

Station 20 – Station mit dem Schwerpunkt auf der Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen und komorbiden Störungen (seelische und körperliche Begleiterkrankungen)

Einleitung:

Die Station 20 behandelt Patienten, die den Umgang mit Alkohol, Drogen oder auch Medikamenten nicht mehr in der Art steuern können, wie sie es sich eigentlich für sich wünschen. Der Konsum ist *aus dem Ruder gelaufen*. Gesundheitliche Probleme können die Folge sein und die Sorge um körperliche Beschwerden ist nicht selten Anlass um erstmals Hilfe aufzusuchen. Auch das Umfeld, insbesondere die Partnerschaft, aber auch das Verhältnis zu Freunden und Bekannten können in Schieflage geraten sein – so können vielfältige Gründe zu einem Beratungsgespräch oder einer Aufnahme führen. Wenn der Konsum zu solchen oder ähnlichen Problemen geführt hat, sind in der Regel die medizinischen Kriterien für eine Abhängigkeitserkrankung erfüllt.

Die Bezeichnung „Erkrankung“ deutet schon darauf hin, dass es erforderlich sein kann, sich durch Ärzte oder Psychotherapeuten Unterstützung zu holen: Würden es die Betroffenen alleine selber wieder hinbekommen, so hätten sie es sicherlich schon getan.

Am Anfang steht häufig eine Ambivalenz: Man ist hin- und hergerissen, kann sich nicht entscheiden. Einerseits sprechen viele Gründe dafür, den Konsum zu verändern; andererseits heißt es aber vielleicht auch, sich von Trinkfreunden loszusagen. Zudem erfordert es, „die Karten auf den Tisch zu legen“, sagen was ist, Therapie zu machen ist anstrengend und keiner ist gerne im Krankenhaus. Diese oder ähnliche Befürchtungen können die Entscheidungsfähigkeit lähmen. Wir sehen unsere Aufgabe darin, dieses Für und Wider gründlich mit Ihnen zu analysieren, so dass Sie am Ende diese Ambivalenz auflösen und mit Tatkraft eine Entscheidung treffen können.

Unser Team ist davon überzeugt, dass in jedem die Fähigkeit innewohnt, sich wieder aus dem Teufelskreis der Abhängigkeit zu befreien und sich ein sinnvolles Leben aufzubauen. Wir möchten unseren Patienten dabei in einem ganzheitlichen Sinne unterstützen.

Körperliche Entgiftung:

Nach der Aufnahme erfolgt zunächst die rein körperliche Entgiftung. Abhängig von der Substanz dauert diese wenige Tage bis mehrere Wochen. Die rein körperliche Entgiftung von Alkohol dauert in der Regel 3–6 Tage. In dieser Zeit liegt das Hauptaugenmerk darauf, schwere Entzugssymptome zu mildern und Komplikationen zu vermeiden. Sie werden engmaschig durch unser Pflegepersonal überwacht, und die Gabe von Medikamenten erfolgt, wenn erforderlich: Es gilt das Prinzip „so viel wie nötig, so wenig wie möglich“.

Qualifizierter Entzug:

Der körperliche Entzug ist nur ein kleiner Teil des Gesamtproblems. Zur Aufklärung und Bewältigung der Abhängigkeitserkrankung bieten wir mit unserem Team den sogenannten Qualifizierten Entzug an. Der Qualifizierte Entzug dauert in der Regel 21 Tage und besteht aus folgenden Angeboten:

- Diagnostik und Therapie von Begleiterkrankungen:
- Psychotherapie im Gruppen- und Einzelsetting
- Vermittlung der Patienten in das regionale Suchthilfesystem
- Direkte Beratung durch Einrichtungen des örtlichen Suchthilfesystems, z.B. Caritas
- Vorstellung von Selbsthilfegruppen in der Klinik
- Angehörigeninformation und -beratung
- Ergotherapie
- Musiktherapie
- Sport-/Bewegungstherapie
- Achtsamkeit

Diagnostik und Therapie von Begleiterkrankungen:

Nicht selten liegt neben der Abhängigkeitserkrankung auch eine weitere psychische oder auch körperliche Erkrankung vor. Bezüglich der körperlichen Begleiterkrankungen erfolgt eine gründliche Diagnostik mit allen Möglichkeiten eines Allgemeinkrankenhauses. Sollte eine Therapie notwendig sein, werden wir diese einleiten. Wenn spezielle Fragen nicht im Hause geklärt werden können, erfolgt eine Vermittlung in die entsprechenden Abteilungen.

