



# Heiligenfeld

Kliniken



## Somatoforme Störungen

Stationäre psychosomatische  
Therapie



## WENN DIE SEELE DURCH DEN KÖRPER SPRICHT

Körperliche Beschwerden – seien es nun Rückenschmerzen, Magen-Darm-Probleme oder Druckgefühle auf der Brust – erzeugen bei den Betroffenen normalerweise die Vorstellung einer ebensolchen körperlichen Ursache. Der Arztbesuch soll Klarheit bringen und die richtige Behandlung einleiten. Manchmal jedoch ergeben sich mehr Fragen als Antworten, denn: Nicht immer liegt den genannten – und einer Vielzahl weiterer Beschwerden – eine körperlich-organische Ursache zugrunde. So selbstverständlich, wie zunächst davon ausgegangen wird, so bestätigt ist auch eine andere Beobachtung: Bei ca. 20 Prozent der Patient\*innen in Allgemeinarztpraxen bleiben körperliche Untersuchungen ergebnislos.

### Was ist mit mir los?

Häufig fällt es schwer, die unauffälligen Ergebnisse der organmedizinischen Untersuchungen zu akzeptieren; schließlich sind die Beschwerden nicht eingebildet! Betroffene fühlen sich missverstanden und haben vielleicht Zweifel daran, wirklich ernst genommen zu werden. Oft ziehen sie verschiedene Ärzt\*innen zu Rate und beharren auf Untersuchungen, die selbst zu Folgeproblemen führen können.



## Körperliche Beschwerden mit psychischer Ursache

Körperlichen Symptomen kann auch eine psychische Verursachung zugrunde liegen. Die Gruppe der sog. **somatoformen Störungen** umfasst laut Internationaler Klassifikation psychischer Erkrankungen (ICD-10) vier verschiedene Formen.

**Anhaltende somatoforme Schmerzstörung:** Hier stehen Schmerzen (oftmals) starker Intensität im Vordergrund.

**Somatisierungsstörung:** Über einen längeren Zeitraum auftretende körperliche Beschwerden, die häufig verschiedene Organsysteme und Körperteile betreffen.

**Somatoforme autonome Funktionsstörung:** Hier stehen Symptome und Beschwerden im Vordergrund, die sich vor allem auf das Herz-Kreislauf-System, den Magen-Darm-Trakt, das respiratorische oder das urogenitale System beziehen.

**Hypochondrische Störung:** Betroffene sind unbegründet der Überzeugung, an einer schweren körperlichen Erkrankung zu leiden.

In den Heiligenfeld Kliniken bieten wir unseren Patient\*innen ein integratives Therapiekonzept zur erfolgreichen Behandlung somatoformer Störungen. Zugrunde liegende Spannungen und Konfliktfelder werden behutsam bearbeitet, mit dem Ziel einer wirksamen Bewältigung.

## UNSER KONZEPT

Die Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen in den Heiligenfeld Kliniken kann mit drei Worten beschrieben werden: individuell, ganzheitlich und fundiert. Wir legen höchsten Wert auf eine Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, die den wissenschaftlichen Leitlinien folgt und dabei die Individualität jedes Menschen im Blick behält. Das therapeutische Angebot umfasst alle Wochentage, von Montag bis Sonntag. Diese „7-Tage-Therapie“ ermöglicht eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit den jeweiligen persönlichen Themen.

## Individuelle Therapie

In Absprache mit Ihrem\*Ihrer Bezugstherapeut\*in wird Ihr ganz persönlicher Behandlungsplan erstellt. Aus der Vielzahl therapeutischer Angebote wählen Sie gemeinsam konkret diejenigen aus, die den besprochenen Behandlungszielen entsprechen.

## Achtsamkeit erleben

Elemente der Achtsamkeitspraxis sind schon immer fester Bestandteil unseres Behandlungskonzepts. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie in diesem Bereich bereits Erfahrung gesammelt haben oder nicht. Eine Vielzahl von Angeboten ermöglicht Ihnen, Formen der Achtsamkeit im Klinikalltag zu praktizieren.

## Ambiente und Ernährung

Die ökologische Bauweise und die ästhetische Gestaltung unserer Gebäude schaffen einen angenehmen Lebensraum. Es stehen Einzelzimmer und Zweibettzimmer mit Badewanne oder Dusche, WC und Telefon zur Verfügung. Die meisten Zimmer sind barrierefrei und über Aufzug zu erreichen.

Unser geschmackvolles, gesundes und vollwertiges Speisenangebot orientiert sich an den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Wir bevorzugen regionale Produkte aus biologischem Anbau, artgerechter Tierhaltung und Produkte aus „gerechtem Handel“. Wir bieten eine Menüwahl auch mit vegetarischer Vollwertkost an; medizinisch angezeigte Diätformen sind jederzeit möglich.

