



Rehabilitation für die Seele -wohnortnah und ambulant

Medizin populär/BeilageAusgabe 04/2022 | Seite 2 | 1. April 2022
Auflage: 64.167 | Reichweite: 206.000

pro mente OÖ



© Maria Hollender (2)

Rehabilitation für die Seele – wohnortnah und ambulant

Depressionen, krankhafte Ängste, Belastungsreaktionen – wenn die Seele leidet, braucht es zur Gesundung nach der ärztlichen Akutbehandlung oft eine Rehabilitation. In der ambulanten psychosozialen Rehabilitation von pro mente reha in Graz findet diese untertags statt, während man nachts daheim schläft.

Im eigenen Bett schlafen, am Abend Freunde treffen und die heißgeliebten Katzen weiter versorgen können: Für Menschen, deren Seele erst wieder gesunden muss, sind das oft ganz wichtige Hilfen im Alltag. Während es manchen gut tut, für eine Rehabilitation dem Alltag einmal komplett den Rücken zu kehren, ist es für andere wichtig, ein Stück von gerade diesem Alltag beibehalten zu können, um nicht die Orientierung zu verlieren. Für sie gibt es die APR, die ambulante psychosoziale Rehabilitation von pro mente reha in Graz.

Wer aufgrund einer Depression, einer Zwangs- oder Angsterkrankung, einer Persönlichkeitsstörung oder Belastungsreaktion in ärztlicher Behandlung ist und eine Rehabilitation (das lateinische Wort bedeutet „Wiederherstellung“) benötigt, kann mit seinem behandelnden (Spitals-)Arzt

oder der Ärztin darüber sprechen, dass diese ambulant stattfinden soll. Sämtliche Therapien, von Gruppen- und Einzelgesprächen über kreatives Gestalten bis hin zu Selbstwertstärkung und Stressmanagement, finden dann untertags in den Räumen der APR statt; die Abende und Wochenenden stehen zur freien Verfügung.

SICHER BETREUT

In der Pandemie haben mehr empfindsame Menschen gespürt, dass es ihnen schlechter geht als sonst, dass ihre Ängste stärker werden oder sie sich zu nichts mehr aufrufen können und haben ärztliche Hilfe gesucht.

Ebenso wichtig ist es, dass die Rehabilitationseinrichtungen geöffnet sind, was nach einer anfänglichen Schließung im ersten Lockdown nun durchgehend der Fall ist. Mittlerweile verfügen alle über

ein durchdachtes Hygienekonzept und bieten so auch in Zeiten hoher Ansteckungsgefahr bestmögliche Sicherheit. Das bestätigen jene Teilnehmerinnen und Teilnehmer der APR, die im vergangenen Jahr jeweils am Ende ihrer sechswöchigen Rehabilitation einen Fragebogen ausgefüllt und bekanntgegeben haben, wie geschützt sie sich gefühlt haben. Nur das eigene Zuhause hat in puncto Sicherheit noch besser abgeschnitten als die Reha-Einrichtung. Auf Ämtern oder in öffentlichen Verkehrsmitteln war ihr Sicherheitsgefühl nicht so ausgeprägt.

AUF ANTRAG

Eine Rehabilitation in der APR wird vom behandelnden Arzt oder der Ärztin beantragt und muss üblicherweise von der Pensionsversicherungsanstalt genehmigt werden. Sie dauert sechs Wochen; in weiterer Folge ist noch eine zehnmonatige berufsbegleitende Phase möglich (die neu genehmigt werden muss). Ziel ist es, zu gesunden oder zumindest trotz Erkrankung den Alltag selbst bewältigen zu können.

