

## Depressions- und Burnoutbewältigung

Sehr geehrte Interessentin,  
sehr geehrter Interessent!

Die moderne Forschung belegt, dass Erkrankungen wie z.B. depressive Syndrome nur selten eine einzige Ursache haben und somit die Behandlung auf verschiedenen Ebenen (körperlich, seelisch, sozial) erfolgen muss. Oft kann man bei den Ursachen nicht genau zwischen den einzelnen Faktoren trennen. Jede Erkrankung hat körperliche (z.B. Schlafstörungen), seelische (z.B. Grübeln) und soziale (z.B. sozialer Rückzug) Aspekte. Am Anfang einer Depression kann ein seelisches Problem, z.B. die Trauer über den Verlust des Arbeitsplatzes stehen; aber genauso kann es sein, dass es sich um eine biologische Fehlfunktion, also eine Stoffwechselstörung im Gehirn handelt. Man weiß z.B. auch, dass viele Schilddrüsenkranke durch ihre Hormonstörungen zusätzlich unter depressiven Stimmungen leiden. Die salus klinik bietet Menschen mit depressiven Erkrankungen oder Burnout ein fundiertes Behandlungskonzept mit guten Erfolgsaussichten. Um unsere Klinik kennen zu lernen, besuchen Sie gerne unseren **Offenen Info-Abend**, der **jeden 2. und 4. Montag im Monat um 18:00 Uhr** stattfindet (außer an Feiertagen).

Gerne informieren wir Sie auch über psychosomatische Angebote der Frauenklinik.

Mit freundlichen Grüßen

Inés Frege

Leitende Ärztin der Fachklinik für Psychosomatik

### Aufnahmesekretariat:

Telefon 02233-8081-847

Stefanie Quadt

s.quadt@salus-huerth.de

Stefan Mauer

s.mauer@salus-huerth.de

## So erreichen Sie uns

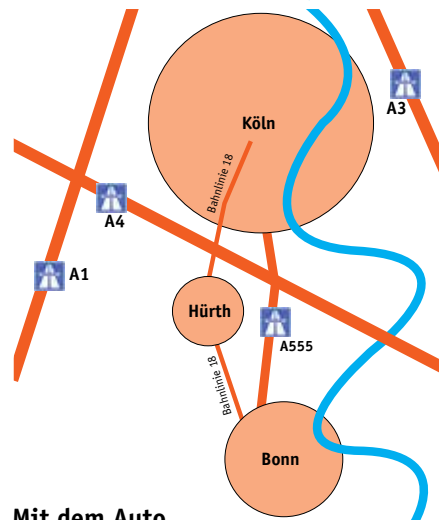
### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Von Köln/Bonn

Mit der KVB-Straßenbahnlinie 18 bis Haltestelle Hürth-Hermülheim. Dann weiter mit der Buslinie 714 bis zur Haltestelle Rathaus. Dort steigen Sie in die Buslinie 711 in Richtung „Berrenrath/Eifelstraße“ und fahren bis zur Haltestelle „De Bütt“.

Von Köln Hauptbahnhof

Fahren Sie mit der Buslinie 978 bis zur Haltestelle Hürth/Stotzheimer Straße. Von dort aus erreichen Sie die Klinik bequem zu Fuß (ca. 500 m Fußweg).



### Mit dem Auto

Vom Kölner Autobahnring A4, Ausfahrt Containerbahnhof/Klettenberg Richtung Hürth, nach ca. 2,5 km rechts auf die Horbeller Straße abbiegen, weitere 1,8 km bis Kreuzung Sudetenstraße, dort links abbiegen. Nach 1,2 km rechts in die Argelès-sur-Mer-Straße (am Kindergarten vorbei).



### salus klinik Hürth

Argelès-sur-Mer-Straße 5

50354 Hürth

Telefon 02233 8081-0

mail@salus-huerth.de

www.salus-huerth.de

04-G-ÖM-0043; August 2019

salus klinik Hürth



## Fachklinik für Psychosomatik

## Depressions- und Burnoutbewältigung



„Verbringe die **Zeit** nicht mit der **Suche** nach einem **Hinderniss**, vielleicht ist **keines** da.“

F. Kafka



## Unser Behandlungsangebot ...

### ...richtet sich an Rehabilitand\*innen mit folgenden Störungsbildern/ICD-Störungen:

- F32 Depressive Episode
- F33 Rezidivierende depressive Störungen
- F31 Bipolare affektive Störung
- F34.1 Dysthymia
- F43.21 Anpassungsstörungen im Sinne einer längeren depressiven Reaktion
- Z73 Burnout

### ... sowie bei weiteren psychischen Krankheiten wie z.B.

- Angst- und Panikstörungen
- Somatisierungsstörungen (wiederholtes Auftreten verschiedener körperlicher Beschwerden, für die keine eindeutige körperliche Ursache gefunden werden kann)
- Schmerzstörungen
- Psychosomatosen (Tinnitus, Asthma bronch., Migräne, art. Hypertonie, Neurodermitis uvm.)

## Das Behandlungskonzept...

... setzt sich aus verhaltenstherapeutisch-orientierten Einzel- und Gruppengesprächen, Indikativgruppen (Soziales Kompetenztraining, Depressionsgruppe, Genussgruppe, Achtsamkeit, Entspannungstechniken) sowie Sport-, Ergo-, Kreativ- und Entspannungstherapien zusammen. Wichtige Elemente der Behandlung sind die Erarbeitung eines individuellen Erklärungsmodells für die Symptomatik sowie die Ableitung eines individuell auf den Rehabilitand\*innen abgestimmten Behandlungsplans. Behandlungsziele sind der Aufbau angenehmer Aktivitäten, die Verbesserung sozialer Fertigkeiten und die Reduktion depressionsfördernder Gedanken und Einstellungen.

Um Ihnen in der salus klinik die bestmöglichen Bedingungen zur Veränderung zu ermöglichen, passen wir Verweildauer und Behandlungsrahmen an ihre individuellen Bedürfnisse an und bieten Ihnen drei verschiedene Möglichkeiten:

- die stationäre Behandlung,
- die ganztägig ambulante Behandlung,
- die Kombitherapie (stationär/ambulant)

Diese helfen Ihnen dabei, neu erlernte Strategien und Verhaltensweisen unter wirklichkeitsnahen Bedingungen zu überprüfen und den Transfer in den Alltag zu erleichtern.



## Wir bieten Ihnen ...

- ein wissenschaftlich fundiertes psychotherapeutisches Behandlungskonzept
- eine angenehme, freundliche und vertrauensvolle Behandlungsatmosphäre
- die Unterbringung in einem modernen und komfortablen Einzelzimmer mit eigenem Duschbad, Minisafe, Kühlschrank, Telefon, TV und WLAN-Zugang
- Möglichkeiten zu Paar-, Familien- oder Arbeit-gebergesprächen
- einen Wellnessbereich mit zwei finnischen Saunen und Ruhebereich
- ein Patientencafé im Foyer
- sowie zahlreiche Freizeitangebote auf dem Klinikgelände und in der nahen Umgebung.