Auch hinsichtlich psychischer Begleiterkrankungen, wie zum Beispiel Depressionen und Angsterkrankungen legen wir großen Wert auf die Diagnostik und die Behandlung. Für die Behandlung von Begleiterkrankungen kommt die sogenannte „**Acceptance and Commitment Therapy**“ (**kurz: ACT**) zur Anwendung. Es handelt sich dabei um eine moderne Form der Verhaltenstherapie. Der Schwerpunkt der psychotherapeutischen Behandlung liegt auch hier in den Gruppentherapien, es erfolgen aber auch einzeltherapeutische Gespräche.

Psychotherapie:

Im Rahmen der psychotherapeutischen Behandlung wird zunächst betrachtet, welche individuellen Faktoren und Lebensumstände zu einer Eskalation der Trink- oder anderen Konsumgewohnheiten führten. Welche **Entstehungsbedingungen** gab es? In der Gruppentherapie stellen viele Betroffene fest, dass es durchaus einige Gemeinsamkeiten mit Mitpatienten gibt, individuelle Themen, die man nicht in der Gruppentherapie ansprechen mag, können in der Einzeltherapie angesprochen werden.

In einem nächsten Schritt geht es darum wieder „**zurück ins Leben zu finden**“: Während des Konsums wurden wichtige Lebensbereiche vernachlässigt, Hobbys nicht mehr ausgeführt, der Kontakt zu eigentlich wichtigen Personen vernachlässigt. Es gilt also diesem Teil wieder vermehrte Aufmerksamkeit zu widmen, um so auch eine gute Basis für eine weitere Abstinenz zu haben. Es geht um einen ausgeglichenen Lebensstil mit der zentralen Frage: „Wer oder was ist mir im Leben wichtig“.

Zudem darf auch die Frage nicht vernachlässigt werden, wie Rückfälle in ein altes Verhaltensmuster vermieden werden können. In den therapeutischen Angeboten werden Strategien zur **Rückfallprophylaxe** erarbeitet.

Weiterbehandlung und Vermittlung der Patienten in das regionale Suchthilfesystem:

Eine Gewohnheit, die sich über Jahre eingeschlichen hat, ist meist nicht in drei Wochen umfassend zu behandeln. Es gilt, eingeschliffene Verhaltensmuster zu durchbrechen und automatisierten Verhaltensweisen entgegenzuwirken. Daher werden Sie durch unseren Sozialdienst eingehend zu weiteren Behandlungsmöglichkeiten beraten.

Selbsthilfegruppen können eine außerordentlich gute Unterstützung bei der Bewältigung einer Abhängigkeitserkrankung sein. Daher schätzen wir es sehr, dass die regionalen Selbsthilfegruppen auf unserer Station ihr Angebot vorstellen. Sie haben aber auch die Möglichkeit, noch während der Behandlung außerhalb der Klinik Selbsthilfegruppen aufzusuchen und kennen zu lernen.

Es erfolgt zudem eine direkte Beratung durch Einrichtungen des örtlichen Suchthilfesystems. Die Suchtberatungsstelle der Caritas bietet zum Beispiel regelmäßig Sprechstunden auf unserer Station an.

Beratung durch unseren Sozialdienst:

Vor allen Dingen durch unseren Sozialdienst werden Sie aber über alle Möglichkeiten der regionalen Suchthilfe und der Rehabilitationsmöglichkeiten beraten.

Selbstverständlich unterstützen wir Sie auch bei anderen, sozialen oder finanziellen Beratungsbedarf.

Angehörigenberatung:

Sofern gewünscht, bieten wir auch Angehörigengespräche gemeinsam mit dem Betroffenen an. Diese können mit einem Arzt oder Therapeuten, aber auch mit unserem Sozialdienst erfolgen. Auch Helferkonferenzen, bei denen wir das Netzwerk der helfenden Personen an einen Tisch bringen, erachten wir als hilfreich und wünschenswert – selbstverständlich nur mit Einverständnis des Patienten.

Zusätzlich findet einmal im Monat in unserer Klinik eine Angehörigengruppe statt.

