

## Aus unserem Behandlungsprogramm

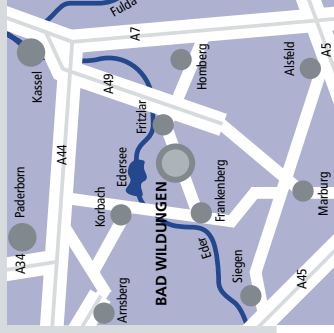
- Einzels psychotherapie
- Vertrauliche Einzelgespräche mit dem zuständigen Therapeuten.
- Gruppen psychotherapie
- Knüpfen neuer Kontakte, Überwinden von sozialem Rückzug und Einsamkeitsgefühlen, Austausch über persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten im Umgang mit alterstypischen Problemen.
- Musiktherapie
- Gefühle kommen wieder besser zum Ausdruck
- Medizinische Behandlung
- Internistische und orthopädische Mitbehandlung von Begleiterkrankungen.
- Physiotherapie
- Behandlung von Muskel- und Gelenkerkrankungen
- Bewegungstherapie
- Körperliche Aktivität macht wieder Freude und ermöglicht zusätzliche Aktivitäten im Alltag.
- Ergotherapie
- Schöpferische Fähigkeiten werden deutlich und stärken das Selbstwertgefühl.
- Freizeittherapie
- Gemeinschaftliche Ausflüge fördern Kontakte und ermuntern, neue Wege zu gehen.
- Gedächtnistraining
- Spiele und Übungen fördern das Zutrauen in die eigenen Stärken.
- Sozialberatung
- Hilfe bei rechtlichen und finanziellen Fragen, Unterstützung bei Veränderungen im privaten Umfeld.



## Klinik und Freizeit

Für die Unterbringung in der Klinik stehen ausschließlich Einzelzimmer mit Dusche und WC, meist mit Balkon, zur Verfügung. Zur Gestaltung der Freizeit gibt es eine Cafeteria, eine Sporthalle, ein Schwimmbad und eine Sauna. Edersee bieten vielfache Gelegenheit für sportliche Aktivitäten (z.B. Wanderungen in herrlicher Landschaft).

Zu Ausflügen, Besichtigungen und kulturellen Veranstaltungen laden neben Bad Wildungen die Städte Fritzlar und Kassel ein.



Fachabteilung für Alters-Psychosomatik  
Leitung: Chefarzt Dr. Erwin Hillenbrand  
Im Kreuzfeld 6  
34537 Bad Wildungen-Reinhardshausen  
Telefon 0 56 21-7 06-7 06  
Telefax 0 56 21-7 06-7 05  
info@parkland-klinik.de

**Service-Telefon**  
**0 8 0 0 - 0 1 8 9 1 2 7**  
kostenfrei

PK 01 07 0382 2 2004/3 000 0



**Neue Kräfte entdecken**  
Stationäre psychosomatische Behandlung  
von Patienten ab dem 60. Lebensjahr

[www.parkland-klinik.de](http://www.parkland-klinik.de)



### Seelische Probleme im 3. Lebensabschnitt

Etwa ab dem 60. Lebensjahr beginnt eine neue Lebensphase, die eine große innere Umstellung und Anpassungsleistung erfordert. Das Ausscheiden aus dem Beruf beinhaltet einen Verlust von Aufgaben und Anerkennung, in der Partnerschaft muss häufig ein neues Miteinander gefunden werden. Die Kinder haben ihre eigene Familie, viele ältere Menschen fühlen sich überflüssig, nicht mehr leistungsfähig, auch von der Gesellschaft vergessen.

Selbstzweifel und immer weniger Selbstvertrauen führen zu Rückzug und Vereinsamung. Der Verlust von Partnern und Freunden kann diese Situation noch verstärken. Die Folge ist das Auftreten von Ängsten, Depressionen und psychosomatischen Beschwerden.



### Verloren geglaubte Fähigkeiten wieder aktivieren

Unsere Erfahrungen in der Behandlung älterer Menschen zeigen, dass viele verloren geglaubte Stärken und Fähigkeiten krankheitsbedingt nicht verfügbar sind, aber durch gezielte Behandlung zum großen Teil wieder aktiviert werden können. So ist das Ziel unserer Behandlung zunächst ein möglichst weitgehendes Reduzieren bisheriger körperlicher und seelischer Einschränkungen.

Internistische und orthopädische Erkrankungen werden von entsprechendem Fachärzten behandelt. Wenn erforderlich, erfolgt eine Neueinstellung der Medikamente, eine diätetische Beratung und Behandlung sowie die Verordnung von Krankengymnastik oder Bewegungstherapie. Seelische Probleme haben ihren Platz in den Therapiesprächen. Hier werden Hintergründe und Auslöser von Krankheitssymptomen besprochen und neue Lösungsstrategien entwickelt.

### Vertrauen in die eigenen Stärken

Mit dem Zurückgewinnen früherer Stärken und Fähigkeiten wächst das Selbstvertrauen und die eigene Handlungsfähigkeit. Neue Möglichkeiten der Lebensgestaltung sind zu überlegen, die Umsetzung muss der Lebensphase angepasst sein. Häufig geht es nicht um „weniger“, sondern um „anders“.

Wünschenswert ist das eigene frühzeitige Erkennen von Anpassungsschwierigkeiten an eine neue Lebensphase, möglichst bevor Krankheits Symptome das Problem offenkundig machen. Die Notwendigkeit einer stationären Behandlung kann auch mit uns in einem telefonischen Kontakt oder einem ambulanten Vorgespräch abgeklärt werden.

