

Herzerkrankungen und ihre Auswirkungen auf die Psyche

Koronare Herzerkrankung
Herzrhythmusstörungen
Herzinsuffizienz



Herzkranken Menschen sind starken psychischen Belastungen ausgesetzt: Werde ich wieder vollständig gesund? Kann ich meinen Alltag selbstständig bewältigen? Werde ich meinen Beruf wieder ausüben können? Oftmals sind depressive oder angstgefüllte Verstimmungen nach einer Herzerkrankung zu beobachten, die sich negativ auf den Gesundungsprozess auswirken.

Laut einer Studie, die in den Jahren 2002/2003 in Kooperation mit der Psychosomatischen Abteilung der Universität Göttingen in der Klinik Möhnesee durchgeführt wurde, konnten Angst und Depressivität kardiologischer Patienten während der Rehabilitation deutlich verringert werden.

Auf Basis dieses jahrelangen Expertenwissens gründete die Klinik Möhnesee das Zentrum für Psycho-Kardiologie. Darüber hinaus wird unsere Arbeit wissenschaftlich durch die Universität Köln und den Arbeitsbereich Rehabilitationswissenschaften der Universität Würzburg begleitet.

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

Ihre Ansprechpartner

Chefarzt Kardiologie: Dr. med. Rainer Schubmann
Tel. (0 29 24) 8 00-5 20

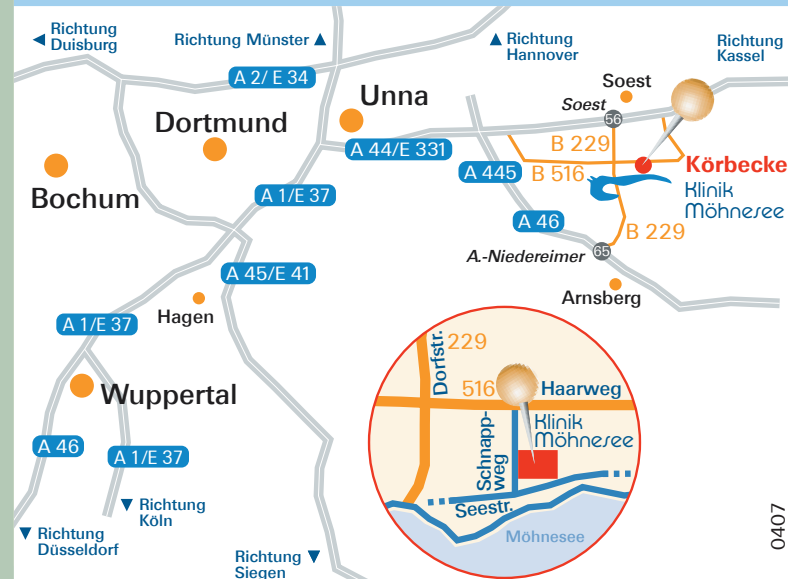
Chefarzt Psychosomatik: Dr. med. Thomas Müller-Holthusen
Tel. (0 29 24) 8 00-5 59

Aufnahmesekretariat: Tel. (0 29 24) 8 00-5 14

Klinik Möhnesee
Zentrum für Psycho-Kardiologie

Schnappweg 2 Tel. (0 29 24) 8 00-0
59519 Möhnesee-Körbecke Fax (0 29 24) 8 00-5 57
psychokardio@klinik-moehnesee.de www.dbkg.de

www.psychokardio.de



Zentrum für
Psycho-Kardiologie
Klinik Möhnesee

Psychische Belastungen und ihre Auswirkungen auf das Herz



Depressionen
Angsterkrankungen
Stress



Wechselwirkungen zwischen
Psyche und Herz
gezielt diagnostizieren
und therapieren

Psychische Erkrankungen, wie z. B. Depressionen, können sich stark auf die körperliche Gesundheit auswirken. Im Vergleich zu Gesunden haben psychisch belastete Menschen ein erheblich erhöhtes Risiko, an Herzrhythmusstörungen, Verengungen der Herzkranzgefäße (Koronare Herzkrankheit) oder auch an einem Herzinfarkt zu erkranken. Depressive Menschen leiden etwa doppelt so oft an Herzerkrankungen wie die übrige Bevölkerung. Auch haben Depressionen einen negativen Einfluss auf den Verlauf bereits bestehender Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Darüber hinaus zeigen Studien, dass depressive Menschen sich weniger um einen gesunden Lebensstil und ihre Herzgesundheit kümmern können als psychisch Gesunde. Die Psyche lastet – im wahrsten Sinne des Wortes – auf dem Herzen.

Das Zentrum für Psycho-Kardiologie der Klinik Möhnesee ist darauf spezialisiert, psychisch erkrankte Menschen mit kardiologischen Symptomen zu behandeln.



