anorexia nervosa, Bulimie
- Vordiagnostizierte Persönlichkeitsstörungen, bipolare Störungen, Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis
- Akute Suizidalität

## Anmerkungen

- Eine Schwangerschaft sollte im Hinblick auf Schutz des ungeborenen Lebens vor emotionaler Belastung ausgeschlossen sein.
- Ein laufendes Pensionsverfahren wird individuell beurteilt.

# Therapieangebote



**Grüner Daumen**



**medizinische Betreuung**



**Achtsamkeit / Skills**



**Physio- & Ergotherapie**



**Sozialarbeit / Diätologie**



**Bezugspflege**



**Seelsorge**



**Psychotherapie**



**Biofeedback**



**Körperwahrnehmung**



**Kunsttherapie**



**Musiktherapie**

# Unsere Leistungen





Die Patienten lernen, ihr inneres Geschehen (Rückzug in die Depression, erhöhte Spannung mit Angst und Panik oder Abspaltung des Gefühls-erlebens und momentan unangenehme Körperreaktionen) zu verstehen und bessere Lösungen zu entwickeln. Das Programm wird in einem durchgehenden sechswöchigen Zyklus angeboten.

## Wir bieten Ihnen ein multimodales Programm

- Gruppenpsychotherapie
- Einzelpsychotherapie
- zahlreiche Spezialtherapieverfahren wie
  - Musiktherapie
  - Kunsttherapie
  - Anleitung zu Körperwahrnehmung
  - Achtsamkeit- und Skillstraining
  - Methoden zur Gefühlsregulation
  - Biofeedback
  - Diätologische Beratung & Genusstraining
  - Bewegungstherapie
  - Wege zur eigenen Spiritualität finden
  - Umgang mit Pflanzen (grüner Daumen)



Im Bedarfsfall sind Abklärungen an den medizinischen Fachabteilungen des Klinikums möglich.

## Der Weg zu uns ...

Der Erstkontakt und die Terminvereinbarung erfolgen über das **PSO-Sekretariat Telefon +43 7248 601 - 2100.**

Hier erhalten Sie einen Termin zu einem Erstgespräch und es wird Ihnen ein Fragebogen zugeschickt. Der Fragebogen kann auch über die Homepage des Klinikum Wels-Grieskirchen abgerufen werden:

**[www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at)** → Medizin und Pflege →  
Psychosomatik für Erwachsene → Downloads

Voraussetzung für die stationäre bzw. tagesklinische Aufnahme ist dieses ambulante Erstgespräch (bitte dazu ärztliche Zuweisung, etwaige Vorbefunde und ausgefüllten Fragebogen mitbringen).

Für den stationären Aufenthalt stehen Ihnen ausschließlich Einbettzimmer zur Verfügung.



Für das Erstgespräch ist eine Überweisung durch den Haus- oder Facharzt erforderlich. Die Kostenübernahme für den Aufenthalt ist durch die gesetzlichen Krankenkassen gewährleistet.

Bei den Privatversicherungen oder Patienten aus einem anderen Bundesland empfiehlt es sich, die Kostenübernahme vor dem stationären bzw. tagesklinischen Aufenthalt abzuklären.

# Multiprofessionelles Team



Mit unserem Team unterschiedlicher Berufsgruppen mit spezifischen Kompetenzen sind wir in der Lage, die für Sie optimale Behandlung zu bieten.



Neben dem medizinischen und psychologischen Aspekt einer Erkrankung findet der Mensch als einmalige Person auch mit seiner spirituellen Dimension bei uns Beachtung.

# Kontakt



## Primaria Dr. Andrea Mühlbacher

Leiterin des Departments für Psychosomatik  
für Erwachsene der Abteilung für Psychiatrie

Fachärztin für Psychiatrie  
und psychotherapeutische Medizin



## Anmeldung für ein Erstgespräch

Eva Auer, PSO-Sekretariat

Montag bis Freitag von 8:00 bis 12:00 Uhr

Telefon +43 7248 601 - 2100

### Klinikum Wels-Grieskirchen GmbH

Eine Einrichtung der Kreuzschwestern und Franziskanerinnen

Department für Psychosomatik für Erwachsene  
der Abteilung für Psychiatrie

Wagnleithner Straße 27, 4710 Grieskirchen, Austria

Telefon +43 7248 601 - 2100, Fax DW 2109, psychosomatik@klinikum-wegr.at

[www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at)