



Heiligenfeld

Kliniken



Corona-Burnout Long-COVID

Stationäre psychosomatische
Therapie



EINE HERAUSFORDERUNG FÜR UNS ALLE

Wie geht es Ihnen? Wie fühlen Sie sich, nach einer so langen Zeit im Ausnahmezustand infolge der Corona-Pandemie?

Vermutlich haben die allerwenigsten damit gerechnet, dass wir auch in 2021 noch derartig massive Einschränkungen in Kauf nehmen und mit so viel Unsicherheit würden leben müssen. Es herrscht eine zunehmende „Pandemiemüdigkeit“ und Erschöpfung in der Bevölkerung – und es wird deutlich, welche Spuren die Krise bei den Menschen hinterlassen hat.

In der täglichen Berichterstattung finden sich immer häufiger Berichte über die Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit – Berichte, die aufhorchen lassen! Anhaltender Stress, Unsicherheit und (gefühlte) Unkontrollierbarkeit führen bei vielen Menschen zu einem massiven Belastungserleben. Die Gefahr einer Ansteckung, finanzielle Sorgen bis hin zur Existenzangst und demgegenüber fehlende Ressourcen speziell im zwischenmenschlichen Bereich erzeugten in den vergangenen Monaten eine enorme Anspannung, letztlich bis zum psychischen Zusammenbruch.



WIR LASSEN SIE NICHT ALLEIN!

Uns ist es ein zentrales Anliegen, Hilfe anzubieten, um dem „Corona-Burnout“ etwas entgegenzusetzen! Unsere Therapieprogramme greifen genau die Belastungen auf, mit denen sich viele Menschen seit dem Beginn der Pandemie konfrontiert sehen:

- Umgang mit Bedrohungsgefühlen und anderen krisenbedingten Gefühlslagen
- Meine soziale Isolation in der Krisenzeit
- Beziehung mit mir selbst, zu anderen, zur Gruppe
- Meine Krisenkompetenz – meine Stabilisierungsfähigkeit – meine Ressourcen
- Meine kreativen Fähigkeiten in der Krise
- Die Sinnfrage im Spiegel der Krise
- Ein am eigenen Sinn orientiertes aktives Leben zwischen Über- und Unterforderung

Ziele der Behandlung

- Stabilisierung und Regeneration
- Angstbewältigung
- Erarbeitung funktionaler Lösungs- und Bewältigungsstrategien
- Ressourcenstärkung
- Förderung der Resilienz

UMFASSENDE STATIONÄRE PSYCHOTHERAPIE

Eine Krisensituation wie die gegenwärtige globale Corona-Pandemie ist bisher beispiellos. Neben der Verschlechterung bereits bestehender psychischer Erkrankungen können auch Menschen, die bisher keine Beschwerden hatten, an eine Grenze kommen. Zwar wird bestmöglich versucht, durch eine Anpassung der professionellen Unterstützungsangebote – Telefonsprechstunden oder Begleitung via Videotelefonie – Hilfesuchenden eine Plattform zu bieten, doch in manchen Fällen reichen diese Maßnahmen nicht aus.

In der aktuellen Krisensituation versagen psychische Anpassungs- und Kompensationsmechanismen, bisherige Bewältigungsstrategien werden ganz oder teilweise unwirksam.

In den [Heiligenfeld Kliniken](#) bieten wir Betroffenen eine stationär-psychosomatische Behandlung, die sich vertiefend sowohl mit den bestehenden Belastungen als auch mit individuellen Ressourcen und Potenzialen beschäftigt. Das ganzheitliche Therapiekonzept verbindet verschiedenste Ansätze: tiefenpsychologisch, systemisch, verhaltens- und körpertherapeutisch sowie achtsamkeitsbasiert.