*„Willst du den Körper heilen, musst du zuerst die Seele heilen.“*

Platon





## THERAPIE MIT KÖRPER, GEIST UND SEELE

Wir bieten Ihnen ein breites Spektrum unterschiedlichster Therapien, gemäß unserer ganzheitlichen Ausrichtung. Zugrunde liegt unsere Überzeugung, dass nur eine Behandlung, die Körper, Geist und Seele berücksichtigt, langfristige Ergebnisse bewirken kann. Durch die kreativ- und körpertherapeutischen Angebote kann die Behandlung konkret nach Ihren individuellen Bedürfnissen und Zielen gestaltet werden.

### Zu den Angeboten zählen unter anderem:

- Psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern: Wissen um Entstehung und Bewältigung
- Reflexion eigener Überzeugungen, Glaubenssätze und Motive
- Atem- und Körperarbeit
- Kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen
- Familien- und Systemaufstellungen\*
- Tiergestützte Therapien (Therapeutisches Reiten, Lamaführen)\*
- Kunsttherapeutische Maltherapie
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Sanfte Bewegung in körperwarmem Wasser\*
- Verschiedene Sportangebote

\* Diese Therapieformen werden nur an bestimmten Standorten angeboten.



## Teil einer Gruppe sein

In den Heiligenfeld Kliniken steht das Miteinander im Vordergrund. Die Gemeinschaft aus Therapeut\*innen und Mitpatient\*innen schafft einen geschützten Raum, in dem Sie Kontakt herstellen und Unterstützung erfahren werden.

Eine besondere Bedeutung besitzt hierbei die sogenannte Kerngruppe, das Herzstück der Therapie in unseren Kliniken. Der Austausch miteinander und die grundlegende Erfahrung, nicht allein zu sein, entlastet und lässt Vertrauen wachsen – in sich selbst und andere.

## BRINGEN SIE DOCH IHREN HUND MIT!

Ein spezielles Behandlungsangebot, bei dem Ihr Haustier in die psychosomatische Therapie miteinbezogen wird, finden Sie in unserem Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie in Bad Kissingen. In unseren Kliniken in Berlin und Uffenheim ist die Mitnahme Ihres Tieres gestattet.



Bitte beachten Sie, dass das kreativtherapeutische Angebot im Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie vom Angebot in den anderen Häusern teilweise abweicht.





*„Zu erkennen, dass die Ursache für meine Schmerzen kein körperliches Problem ist, hat mir geholfen, besser damit umzugehen. Ich weiß jetzt, dass es vor allem darum geht, mich selbst anzuerkennen und dass ich nicht perfekt sein muss.“*

Patientin der Parklinik Heiligenfeld



## SPEZIFISCHE BEHANDLUNG „Somatoforme Störungen“

Vielen Betroffenen fällt es zunächst schwer, anzuerkennen, dass ihre körperlichen Beschwerden keine organische Ursache haben. Sie haben große Angst davor, als Simulant\*in zu gelten oder als „verrückt“ betrachtet zu werden. Häufig ist die Behandlung in einer psychosomatischen Klinik die letzte Etappe einer langen Krankengeschichte. Entsprechend ist es zentral, hier vor allem die Bedenken der Patient\*innen aufzugreifen und den Schwerpunkt auf eine vertrauensvolle therapeutische Beziehung zu legen.

*Somatoformen Störungen liegen unserem Verständnis nach psychische Belastungserfahrungen und unbewusste Konfliktfelder zugrunde. In der Behandlung geht es u. a. darum, diese Spannungen bewusst zu machen und Schritt für Schritt zu verändern.*

Betroffene werden darin unterstützt, ein besseres Krankheitsverständnis zu entwickeln, körperliche Beschwerden richtig einzuordnen und bisher aufrechterhaltende Denk- und Verhaltensweisen zu verändern.

### Körper und Seele im Gleichgewicht

Das vielfältige Therapieangebot bietet unseren Patient\*innen unterschiedlichste Möglichkeiten, sowohl aktuelle als auch biografisch länger zurückliegende Belastungen schonend zu bearbeiten. Dabei spielt auch die Einbettung in die haltgebende therapeutische Gemeinschaft eine wichtige Rolle – sowohl für den Austausch untereinander als auch für die Möglichkeit emotional korrigierender Beziehungserfahrungen.



## DER ERFOLG DER BEHANDLUNG: FÜHL- UND MESSBAR

Dass wir von der Wirksamkeit unseres therapeutischen Konzepts überzeugt sind, ist das eine – dies auch durch interne und externe Qualitätssicherungen bestätigt zu sehen das andere. Seit vielen Jahren lassen wir die Prozesse und Abläufe in unseren Kliniken regelmäßig überprüfen, zuletzt im Jahr 2018 im Rahmen der KTQ-Zertifizierung („Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“), mit einem Spitzenergebnis von **über 90 Prozent** der maximal erreichbaren Punkte.

