



Spital Thurgau

PSYCHIATRISCHE DIENSTE



Station für Psychotherapie der Depression

 **Psychiatrie**



Milieutherapie



Spezialisierte
Bezugspersonenarbeit



Komplementär-
medizinische Verfahren



Psychopharmakoherapie



Spezialtherapien



Sozialtherapien



Beziehungsorientierte,
multimodale Psychotherapie



Biologische Verfahren
(PAP/EKT)



Psychoedukation



Sport und Bewegung

Inhaltsverzeichnis

Behandlungsschwerpunkt	3
Behandlungskonzept	3-4
Behandlungsdauer und Behandlungsphasen	5
Behandlungsvoraussetzungen und Aufnahme	5
Behandlungsteam	5
Kontakt	6

Bei uns stehen Sie als Mensch in Ihrer Ganzheitlichkeit im Mittelpunkt

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,
Sehr geehrte Zuweiserin, sehr geehrter Zuweiser
Sehr geehrte Interessierte

Wir, das Behandlungsteam der Station PT1, begrüßen Sie recht herzlich auf unserer Psychotherapiestation für die spezialisierte Behandlung von Depressionen!

In dem vorliegenden Flyer haben wir Informationen für Sie zusammengestellt, die Ihnen helfen sollen, sich einen Überblick über das therapeutische Angebot der Station zu verschaffen.

Ihr Behandlungsteam

- Oberärztin / Oberarzt
- Assistenzärztinnen / Assistenzärzte
- Fachpsychologinnen / Fachpsychologen (z.T. in Ausbildung)
- Pflegefachpersonen
- Expertin / Experte aus Erfahrung (Peer-Mitarbeiterin / Peer-Mitarbeiter)
- Sozialarbeiterin / Sozialarbeiter
- Ergotherapeutinnen / Ergotherapeut
- Musiktherapeutin / Musiktherapeut
- Physiotherapeutin / Physiotherapeut
- Tanz- und Bewegungstherapeutinnen / Tanz- und Bewegungstherapeut
- Sporttherapeutin / Sporttherapeut

Schwerpunktstation Depressionen

Die Station umfasst 17 Betten sowie zwei bis drei tagesklinische Behandlungsplätze. Das Therapieangebot richtet sich an Erwachsene mit erstmaligen oder wiederkehrenden sowie chronisch-anhaltenden Krankheitsverläufen inklusive zusätzliche bestehende psychiatrische Erkrankungen (z.B. Substanzmissbrauch, Angst-/Panikstörung).

Ein Schwerpunkt unseres Therapieangebotes richtet sich an Menschen mit therapieresistenten oder chronifizierten Depressionen, in denen die depressive Symptomatik trotz mehrfacher medikamentöser und psychotherapeutischer Behandlungen bisher keine wesentliche Verbesserung erzielte oder in denen die depressive Symptomatik über mehrere Jahre hinweg besteht.

Psychiatrisch-psychotherapeutisches Konzept

Unser modernes, evidenz-basiertes Therapiekonzept basiert auf einer beziehungsorientierten, multimodalen Psychotherapie. Die Dauer der stationären Therapie ist individuell verschieden, in der Regel sind 10 bis 12 Wochen ausreichend. Bei Bedarf besteht die Möglichkeit einer Intervalltherapie (wiederholter Aufenthalt über einen längeren Zeitraum). Dabei ist es uns wichtig, den Patientinnen und Patienten auf Augenhöhe zu begegnen und ein gemeinsames Arbeitsbündnis als Voraussetzung für eine gelingende Therapie zu schaffen. Zu Beginn

der stationären Therapie führen wir eine sorgfältige psychiatrische, somatische und psychodiagnostische Abklärung durch. Im Rahmen einer multiprofessionellen Behandlungsplanung wird gemeinsam ein Krankheits- und Genesungsmodell erarbeitet sowie die Behandlungsziele im engeren Sinne festgelegt, damit eine auf die relevanten Problem- und Ressourcenfelder fokussierte Psychotherapie im engeren Sinne erfolgen kann. Bei entsprechender Indikation wird die Psychotherapie mit somatisch-biologischen, komplementärmedizinischen und psychosozialen Angeboten kombiniert.

Im Rahmen der Austrittsplanung begleiten und unterstützen wir die Patienten engmaschig für den gelingenden Übergang in die ambulante Nachsorge.