KURZZEITTHERAPIE FÜR PRIVATVERSICHERTE UND SELBSTZAHLER*INNEN

In der [Parkklinik Heiligenfeld](#) in Bad Kissingen sowie in der [Heiligenfeld Klinik Berlin](#) besteht die Möglichkeit einer zwei- bis vierwöchigen Kurzzeittherapie, die sich schwerpunktmäßig mit den Herausforderungen und Belastungen durch die Corona-Pandemie beschäftigt.

Ziel ist das konstruktive Durchleben der Krisensituation. Mit dem Fokus auf den Teilbereichen „Soziales“, „Kompetenzen“ und „Sinnfindung“ sollen diejenigen Aspekte angesprochen werden, die wir aktuell als besonders relevant erachten – sowohl im Hinblick auf die Schwierigkeiten als auch hinsichtlich der Chancen, die sich möglicherweise durch die Krise ergeben.

Sollten Sie ein Haustier (Hund oder Katze) besitzen, so können Sie dieses problemlos zur stationär-psycho-somatischen Behandlung mitbringen. Tiergerecht eingerichtete Zimmer stehen Ihnen in beiden Kliniken zur Verfügung.



KRISENGRUPPE FÜR GESETZLICH VERSICHERTE AUS BAYERN

In der [Fachklinik Heiligenfeld](#) in Bad Kissingen bieten wir die Möglichkeit der Behandlung in unserer Krisengruppe. Aktuell können Personen aus ganz Bayern aufgenommen werden. Konzipiert für eine kurzfristige Aufnahme zur Stabilisierung und Regeneration bei einer maximalen Behandlungsdauer von 14 Tagen, legen wir auch hier den Fokus auf die spezielle Situation angesichts der Corona-Pandemie. Strukturierende und entlastende Therapieelemente finden genauso Anwendung wie eine behutsame Unterstützung in der Angstbewältigung, der emotionalen Stärkung und im Aufbau wirksamer Stressbewältigungsmechanismen.

Die [Heiligenfeld Klinik Waldmünchen](#) ist spezialisiert auf die Behandlung von Erwachsenen, Eltern, Kindern und Jugendlichen. Das Therapieprogramm richtet sich sowohl allgemein auf die Herausforderungen durch die Corona-Pandemie als auch insbesondere auf die hierdurch ausgelösten sozialen und innerfamiliären Belastungen.



CORONA-RESILIENZ

Als Gegenmittel zum Burnout-Prozess haben sich in den letzten Jahren Gesundheitskompetenz und Resilienz entwickelt. Resilienz heißt so viel wie Widerstandskraft gegenüber Lebenskrisen, Krankheiten und Belastungen.

Resilienz ist eine psychosoziale Kompetenz, die auf der Fähigkeit basiert, das eigene Leben gestalten zu können, auf die eigene Gesundheit und Lebensführung Einfluss nehmen zu können.

In Bezug auf Corona kann dies bedeuten, den Blick von der Angst, der Bedrohung, der Hilflosigkeit und Ohnmacht umzulenken, hin zur eigenen Hoffnung, zum Mut, zum Selbstvertrauen, zur eigenen Kraft, zu den eigenen Kompetenzen und Handlungsmöglichkeiten: **„Ich bin nicht nur ausgeliefert, sondern ich kann etwas tun!“**

Resilienz basiert zudem auf unserer Fähigkeit, tragfähige und erfüllte Beziehungen zu entwickeln und zu pflegen. Und als geistige Kompetenz bedeutet sie sowohl die Fähigkeit zur geistigen Klarheit als auch dazu, ein sinnvolles Leben führen zu können.





LONG-COVID – BEHANDLUNG IN DEN HEILIGENFELD KLINIKEN

Immer mehr Menschen berichten im Anschluss an eine SARS-CoV-2-Infektion von dauerhaften Beschwerden, mit massiven Auswirkungen auf sämtliche Lebensbereiche. Doch nicht nur eine zurückliegende Corona-Erkrankung kann langfristige Probleme verursachen! Allein die Tatsache des monatelangen Krisenmodus sorgt für eine psychische Labilisierung, mit dem deutlichen Risiko der Entstehung neuer oder der Verschlechterung bereits bestehender psychosomatischer Erkrankungen.

