



**Vivantes**

# Die Tagesklinik der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Informationen für Patienten

**Vivantes  
Humboldt-Klinikum**

## Allgemeine Informationen

Die Psychiatrische Tagesklinik nimmt eine Mittelstellung zwischen stationärer und ambulanter Behandlung ein. Unsere Abteilung hat in der tagesklinischen Behandlung den Schwerpunkt auf die Psychotherapie, also die „sprechende Medizin“, gesetzt.

Patienten, die in die Tagesklinik aufgenommen werden möchten, können gerne einen Termin vereinbaren, um sich unverbindlich über unsere Programme und die Aufnahmebedingungen zu informieren.

Im Allgemeinen werden zur Aufnahme eine Einweisung vom niedergelassenen Arzt sowie eine Kostenübernahme der Krankenkasse benötigt.



### Kontaktaufnahme über

**Schwesternzimmer**

**(030) 130-12 2418**

**oder**

**Ärzte**

**(030) 130-12 2409**

Frau Dr. Pietsch  
Oberärztin der Tagesklinik

## Die Vorteile einer Tagesklinik

Tagesklinische Therapie ist in erster Linie Psychotherapie. Zu Beginn der Behandlung widmen wir uns einer ausführlichen Diagnostik, um die Schwierigkeiten der Patienten genau verstehen und einordnen zu können.

Durch eine tägliche Psychotherapie können dann umfassendere und schnellere Therapiefortschritte erzielt werden. Die Patienten werden **tagsüber in der Zeit von 8 bis 16 Uhr** fortlaufend in ihrem Veränderungsprozess begleitet und haben dann die besondere Möglichkeit, die Lernfortschritte in ihrem Alltag zu erproben.



Der Rahmen des Krankenhauses, der von vielen Patienten als „künstlicher Raum“ oder „Käseglocke“ bezeichnet wird, weicht zugunsten einer realitätsnäheren Umgebung. Nicht zuletzt ist es erwähnenswert, dass die Erfolge einer Behandlung länger vorhalten, wenn sich die Patienten in einer teilstationären Behandlungsphase auf die Anforderungen des täglichen Lebens vorbereiten konnten – es also etwas langsamer wieder angehen, vergleichbar mit einer Rehabilitationskur nach einem Knochenbruch.

## Welche Patienten werden in der Tagesklinik behandelt?

Ob ein Patient in der Tagesklinik behandelt werden kann, richtet sich nach der Behandlungsbedürftigkeit und Möglichkeit, an einem intensiven Therapieprogramm teilnehmen zu können. In einem Vorgespräch klären wir darüber auf, was innerhalb der **durchschnittlichen Behandlungszeit von ca. sechs Wochen** erreicht werden kann und geben einen Überblick über die Therapieinhalte.



Die Patientenkielntel spiegelt die Erkrankungshäufigkeit in der Gesellschaft wider, das heißt ein Großteil leidet an Depressionen und Ängsten. Ängste können in Form von Herzangst, Angst in Gesellschaft fremder Menschen oder fremder Umgebung, Angst vor Ablehnung, überstarke Sorgen und körperbezogenen Ängsten auftreten. Sie gehen mit Schlafstörungen, Erschöpfungsgefühlen und vermindertem Leistungsvermögen einher und beeinträchtigen das Leben der Betroffenen in hohem Maße.

Die Seele (griechisch „psyche“) und zugleich den Körper (griechisch „soma“) betreffende Beschwerden werden als „psychosomatische“ Erkrankungen bezeichnet. Hierzu gehören z.B. Kopf-, Muskel-, Knochenschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden und Herz-Kreislaufprobleme, die sich durch ausschließliche Behandlung des Körpers nicht ausreichend bessern. Die verschiedenen Therapieangebote unserer Tagesklinik sind an den Bedürfnissen der einzelnen Patientengruppen ausgerichtet.

## Volkskrankheit Depression

- Depressionen sind häufig
- Depressionen haben viele Gesichter
- Depressionen zeigen sich oft in Form von körperlichen Beschwerden
- Depressionen werden unterdiagnostiziert
- Depressionen haben Folgen
- Depressionen sind effektiv behandelbar



## Warum nehmen die Betroffenen Ängste und Depressionen so schlecht wahr?

Ängste und Depressionen werden oft nicht oder erst sehr spät diagnostiziert, da sie sich schleichend entwickeln und häufig eine Folge von schwierigen Lebensumständen sind, die ohnehin mit Unruhe und gedrückter Stimmung einhergehen. Erst wenn durch den seelischen Stress eine körperliche Schwäche oder Schmerzen auftreten, suchen die Betroffenen einen Arzt auf und die Ursachenforschung beginnt.

