

Tagesklinik

Herzlich Willkommen

Ihr behandelnder Arzt oder Ihre behandelnde Ärztin hat Ihnen eine Behandlung in der Tagesklinik unserer Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie empfohlen. Unser tagesklinisches Behandlungskonzept richtet sich an Patient*innen, die durch eine ausschließlich ambulante Behandlung bislang keine ausreichende Unterstützung erhalten haben oder eine vollstationäre psychosomatische Behandlung nicht in Anspruch nehmen können.

In unserer Tagesklinik begleitet Sie ein multiprofessionelles Team aus ärztlichen und psychologischen Psychotherapeut*innen, Gestaltungs- und Körpertherapeut*innen, Pflegepersonal und Physiotherapeut*innen. Wir möchten Sie bei der Klärung und Umsetzung Ihrer persönlichen Behandlungsziele unterstützen.

Bei uns erwartet Sie eine hervorragende psychotherapeutische und interdisziplinäre medizinische Versorgung nach neuestem Kenntnisstand, eine angenehme Atmosphäre sowie eine freundliche, individuelle Betreuung.

Unsere psychosomatische Tagesklinik mit insgesamt 26 Behandlungsplätzen befindet sich in den Gebäuden 207 und 303 auf dem Gelände der Universitätsmedizin Mainz. Während Ihres Aufenthaltes sind Sie von montags bis freitags täglich 8 Stunden in der Tagesklinik und verbringen die übrige, therapiefreie Zeit in ihrem vertrauten Umfeld.

Univ.-Prof. Dr. med. Jonas Tesarz
Direktor

Was ist Psychosomatische Medizin und Psychotherapie?

Psychosomatische Medizin verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, der die körperlichen Vorgänge und die psychosozialen Bedingungen von Gesundheit und Krankheit in Diagnostik und Therapie berücksichtigt.

Bei welchen Erkrankungen können wir helfen?

- Angsterkrankungen (Generalisierte Angststörung, Panikstörung und Agoraphobie, Soziale Phobie, Dismorphophobie)
- Depressive Erkrankungen
- Chronische Schlafstörungen und Erschöpfungssyndrome
- Chronische Schmerzstörungen
- Somatoforme Störungen
- Prokrastination und Probleme der Lebensbewältigung
- Zwangsstörungen
- Essstörungen wie Bulimie, Binge Eating, Adipositas, Magersucht
- Persönlichkeitsstörungen
- Dissoziative Bewegungs-, Empfindungs- oder Bewusstseinsstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörung und andere Reaktionen auf außergewöhnlich belastende Ereignisse (z.B. Unfälle, Überfälle, Gewalttaten)
- Derealisations- und Depersonalisationsstörung (chronisches Gefühl „nicht richtig da zu sein, wie im Traum zu sein“)
- Psychische Belastungen im Zusammenhang mit schweren und/oder chronischen körperlichen Erkrankungen, z.B. Krebserkrankungen, Koronare Herzerkrankung, Diabetes mellitus, chronische Darm- und Lungenerkrankungen, Multiple Sklerose, Epilepsie, rheumatische und andere Autoimmunerkrankungen, Dystonien, Hauterkrankungen (Psoriasis, Neurodermitis),
- Lebenskrisen im Alter
- Verhaltenssüchten wie Glücksspielsucht und Internetsucht

Patient*innen mit fortbestehender Alkohol- oder Drogenabhängigkeit oder mit akuten Psychosen können wir in unserer Klinik leider nicht behandeln. Wir behandeln Patient*innen in der Regel ab dem 18. Lebensjahr.

Unser tagesklinisches Behandlungskonzept

Wir verstehen die Therapie in unserer Tagesklinik als einen intensiven Selbstklärungsprozess. Mit therapeutischer Unterstützung erarbeiten Sie die Bedingungen und Entstehung Ihrer Erkrankung und deren Zusammenhang mit inneren und äußeren Konflikten und Lebensaufgaben.

Sie erlernen neue Perspektiven und Problemlösungen und üben sich darin in der Tagesklinik und in Ihrem häuslichen und beruflichen Umfeld.

Wir verfolgen einen integrativen psychosomatisch-psychotherapeutischen Ansatz, der Ihnen einen Einblick in die Zusammenhänge zwischen Erleben, Verhalten und Körperfunktionen ermöglicht. Die vertrauensvolle therapeutische Beziehung zu Ihren Behandler*innen stellt dabei die Basis der Behandlung dar.

In unserer Klinik haben Sie auch die Möglichkeit, eine tagesklinische Behandlung unmittelbar an eine vollstationäre Behandlung anzuschließen. Das Ihnen bereits vertraute therapeutische Umfeld wird dabei beibehalten.

Unser tagesklinisches Angebot umfasst folgende Behandlungsangebote:

- Psychodynamisch orientierte Psychotherapie im Einzelgespräch und in der Gruppe
- Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)
- Körper- und Gestaltungstherapie
- Paar- und Familiengespräche
- Traumatherapie
- Schlafbezogene Diagnostik und Psychotherapie
- Entspannungsverfahren
- Achtsamkeit
- Physiotherapie
- Expositionsbehandlungen
- Psychoedukation (soziales Kompetenztraining, Skills-Training)
- Somatische Behandlung in Zusammenarbeit mit den anderen Kliniken der Universitätsmedizin
- Psychopharmakotherapie
- Ernährungs- und Gesundheitsberatung
- Sozialberatung