Ergotherapie:

Im Rahmen der Ergotherapie steht im Vordergrund, sich wieder auf etwas Wesentliches und Konkretes zu konzentrieren.

Es wird zum Beispiel aber auch gemeinsam gekocht und gebacken, um so auch das Erleben von Geschmack und Genuss wieder zu fördern.

Sportliche Aktivitäten und Bewegungsprogramme:

Sie haben die Möglichkeit, jeden Tag in unserem modernen Sportraum Ihre körperliche Fitness zu stärken, mal wieder richtig durchzuatmen und den Körper zu spüren. Wer sich weniger verausgaben möchte, kann auch Spaziergänge im Wald machen oder gemeinsam Tischtennis spielen.

Achtsamkeit:

Die Teilnahme an der Achtsamkeitsgruppe soll eine unheimlich wichtige Fertigkeit trainieren: Innehalten, unseren „Auto-Piloten“ mal zu unterbrechen und für einen Moment im Hier & Jetzt zu sein.

Diese Fähigkeit ist keinesfalls selbstverständlich. Tagein und tagaus sind wir in unseren Routinen, die Gedanken hängen in der Vergangenheit und wandern in die Zukunft. Wir analysieren und beurteilen stets und ständig, was wir machen oder gemacht haben – und dabei sind wir in unseren Gedanken nicht immer sehr freundlich zu uns selbst! Die Fähigkeit des Innehaltens kann uns helfen, dass wir uns bei solchen Grübeleien „ertappen“ und damit den ersten Schritt machen, diese zu unterbrechen.

Nachsorge:

Die Entlassungsphase stellt nicht selten eine schwierige und sensible Behandlungsphase dar: Plötzlich fällt der schützende und strukturierende Rahmen der stationären Behandlung weg und die Betroffenen sind den Schwierigkeiten des Alltags wieder voll ausgesetzt. Die Rückfallgefahr ist in dieser Zeit besonders hoch. Die sorgfältige Planung der Nachsorge ist ein wichtiger Baustein in der Behandlung. Daher bieten wir unseren Patienten die sogenannte **„nachstationäre Behandlungsphase“** an. In dieser Phase ist es möglich, innerhalb von 2 Wochen bis zu 7 Behandlungstermine wahrzunehmen und so weiter am Behandlungsprogramm teilzunehmen.

Die Nachsorge kann auch über die **psychiatrische Institutsambulanz (PIA)** unserer Abteilung erfolgen. In diesem Rahmen können keine stationären Angebote wahrgenommen werden, jedoch die therapeutischen Angebote der PIA. Diese steht insbesondere denjenigen Patienten zur Verfügung, die an einer weiteren psychiatrischen Erkrankung leiden und dabei eine medikamentöse Therapie mit Psychopharmaka indiziert ist.

Ambulanz für Abhängigkeitserkrankungen:

Angegliedert an unsere Psychiatrische Institutsambulanz bietet unsere Abteilung eine spezielle ambulante Sprechstunde für Patienten mit einer Abhängigkeitserkrankung an. In erster Linie richtet sich das Therapieangebot an Patienten mit einer

„Doppeldiagnose“ (zum Beispiel **Psychose & Sucht, Depression & Sucht**).

Behandlungsangebote dieser Sprechstunde umfassen auch die Möglichkeit zum ambulanten Entzug von Alkohol und Drogen, sofern dies medizinisch vertretbar ist.

Diejenigen, die sich derzeit keine Abstinenz vorstellen können, unterstützen wir bei dem Wunsch, den sogenannten risikoarmen Konsum zu praktizieren.

Wir behandeln und beraten in dieser Sprechstunde auch Patienten, bei denen das Verhalten zur Sucht geworden ist (zum Beispiel Spielsucht, pathologischer Internetgebrauch).

Aufnahmeprozedere:

Wenn Sie an einer Behandlung in unserer Klinik und der Ambulanz interessiert sind, können Sie sich gerne einen Beratungstermin geben lassen. Jeweils montags von 11:00 bis 12:00 Uhr findet eine offene Sprechstunde auf der Station 20 statt.

Sie benötigen für diesen Termin eine **Überweisung durch Ihren Hausarzt**.

Sollten Sie eine **stationäre Behandlung** wünschen, so wird eine Einweisung benötigt.
Bitte melden Sie sich vorher auf der Station 20 (Telefon: 03302 545-4210) an.