Manchmal sind Patienten auch durch eine schwere körperliche Grunderkrankung geschwächt und schlechter Stimmung. Dass es sich dabei auch um begleitende depressive Symptome handeln kann, ist den Patienten nicht bewusst. In einigen Fällen schämen sich Patienten auch, ihre Traurigkeit, Sorgen und Ängste ihrem Umfeld oder dem



„Körper-Arzt“ mitzuteilen. Es fällt ihnen leichter, über Kopfschmerzen zu berichten oder über ein Schwindelgefühl. Nicht zuletzt ist das Bewusstsein in der Gesellschaft leider noch nicht so weit gediehen, dass der schwerwiegende Einfluss psychischer Erkrankung auf die Lebensqualität so ernst genommen wird wie es sein sollte.

## Die Therapieinhalte

Das Konzept der tagesklinischen Therapie verbindet eine medikamentöse Behandlung mit intensiver Psychotherapie und ergänzenden Verfahren.

### 1. Psychoedukation

- Wissensvermittlung und Aufklärung über die Ursachen, Behandlung und Folgen der jeweiligen psychischen Erkrankung (Depression, Angst, psychosomatische Beschwerden) aus heutiger Sicht
- Beratung zum Umgang mit der Erkrankung und der Vorbeugung eines Rückfalls

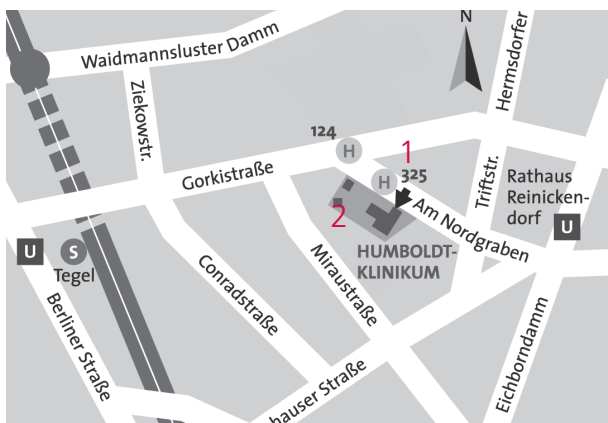
### 2. Psychotherapie („Behandlung der Seele“)

- Unter „Psychotherapie“ versteht man die Pflege und Behandlung der Seele durch Gespräche und Übungen. Der Einfluss der ehemals als „Rede-Kur“ bezeichneten Gesprächspsychotherapie ist wissenschaftlich erwiesen, ebenso wirksam ist das Einüben von Situation, die bislang Ängste auslösten (Verhaltenstherapie).
- Einzelgespräche mit einem psychologischen Psychotherapeuten
- Gruppengespräche zu kritischen Lebensereignissen und aktuellen Lebensproblemen mit Begleitung durch Psychotherapeuten

### 3. Ergänzende Therapieverfahren

- Stressbewältigung (Annehmen der Realität und Lernen, den Augenblick zu verbessern)
- Selbstsicherheitstraining (Übungen zum Durchsetzen, Nein-Sagen und Kontaktaufnahmen mit direkter Erfolgsrückmeldung)
- Bewegung und Anti-Depressions-Sport
- Genussstraining

Wir entwickeln mit unseren Patienten realistische Therapieziele für die tagesklinische Phase und helfen bei der Planung der Anschlussbehandlung.



- 1 U8 Haltestelle Rathaus Reinickendorf, Fußweg 12 min  
Bus 325, 124
- 2 Eingang über den Fußweg an der Kreuzung  
Miaustraße/Borsigwalder Weg oder über das Gelände  
des Vivantes Humboldt-Klinikum

Parkplätze sind vor dem Klinikum vorhanden.



Zur Vereinbarung eines  
Vorgesprächs kontaktieren  
Sie bitte die Tagesklinik  
unter der Nummer

**Tel. (030) 130-12 2418**

Vivantes  
Humboldt-Klinikum  
Tagesklinik der Klinik für Psychiatrie,  
Psychotherapie und Psychosomatik  
Am Nordgraben 2  
13509 Berlin