



Dr. Becker - gemeinsam gesund

Wir arbeiten u. a. mit der Deutschen Rentenversicherung und den Gesetzlichen Krankenkassen zusammen. Die Brunnen-Klinik ist als beihilfefähig anerkannt. Zu allen Fragen, z. B. zur Kostenerstattung, beraten wir Sie gerne.

Ihre Ansprechpartner

Aufnahmesekretariat: Tel. (0 52 34) 9 06-9 00
Chefarzt: **Dr. med. Martin Ohly**
Tel. (0 52 34) 9 06-1 15

Brunnen-Klinik

Blumberger Straße 9
32805 Horn-Bad Meinberg
info@brunnen-klinik.de
www.brunnen-klinik.de

Tel. (0 52 34) 9 06-0
Fax (0 52 34) 9 06-4 00
www.dbkg.de



0208



Dr. Becker Unternehmensgruppe
Rehabilitation Therapie Pflege Dienstleistung



Dr. Becker Klinikgesellschaft

Brunnen-Klinik

Hilfe bei Depressionen



Ganzheitliche Rehabilitation zur
Depressionsbewältigung und
positiven Lebensgestaltung



Licht am Ende des Tunnels sehen

*Lebensprobleme aktiv
angehen*

*Trübe Gedanken
los werden*



Als psychosomatische Klinik gehen wir von einem ganzheitlichen Gesundheitsverständnis aus. Das heißt, wir beziehen die körperliche Ebene genauso in Diagnose und Therapie mit ein wie die psychischen Aspekte und Ihre persönliche Lebenssituation. Sie dazu anzuleiten, dass Sie Ihr Leben wieder in die eigenen Hände nehmen und es positiv gestalten können, ist unser wichtigstes Ziel.

Die Brunnen-Klinik ist seit über 20 Jahren auf die Therapie von Depressionserkrankungen spezialisiert. Jährlich werden rund 800 Patienten mit diesem Krankheitsbild in der Klinik qualitätsgesichert therapiert. Nutzen Sie das komplexe Wissen und die langjährige Erfahrung unseres Behandlungsteams.

Darüber hinaus wird Ihnen die Lage unserer Klinik in Bad Meinberg, unmittelbar am Rand des Teutoburger Waldes, einen erholsamen Aufenthalt garantieren.

Wir freuen uns auf Sie.

Wege aus der Krise finden

Lebensfreude wiedergewinnen

*Das Selbstwert-
gefühl stärken*





Zurück ins aktive Leben

Nach einer Studie der Weltgesundheitsorganisation WHO beeinträchtigt keine Erkrankung die Lebensqualität stärker, als die Depression. Jeder Sechste erleidet mindestens einmal im Leben eine ausgeprägte Depression. Die Betroffenen haben nicht mehr genug Energie, den Alltag zu meistern und sind schnell erschöpft. Nichts macht mehr richtig Freude. Traurigkeit, Verzweiflung und Ratlosigkeit machen sich breit. Konzentrations- und Schlafstörungen sind die Folge – das Leben wird zur Qual. Viele Menschen machen mehrere Episoden der Krankheit durch. Häufig führt dies zu langen Leidenszeiten. Die Betroffenen laufen Gefahr ihren Arbeitsplatz zu verlieren – es kommt nicht selten zu Suizidversuchen.

Die Ursachen der Depression können vielfältig sein, von erblicher Veranlagung, mangelnder Geborgenheit und Zuwendung in der eigenen Lebensgeschichte bis hin zu belastenden Lebensereignissen, wie z. B. Trennungen, Arbeitslosigkeit oder Tod von Angehörigen. Oftmals werden Depressionen zu spät erkannt. Vielen Menschen ist gar nicht bewusst, dass die Depression eine behandlungsbedürftige Krankheit ist.

Brunnen-Klinik

Medizinische Therapie und wirksame Hilfe zurück in ein aktives Leben



„Jetzt weiß ich, wie ich die Depression in den Griff bekomme. Ich fühle mich wieder stark und selbstbewusst genug, mein Leben positiv zu gestalten.“

Der Depression auf der Spur

Depressionen werden häufig verkannt, da sie sich für den Betroffenen oftmals zunächst als körperliche Schwäche oder Müdigkeit zeigen. Darüber hinaus können ein mangelndes Selbstwertgefühl und zu hohe Ansprüche an sich selbst Depressionen aufrechterhalten. Es gilt daher nicht nur mögliche Auslöser und Ursachen aufzuspüren, sondern sorgfältig den bisherigen Krankheitsverlauf und die durchgeführten Behandlungsmaßnahmen zu analysieren. So verdienen ungelöste Lebensprobleme und Konflikte ein besonderes Augenmerk.

Erst wenn alle körperlichen und seelischen Aspekte des Menschen sowie das individuelle Lebensumfeld in den Blick genommen wurden, ist der Grundstein für Ihren Therapieerfolg gelegt. Das Ergebnis dieser übergreifenden Analyse ist ein Behandlungsprogramm, das wir gemeinsam mit Ihnen Schritt für Schritt umsetzen. Für diese intensive Form der Therapie ist eine stationäre Rehabilitation erfahrungsgemäß notwendig.

