

Ganz individuell

Ambulant oder doch stationär? Mit pro mente Reha sind im Bereich der psychiatrischen Reha beide Möglichkeiten gegeben.



Primaria Dr. Margot Peters: „Die Fähigkeit, Sachverhalte differenziert und kontextbezogen aufzufassen und daraus angemessene Schlussfolgerungen zu ziehen, ist ein Therapieschwerpunkt.“



Primaria Dr. Agnes Pohlhammer: „Das Wissen, mit einem Leiden nicht alleine zu sein, andere Betroffene kennenzulernen, die Ähnliches erlebt haben und in der Nähe wohnen oder arbeiten, wird als große Entlastung erlebt.“

Soll man sich für eine ambulante oder stationäre Reha entscheiden? Beides bietet Vorteile. Primaria Dr. Agnes Pohlhammer, Ärztliche und Kaufmännische Leiterin, APR – Ambulante Psychosoziale Rehabilitation Salzburg/Partner im RZS Reha Zentrum Salzburg, weist auf das nachhaltige ambulant-tagesklinische Konzept in der APR Salzburg und in der APR Graz hin. „Das multiprofessionelle Team arbeitet in Einzel- und Gruppentherapien“, erklärt sie, „dabei werden im Rahmen von Psycho-, Ergo-, Physio- und Sporttherapie sowie Sozialarbeit und Ernährungstherapie unter fachärztlicher Führung individuelle Behandlungskonzepte entwickelt.“ Im Mittelpunkt steht u.a. die Schaffung bestmöglicher physischer, psychischer und sozialer Bedingungen, damit Patienten aus eigener Kraft ihren gewohnten Platz in Gesellschaft, Familie und Beruf bewahren oder wieder einnehmen können. „Im ambulanten Setting kann das Gelernte direkt im Alltag umgesetzt werden“, betont Pohlhammer, „Verhaltensänderungen, neue Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien können realitätsnah im häuslichen Setting ausprobiert werden und eventuell auftretende Schwierigkeiten zeitnah mit dem Behandlungsteam reflektiert und modifiziert werden.“ Dank des Erlernens von „selbstregulativen Skills“ und Entspannungstechniken lässt sich die Alltagsfunktionalität fördern. Tägliche Erfolgserlebnisse steigern Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung. Ein Vorteil der ambulanten Rehabilitation ist, dass familiäre, soziale oder berufliche Verpflichtungen – wie Pflege von Angehörigen oder Versorgung von Kindern oder Haustieren – weiterhin selbst übernommen werden können. Und: „Das Wissen, mit einem Leiden nicht alleine zu sein, andere Betroffene kennenzulernen, die Ähnliches erlebt haben und in der Nähe wohnen oder arbeiten, wird als große Entlastung erlebt“,

sagt Pohlhammer. Ebenfalls wertvoll sind die enge Zusammenarbeit des Behandlungsteams mit den externen Behandlern sowie mit psychosozialen und berufsrehabilitativen Einrichtungen, wie Arbeitsassistenz, Arbeitstrainingszentrum und psychosozialen Wohneinrichtungen vor Ort.

