HILFE BEI DEPRESSIONEN UND BURN-OUT

Die Klinik Menterschwaige hilft Betroffenen stationär und ambulant

Wussten Sie, dass heutzutage in 24 Stunden mehr Inhalte veröffentlicht werden, als von Beginn der Zeit bis zum Jahr 2019? Unglaublich, oder!

Wir leben in einer Beschleunigungsgesellschaft

In einer Zeit unbegrenzter Möglichkeiten werden für immer mehr, auch junge Menschen, die täglichen Anforderungen in unserer globalisierten Informationsgesellschaft zur Belastung. Sie leiden an Depressionen, Ängsten oder Zwangserkrankungen.

Das Gefühl der Erschöpfung und Müdigkeit kommt oft durch das besonders starke Engagement im Berufsalltag, durch Überstunden und ein dauerhaftes „über die Grenzen leben“. So nehmen Zeitdruck und Stress immer mehr zu. Und dieser Stress ist oft die Ursache für die Entwicklung des „Ausgebrannt-Seins“, des Burnout.

„Ausgebrannt und überbelastet“ – das kennt kein Alter und kein Geschlecht

In der Klinik Menterschwaige werden seit knapp 40 Jahren Patienten mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen behandelt. Zu den Patienten gehören Menschen aus allen Altersgruppen und verschiedenen gesellschaftlichen Schichten. Viele von ihnen haben auf den ersten Blick alle Möglichkeiten, ein erfolgreiches und glückliches Leben zu führen, doch sie sind krank. „Wir alle müssen täglich große Herausforderungen meistern, nicht zuletzt setzt uns unter Druck, wenn wir sehen, dass es andere aus dem Kollegen- oder Freundeskreis scheinbar problemlos schaffen. In der Folge ziehen sich die Betroffenen immer mehr zurück und geben auf“, erklärt Dr. Daniel Hermelink, Chefarzt der Klinik Menterschwaige. „Bei uns in der Klinik lernen die Patienten, während eines bis zu dreimonatigen stationären Aufenthalts, wieder ihren Alltag zu bewältigen. Aber auch Strategien zu entwickeln, mögliche Probleme und Krisen bereits im Vorfeld zu meistern. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit zur Krisenintervention oder Kurzzeittherapie von bis zu sechs Wochen.

Ganzheitliche Therapie beinhaltet Musik. Foto: Klinik

Burnout-Behandlung in der Klinik Menterschwaige

In der Behandlung von depressiven Störungen und Burnout geht es darum, wieder eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen, die sich auf Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit auswirkt. In der Klinik Menterschwaige setzt man auf eine Kombination von Einzeltherapie, Gruppentherapie und sog. expressiven bzw. körperorientierten Therapien, wie Kunst-, Reit-, Musik- oder Tanztherapie, aber auch auf physiotherapeutische Angebote. Die gruppendynamische Arbeit spielt eine bedeutende Rolle. Falls erforderlich, kann die psychotherapeutische Behandlung auch medikamentös unterstützt werden.

„Natürlich wird die Behandlung immer individuell auf das Krankheitsbild, dessen Schweregrad und die Bedürfnisse des einzelnen Patienten zugeschnitten. Den Therapieplan überwachen wir kontinuierlich und korrigieren ihn, wenn nötig“, so Dr. Hermelink.

Hilfsangebote bei depressiven Erkrankungen

Eine ambulante (Gesprächs-) Therapie bei einem Psychologen oder Therapeuten ist oft der erste Schritt in der Behandlung vieler Probleme. Falls diese nicht ausreicht, kann eine stationäre Behandlung im Krankenhaus helfen. In einem therapeutisch strukturierten Umfeld, fern von belastender Umgebung und eingefahrenen Kommunikationsstrukturen, fällt es Patienten oft leichter, an ihrem Therapieprogramm zu arbeiten. Die Klinik Menterschwaige bietet deshalb neben der stationären Behandlung auch ambulante Therapieformen an.

Behandlungsschwerpunkte

- Angststörungen
- Anpassungsstörungen
- Burnout
- Depressionen
- Essstörungen
- Krankheitsverarbeitung
- Persönlichkeitsstörungen
- Psychiatrische Störungen
- Selbstschädigendes Verhalten
- Suchtentwöhnung nach Entzug
- Traumatische Erfahrungen

In der Klinik Menterschwaige finden Menschen in seelischer Not eine Zuflucht. Foto: Klinik

Holen Sie Hilfe, wenn Sie selbst oder bei anderen Personen erste Anzeichen von Depressionen, Angst oder anderen Störungen bemerken:

Klinik Menterschwaige

Geiselgasteigstraße 203
81545 München
Tel. 089/64 27 23-0
www.klinik-menterschwaige.de

Folgen Sie uns auf Instagram:
https://www.instagram.com/klinikmenterschwaige