Teamarbeit für Ihren Behandlungserfolg

Um alle Aspekte des Krankheitsbildes zu berücksichtigen, betreut Sie ein multiprofessionelles Team. Es besteht aus Ärzten verschiedener Fachrichtungen, Psychologen, Krankengymnasten, Bewegungs-, Sport- und Freizeittherapeuten, Masseurinnen, Krankenschwestern sowie Sozialarbeitern.

Aktiv werden

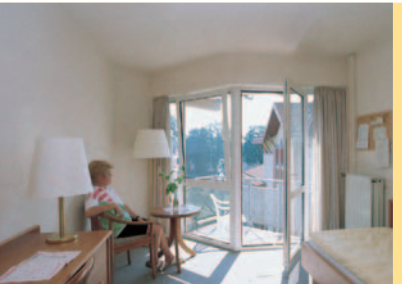

Depressive Menschen ziehen sich oft zurück, was die Erkrankung aber noch schlimmer macht. Besonders wichtig ist es daher, aktiv zu werden, um allmählich wieder zur Lebensfreude zurückzufinden. Deshalb gestalten wir gemeinsam mit Ihnen einen Therapieplan, der sich aus Aktivitäten in unterschiedlichsten Bereichen zusammensetzt. So wirken sich z. B. sportliche Aktivitäten günstig auf das Befinden depressiver Menschen aus.

Depressive Denkfehler ausschalten

Menschen mit Depressionen neigen dazu, sich die Welt düsterer zu malen, als sie tatsächlich ist. Sie sind in der Regel sehr kritisch mit sich selbst und denken schlecht von sich. Hier gilt es depressiven Denkfehlern auf die Schliche zu kommen und positives Denken wirkungsvoll entgegenzusetzen. Oft entstehen Depressionen in schwierigen Lebenssituationen, wie z. B. Problemen in der Partnerschaft, Familie und Beruf oder durch das Erleben von Kränkungen und Zurückweisungen. Insbesondere Gruppentherapien helfen, sich über das eigene Gefühlsleben klar zu werden und aus einer depressiven Lähmung zu befreien.

Lösungen entwickeln

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass das aktive, durch erfahrene Therapeuten geleitete Gespräch, ein wichtiger Baustein einer erfolgreichen Therapie ist. So werden in




speziellen Gruppentherapien aktuelle Erkenntnisse aus der Psychotherapie angewendet – z. B. aus der psychodynamischen Psychotherapie, der kognitiven Verhaltenstherapie und der interpersonellen Psychotherapie. Je nach Schwere und Hintergrund der Beschwerden geht es darum, depressive Denkmuster zu verändern, wieder aktiv zu werden oder an Problemen aus der eigenen Lebensgeschichte sowie im Umgang mit anderen Menschen gezielt zu arbeiten.

Unterstützend kommen körperbezogene Gruppenpsychotherapie und Konzentrationstrainings zur Anwendung. Bei ausgeprägten und anhaltend depressiven Beschwerden kann der zusätzliche Einsatz moderner antidepressiver Medikamente hilfreich sein, wenn nicht sogar unverzichtbar. Wir achten darauf, soweit es geht nur Medikamente ohne Abhängigkeitsrisiko einzusetzen. Wir beraten Sie umfassend über die Behandlungsmöglichkeiten und stimmen unsere Empfehlungen selbstverständlich mit Ihnen ab.

Die Behandlungsbausteine

- Medizinische Diagnostik mit Bestandsaufnahme der bisherigen Behandlungen
- Spezialisierte Gruppenpsychotherapie
- Körperbezogene Gruppenpsychotherapie
- Entspannungsverfahren, z. B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, QiGong, Atembiofeedback
- Sport- und Freizeitpädagogische Aktivitäten



Entdecken Sie rund um Bad Meinberg in Ihrer Freizeit die reizvollen Sehenswürdigkeiten und Baudenkmäler aus verschiedenen historischen Epochen.

- Physiotherapie und physikalische Therapie, Bewegungstherapie
- Einzelgespräche
- Medikamentöse Therapie

Weitere mögliche Therapiebausteine sind:

- Informationen zu Gesundheitsproblemen
- Lichttherapie
- Computergestütztes Konzentrationstraining
- Gruppentherapien zu beruflichen Problemen

Geprüfte Qualität

Die Brunnen-Klinik ist nach DIN EN ISO 9001:2000 sowie den strengen Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Medizinische Rehabilitation (DEGEMED) zertifiziert und nimmt an dem umfassenden Qualitätssicherungsprogramm der Deutschen Rentenversicherung teil. Das gibt Ihnen die Sicherheit, nach anerkannt hohen, regelmäßig überprüften Qualitätsstandards therapiert zu werden.

Darüber hinaus ist die Brunnen-Klinik mit dem Prädikat BARMER plus-Klinik (für den Bereich Depressionen) ausgezeichnet. Nur ausgewählte Kliniken erhalten die Bezeichnung aufgrund von z. B. medizinisch optimierten Behandlungsprogrammen, vorbildlicher Qualitätssicherung oder umfassenden Schulungsangeboten.