Frei von häuslichen Pflichten

Zu den Vorteilen eines stationären Settings zählt laut Primaria Dr. Margot Peters, PPL.M, Ärztliche Leiterin, Sonnenpark Bad Hall, dass sich Patienten frei von häuslichen Pflichten auf die Verbesserung ihrer Problemlagen und Symptome konzentrieren können. „Dazu wird vom therapeutischen Team gemeinsam mit den Patienten erarbeitet, in welchen Bereichen eine Beeinträchtigung vorliegt und im Team aus Mitarbeitern der Psychotherapie und Psychologie, der Pflege, der Ergotherapie, der Physiotherapie und den Ärzten ein Konzept entwickelt“, erzählt Peters. Dabei können auch Sozialarbeit und Diätologie beigezogen werden. Mit dem multimodalen Therapieangebot – mindestens 20 Stunden pro Woche! – ist eine intensive und auch anstrengende Beschäftigung mit sich selbst, aber auch in der Gruppe, verbunden. Tägliche Routinen sowie wechselnde Situationen im stationären Setting können eine Herausforderung darstellen. Einzelgespräche sind daher besonders wichtig: „Die Fähigkeit, Sachverhalte differenziert und kontextbezogen aufzufassen und daraus angemessene Schlussfolgerungen zu ziehen, ist ein Therapieschwerpunkt.“ Auch das „Zusammenleben“ will gelernt sein: Wenn wie im Sonnenpark Bad Hall rund 120 Patienten regelmäßig interagieren, sind situationsadäquates Verhalten und Selbstbehauptungsfähigkeit wesentlich für ein gutes Miteinander. Aber es ist auch essenziell, Zeit für sich in Anspruch zu nehmen. „Ein stationäres psychosoziales Reha-Setting ist entlastend, weil etwa Haushaltspflichten und belastende Situationen im eigenen Umfeld wegfallen“, resümiert Peters, „aber es ist auch eine besondere Herausforderung, sechs Wochen mit vielen Menschen zusammen zu sein. Das ist dann ein spezielles Übungsfeld.“ ■

pro mente Reha: Moderne Rehabilitation bei psychischen Erkrankungen

Medizinisch-psychiatrische Rehabilitation ist aus der österreichischen Reha-Landschaft nicht mehr wegzudenken. Denn psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Angst- und Belastungsstörungen führen sehr häufig zu Langzeit-Krankenständen und vorzeitigen Pensionierungen. Für die Betroffenen sind sie vor allem mit hohem Leidensdruck und einer deutlichen Verschlechterung der Lebensqualität verbunden. pro mente Reha bietet daher seit 20 Jahren medizinisch-psychiatrische Rehabilitation in ganz Österreich an.

Mit dem erfolgreichen Betrieb der sieben Standorte in Österreich hat pro mente Reha aber nicht nur eine wichtige Lücke im Versorgungssystem für Menschen mit psychischen Erkrankungen geschlossen, sondern auch den ambulanten Bereich und Präventionsangebote bei psychi-

scher Erkrankungen wesentlich weiterentwickelt.

Gemeinsam neue Lebensperspektiven erarbeiten

Unsere Patienten erwartet ein breites Spektrum an individuellen, aufeinander abgestimmten Rehabilitations-Maßnahmen. Die pro mente Reha-Standorte, die Sonnenparks Bad Hall, Lans und Neusiedlersee sowie die, in Kooperation mit der Salk betriebene, Einrichtung in St. Veit bieten eine flächendeckende stationäre Versorgung an. Darüber hinaus gibt es in der APR (ambulante psychosoziale Rehabilitation) in Graz und Salzburg (die APR Salzburg ist Partner im RZS Reha Zentrum Salzburg) auch die Möglichkeit, die Therapien ambulant und wohnortnah wahrzunehmen. So können unsere Patientinnen und Patienten ihre Behandlungen mit dem Fami-

lien- und Berufsleben vereinbaren. Für Familien aus ganz Österreich gibt es in Bad Hall außerdem die Möglichkeit, einen 21-tägigen stationären Aufenthalt zur Vorsorge in Anspruch zu nehmen. Denn wenn der Alltag zu viel zu werden droht, können mit dem Angebot „mia-Miteinander Auszeit“ Folgewirkungen wie Depressionen oder Schlafstörungen verhindert werden.

Ziel ist, dass unsere Patienten ihren privaten und beruflichen Alltag wieder aus eigener Kraft meistern können und somit ihren Platz in der Gesellschaft wieder einnehmen können.

KONTAKT

pro mente Reha GmbH
Lonstorferplatz 1, 4020 Linz
www.promente-reha.at
office@promente-reha.at

WERBUNG

Ihr Partner im Bereich der
medizinisch-psychiatrischen
Rehabilitation

Ambulante Rehabilitation
APR Graz, APR Salzburg

Stationäre Rehabilitation
Bad Hall, Lans, Neusiedlersee, St. Veit

Vorsorge
mia - Miteinander Auszeit, Bad Hall

office@promente-reha.at • www.promente-reha.at

pro mente reha

Fotos: Smetana, pro mente Reha