Interpersonelle Situationsanalyse, diszipliniertes persönliches Einlassen (CBASP)
Beziehung zwischen Team/Patient & Beziehungsmuster zwischen Patient/MitpatientInnen

Genogramm, Angehörigengespräche (Systemische Therapie)
Aktuelles reales, äusseres Beziehungsgeflecht

Beziehungsanalyse (Interpersonal Inventory), Liste prägender Bezugspersonen (CBASP)
Vergangene prägende & wiederholte Beziehungsprobleme

Topisches Modell (Psychoanalyse), Modusmodell (Schematherapie), Bilddenken (Primärprozess)
Innere Beziehung zum eigenen Selbst bzw. eigene Selbstanteile

Auf allen vier Beziehungsebenen setzen wir beziehungsorientierte, multimodale Psychotherapie zu Diagnosestellung, Behandlungsplanung und therapeutischen Interventionen ein!

Dies bildet den Kern des Psychotherapiekonzepts PT1.

Psychedelika-assistierte Psychotherapie mit Wirkstoff Psilocybin

In den letzten Jahren wurden zahlreiche Forschungsergebnisse veröffentlicht, welche über das grosse therapeutische Potenzial von Psychedelika bei einer Vielzahl von psychischen Störungen - vor allem bei therapieresistenten Depressionen - berichten. Psychedelische Substanzen wie Psilocybin (Wirkstoff in sog. Zauberpilzen) können tiefe emotionale Erfahrungen und Einsichten bewirken, welche beim Durchbrechen von negativen Emotionen und festgefahrenen Denkmustern helfen. Ebenfalls stimulieren die Substanzen die Neuroplastizität im Gehirn, in dem sie die Bildung von neuronalen Verbindungen unterstützen. Die Psychedelikatherapie ist keine First-Line-Therapie und bedarf einer Ausnahmegewilligung des Bundes. Mehr Informationen dazu finden Sie im separaten Flyer.

Behandlungsziele

Übergeordnetes Behandlungsziel ist die nachhaltige und ursächliche Bearbeitung der individuellen Persönlichkeitsfaktoren, welche die Depression verursacht bzw. aufrechterhält.

Dabei verfolgen wir gemeinsam folgende Teilziele: Symptomverbesserung, Analyse und Veränderung von depressionsfördernden Emotionen, Gedanken und Verhaltensmuster, Entwicklung eines Krankheits- und Gesundungskonzepts, Verbesserung der Beziehungs- und Arbeitsfähigkeit, ambulante Nachsorge sowie Rückfall- und Suizidprophylaxe.

Therapieangebot

- Störungsorientierte psychotherapeutische und psychiatrische Einzelgespräche
- Angehörigen-, Familien- und Paargespräche
- Gruppenpsychotherapie
- Störungsorientierte Bezugspersonengespräche
- Peer-Gespräche
- Genesungsorientierte Gesprächsgruppe (Recoverygruppe)
- Milieuthherapie
- Psychoedukationsgruppe

- Achtsamkeitsgruppe
- Musiktherapie
- Bewegungstherapie
- Sporttherapie
- Therapeutisches Klettern
- Gestaltungstherapie
- Sozialarbeiterische Unterstützung
- Arbeitsassessment und Arbeitstherapie
- Physiotherapie
- Somatische Sprechstunde
- Psychopharmakotherapie
- Psychedelikatherapie (in Einzelfällen)
- Elektrokrampftherapie (Zusammenarbeit mit Nachbarstation)
- Phytotherapie
- Faszienmassage
- Lichttherapie
- Klangmassage
- Akupunktur (NADA)
- Entspannungsverfahren (Progressive Muskelrelaxation)
- Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung und Entspannung im Klinikbereich: Minigolf, Bootfahren, Kayakfahren, Standup Paddeln, Minigolf, Fitnessraum, Patientenbibliothek, Cafeteria, weitläufige Parkanlage direkt am schönen Bodenseeufer, weitere Freizeitangebote in Kreuzlingen (CH) und Konstanz (D)
- Es besteht die Möglichkeit zum Gespräch mit der Seelsorge. Diese bietet auch regelmässig Mediationen an

Anmeldung und Aufnahme

Die Anmeldung erfolgt über Sie oder über Ihre behandelnde Therapeutin / behandelnden Therapeut. Die Aufnahme erfolgt nach einem ambulanten Vorgespräch in den Räumlichkeiten der Station. Auf der offen geführten Station werden Bündnis- und Absprachefähigkeit vorausgesetzt. Bei akuter Selbst- oder Fremdgefährdung und fehlender Absprachefähigkeit ist eine Aufnahme nicht möglich.



L Empfang

F Station für Psychotherapie der Depression

Kontakt

Stationsleitung: Tel. +41 (0)58 144 46 75

Station: Tel. +41 (0)58 144 43 49

Psychiatrische Dienste Thurgau

Station für Psychotherapie der Depression

Seeblickstrasse 3

CH-8596 Münsterlingen

station.pt1-pkm@stgag.ch

www.stgag.ch