In der [Parkklinik Heiligenfeld](#) und der [Heiligenfeld Klinik Berlin](#) bieten wir Betroffenen hier Hilfe und Unterstützung, in Form einer multimodalen und integrativen Therapie, durch Ärzt*innen verschiedener Fachrichtungen, Klinische Psycholog*innen, Bewegungs-, Sport- und Physiotherapeut*innen sowie Ernährungsberater*innen und Sozialpädagog*innen.

Während sich das Behandlungsangebot der [Parkklinik Heiligenfeld](#) an Privatversicherte, Beihilfeberechtigte und Selbstzahler*innen richtet, erfolgt die Long-COVID-Therapie in der [Heiligenfeld Klinik Berlin](#) vorrangig im Rahmen des berufsgenossenschaftlichen Heilverfahrens. Der Erhalt der Erwerbsfähigkeit bzw. die Rückkehr ins Berufsleben ist ein wesentliches Behandlungsziel.

WIR SIND FÜR SIE DA!

Haben Sie Fragen zu einem stationären Aufenthalt in einer unserer Kliniken?

Vor einem Klinikaufenthalt gilt es eine Menge zu regeln und zu organisieren – beruflich und privat, aber genauso auch im Hinblick auf die anstehende Behandlung. Ob nun Krankenhausaufenthalt oder stationäre Rehabilitation, ob gesetzliche Krankenkasse, Berufsgenossenschaft oder private Krankenversicherung: Es tauchen Fragen auf, die Sie am besten mit einem*einer kompetenten Ansprechpartner*in klären sollten.

Unser Team des Zentralen Aufnahmemanagements hilft Ihnen hier gerne weiter. Professionell, persönlich, unverbindlich!

Kontakt | Zentrales Aufnahmemanagement

Heiligenfeld GmbH
Zentr. Aufnahmemanagement
Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen

Mo.-Do. 07:30 - 18:00 Uhr
Fr. 07:30 - 15:00 Uhr

Privatversicherte/
Selbstzahler*innen:
Tel. 0971 84-4444
info@heiligenfeld.de

Gesetzlich Versicherte:
Tel. 0971 84-0
info@heiligenfeld.de



ANKE STOLLBERGER
*Leitung Zentrales
Aufnahmemanagement*

DIE KLINIKGRUPPE HEILIGENFELD

Leben lieben

Unter dem Dach „Heiligenfeld“ vereinen wir sechs Fachkliniken mit dem Schwerpunkt Psychosomatische Medizin. Zugehörig ist auch eine Klinik für orthopädisch-unfallchirurgische, internistische, onkologische und uroonkologische Rehabilitation. Unser Hauptsitz befindet sich in Bad Kissingen.

Wir verfügen über eine Gesamtkapazität von 820 Betten und sind an vier Standorten präsent: Bad Kissingen (Unterfranken), Uffenheim (Mittelfranken), Waldmünchen (Oberpfalz) und Berlin. Für das Unternehmen Heiligenfeld arbeiten rund 950 Mitarbeiter*innen.

Wir behandeln Erwachsene, Kinder, Jugendliche und Familien. Privat- und gesetzlich Versicherte finden bei uns einen Platz .

Großen Wert legen wir auf ein respektvolles und achtsames Miteinander im Kontakt mit unseren Patient*innen und Mitarbeiter*innen. Dafür wurden wir bereits vielfach ausgezeichnet.

Zu unseren wichtigsten Kooperationspartnern gehören niedergelassene Allgemein- und Fachärzt*innen, Psychotherapeut*innen sowie zuweisende und nachsorgende Beratungs- und Fachstellen.

94%

unserer
Patient*innen
würden uns weiter-
empfehlen!

HEILIGENFELD KLINIKEN

Heiligenfeld GmbH

Altenbergweg 6 | 97688 Bad Kissingen

T 0971 84-0 | F 0971 84-4195 | info@heiligenfeld.de

www.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de