Dr. Becker Unternehmensgruppe
Rehabilitation Therapie Pflege Dienstleistung



Dr. Becker Klinikgesellschaft



Zentrum für
Psycho-Kardiologie
Klinik Möhnesee



„Ich fühle mich wieder stark und selbstbewusst
genug, mein Leben positiv zu gestalten.“



Risikofaktoren richtig einschätzen

Seit der Antike sind Zusammenhänge zwischen seelischen Belastungen und Herzkrankheiten bekannt. Was Laien und Fachleute immer schon angenommen haben, konnte durch wissenschaftliche Studien in den letzten Jahren nachgewiesen werden: Es besteht ein direkter Zusammenhang zwischen Erkrankungen der Psyche und solchen des Herzens. So können z. B. Angsterkrankungen physische Prozesse negativ beeinflussen – biologische Erklärungsversuche führen dies u. a. auf einen veränderten Hormonspiegel bei psychischen Störungen zurück.

Daraus folgt: Einerseits müssen psychische Belastungen genauso wie z. B. erhöhter Blutdruck, eine Fettstoffwechselförderung oder eine Zuckerkrankheit, als Risikofaktoren für Herzerkrankungen fachgerecht behandelt werden. Andererseits sind schnellere und nachhaltigere Behandlungserfolge bei Depressionen möglich, wenn kardiologische Symptome rechtzeitig diagnostiziert und gezielt mittherapiert werden.

Das Zentrum für Psycho-Kardiologie leistet beides

Da in der Klinik Möhnesee eine kardiologische und eine psychosomatische Abteilung unter einem Dach vereint sind und seit langem erfolgreich kooperieren, bestehen beste Voraussetzungen für eine ganzheitlich ausgerichtete psycho-kardiologische Therapie. Denn sowohl das

medizinisch-therapeutische Wissen als auch die notwendigen technisch-diagnostischen Einrichtungen beider Bereiche stehen zur Verfügung. Kurze Wege ermöglichen den Behandlungsteams fast jederzeit fachübergreifende Gespräche und optimieren somit die Zusammenarbeit.

Bei uns ist Kardiologie Herzenssache

Je nach Untersuchungsergebnis stehen z. B. unseren kardiologischen Patienten Therapiemodule zur Verfügung, die sich auf *alle* festgestellten Risikofaktoren beziehen. Wenn nötig, umfasst die Behandlung dann die intensive Information zu psychisch relevanten Faktoren, Schulungen in der Stressbewältigung oder die Aktivierung von psychischen Schutzfaktoren.

So beinhaltet ein individueller Therapieplan z. B.:

- Optimierung der medikamentösen Behandlung (ggf. auch Einsatz von Medikamenten gegen Depressionen unter Berücksichtigung der Verträglichkeit mit Herzmedikamenten)
- Ernährungsberatung z. B. hinsichtlich der Blutfette
- Sporttherapie (ggf. unter Monitorüberwachung) mit ausführlicher Information über optimale Trainingsbelastungen
- Optimierung der Blutdruck- und ggf. Blutzuckereinstellung

- Physikalische Therapie einschließlich Krankengymnastik
- Einzelpsychotherapie bei Bedarf: Gespräche mit einem Facharzt für Psychotherapie oder einem Psychologischen Psychotherapeuten
- Gruppenpsychotherapie mit Schwerpunkt Krankheitsbewältigung und Krankheitsverarbeitung
- Vorträge für herzkranken Patienten, z. B. zu den Themen Stressbewältigung, psychische Schutzfaktoren, psychologische Aspekte der Gewichtsreduktion u. v. m.
- Entspannungstraining: Auswahl aus einer Vielzahl von Methoden, z. B. Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Beste Bedingungen

Sie wohnen in komfortablen Einzelzimmern mit geschmackvoller und bequemer Ausstattung. Die Zimmer sind mit Dusche, WC, Balkon mit Seeblick, Fernsehanschluss und Telefon ausgestattet. Ist die Aufnahme einer Begleitperson vorgesehen, stehen nach Absprache auch Doppelzimmer zur Verfügung.

Für Begegnungen, Sport- und Freizeitaktivitäten bieten wir Ihnen viel Raum. Besuchen Sie unser Café oder unsere hauseigene Bibliothek mit Internetzugang. Schwimmbad und Sauna stehen Ihnen genauso zur Verfügung wie Fitnessraum oder Beach-Volleyballplatz. Für Ihre Entspannung finden Sie optimale Bedingungen, denn Wasser, Weite,

sanfte Hügel und idyllische Fachwerkhäuser prägen das Bild der Umgebung. Die Klinik liegt unmittelbar am Nordufer des Möhnesees – der größten zusammenhängenden Wasserfläche Nordrhein-Westfalens. Zahlreiche Wassersportangebote stehen Ihnen zur Auswahl.

Geprüfte Qualität

Die Klinik Möhnesee ist nach DIN EN ISO 9001:2000 und den Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Medizinische Rehabilitation (DEGEMED) zertifiziert. Darüber hinaus nehmen wir an den Qualitätssicherungsverfahren der Deutschen Rentenversicherung und Gesetzlichen Krankenkassen teil. Zusätzlich ist die Klinik durch die Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation (DGPR) strukturzertifiziert.

Das gibt Ihnen die Sicherheit, nach anerkannt hohen, regelmäßig überprüften Qualitätsstandards therapiert zu werden.



Möchten Sie mehr über uns erfahren? Bitte sprechen Sie uns an – wir beantworten Ihre Fragen gerne.