Zusammen mit dem Universitätsklinikum Regensburg beurteilen wir fortlaufend die Resultate unserer therapeutischen Arbeit. Ebenso bitten wir auch unsere Patient\*innen, eine Einschätzung des Behandlungserfolgs vorzunehmen. Dabei zeigen sich neben einer deutlichen Besserung des Krankheitsverständnisses und einer spürbaren Linderung der psychischen und körperlichen Symptome vor allem positive Auswirkungen auf das Selbstwernerleben, auf die Zukunftseinstellung sowie insgesamt auf das seelische Wohlbefinden.

Die zuweisenden Ärzt\*innen und Psychotherapeut\*innen bestätigen dieses Ergebnis: **89 Prozent** erleben bei ihren Patient\*innen eine Besserung der psychophysischen Symptomatik durch die Behandlung in unseren Kliniken.

# KURZZEITTHERAPIE

Wenn aus beruflichen, privaten oder sonstigen Gründen kein längerer Klinikaufenthalt in Anspruch genommen werden kann, bieten wir die Möglichkeit zu einer stationären psychosomatischen Kurzzeittherapie. Innerhalb von zwei bis vier Wochen soll es zu einer Stabilisierung und Regeneration kommen sowie erste individuelle Lösungs- und Bewältigungsstrategien entwickelt werden.

## Rahmenbedingungen der Behandlung

- Dauer: zwei bis vier Wochen, vollstationär
- Therapiedichte: mindestens 20 bis 30 Std./Woche
- Therapieangebot: Montag bis Sonntag

## Ziele der psychosomatischen Kurzzeittherapie

- Stabilisierung und Regeneration durch den Rückzug aus dem Alltag
- Entwicklung von ersten Lösungs- und Bewältigungsstrategien
- Erlernen von Methoden, um im Alltag mit Belastungen besser umzugehen
- die eigene Resilienz stärken
- Lebensziele definieren und stärken

Die Klinikgruppe Heiligenfeld bietet für Privatversicherte und Selbstzahler\*innen an zwei verschiedenen Standorten eine stationäre Kurzzeittherapie an:

### **Parkklinik Heiligenfeld**

Privatklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen in Bad Kissingen

### **Heiligenfeld Klinik Berlin**

Privatklinik und Tagesklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen



## SOZIALBERATUNG UND NACHSORGE

### Alles Wichtige für die Zeit danach

Für viele Menschen ist ein Klinikaufenthalt eine intensive Zeit der Veränderung und Neuorientierung. Häufig entsteht der deutliche Wunsch, einiges ab sofort anders zu machen. Doch wie genau kann das gelingen? Und welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Bereits in den letzten Wochen des Klinikaufenthalts sprechen Sie mit Ihrem\*Ihrer Bezugstherapeut\*in, aber auch in verschiedenen Gruppenangeboten, über „die Zeit danach“. Und auch, wenn Sie bereits wieder nach Hause zurückgekehrt sind, steht Ihnen eine Vielzahl an Hilfsangeboten zur Verfügung. Damit das, was Sie in der Klinik begonnen haben, im Alltag Früchte trägt.

Konkret unterstützen wir Sie u. a. in folgender Weise:

- Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung, zum Beamtenrecht und zur eventuellen beruflichen Neuorientierung
- Transfergruppe zur Entlassvorbereitung
- Auf Wunsch Zusammenarbeit mit dem\*der weiterbehandelnden ambulanten Therapeut\*in
- Treffen ehemaliger Patient\*innen sowie regionale Vernetzung in Selbsthilfegruppen
- Therapeutisch geleitete Nachsorgegruppen
- Die Möglichkeit, Seminare und Workshops in der Akademie Heiligenfeld zu besuchen
- Einladung zum Sommerfest der jeweiligen Klinik



## UNSERE KLINIKEN

### **Parkklinik Heiligenfeld • Bad Kissingen**

Privatklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

### **Fachklinik Heiligenfeld • Bad Kissingen**

Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

### **Rosengarten Klinik Heiligenfeld • Bad Kissingen**

Fachklinik für psychosomatische Rehabilitation

### **Heiligenfeld Klinik Uffenheim**

Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

### **Heiligenfeld Klinik Waldmünchen**

Fachkrankenhaus für Familien, Eltern, Kinder, Jugendliche und Erwachsene zur psychosomatischen Behandlung

### **Heiligenfeld Klinik Berlin**

Privatklinik und Tagesklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

### **Luitpoldklinik Heiligenfeld • Bad Kissingen**

Fachklinik für somatische Rehabilitation (Orthopädie und Unfallchirurgie, Innere Medizin, Onkologie und Uroonkologie)

# 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 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](mailto:info@heiligenfeld.de)

[www.heiligenfeld.de](http://www.heiligenfeld.de)



Alle Auszeichnungen: [ausgezeichnet.heiligenfeld.de](http://ausgezeichnet.heiligenfeld.de)