

Clenia Littenheid, Littenheid

Panorama B

Depression oder Krise 60plus

Neben den Chancen und Möglichkeiten, die dieser Lebensabschnitt mit sich bringt, stellen der Übergang von der Berufstätigkeit zur nachberuflichen Phase, veränderte Rollen in Partnerschaft und Familie, mögliche körperliche Einschränkungen oder auch der Verlust von lieben Menschen oft grosse Herausforderungen dar, die bewältigt werden müssen. Die meisten Menschen meistern solche Veränderungen ohne professionelle Hilfe. Halten die Belastungen aber über eine längere Zeit an oder kommt es zu einer Häufung, kann der betroffene Mensch in eine behandlungsbedürftige psychische Krise geraten. Wie sich eine psychische Krise zeigt, ist dabei sehr individuell. Neben depressiven Zuständen können auch unerklärbare körperliche Beschwerden, ausgeprägte Angstzustände oder der Griff zu abhängigkeiterzeugenden Substanzen wie Alkohol, Schlaf- oder Schmerzmittel Ausdruck einer Krise sein. Wo immer das ambulante Behandlungsnetz nicht ausreicht, um dem betroffenen Menschen die notwendige Unterstützung zukommen zu lassen, bietet sich ein zeitlich begrenzter Aufenthalt in einer Klinik an.



Aufnahme / Besuchszeiten / Weitere allgemeine Informationen

- Informationen zur Aufnahme und Eintritte erfolgen über die Patientenaufnahme, Telefon +41 71 929 60 06
- In Versicherungs- und Kostenfragen unterstützt Sie gerne die Patientenadministration, Telefon +41 71 929 62 26 und +41 71 929 62 28
- Besuchszeiten täglich von 09.00 bis 20.00 Uhr. Auf die Therapiezeiten ist Rücksicht zu nehmen.

Was können wir bieten (Diagnose und Behandlung)

Differenzierte Abklärung:

Jede Behandlung erfolgt auf Grundlage einer differenzierten diagnostischen Abklärung. Die notwendigen psychiatrischen, internistischen und neurologischen Abklärungen werden durch Ärztinnen und Ärzte, Psychologen und Psychologinnen sowie Pflegefachpersonen durchgeführt. Unterstützt werden sie vom hauseigenen internistischen Dienst und Spezialisten aus der näheren Umgebung.

Spezialisierte Behandlung:

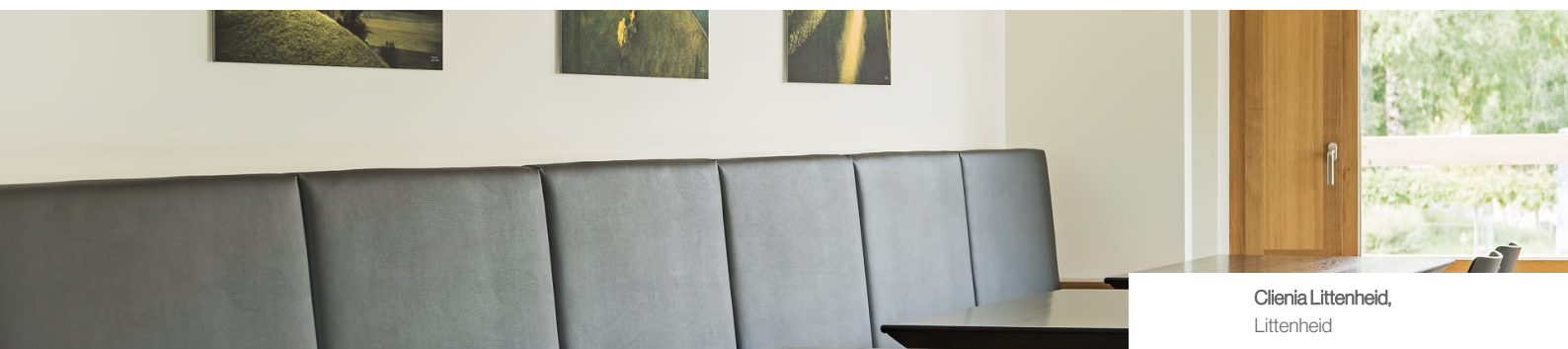
Wir arbeiten nach aktuellen klinischen Leitlinien und Erkenntnissen der evidenzbasierten Medizin. Das therapeutische Konzept der Station ist speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen ausgerichtet und kombiniert moderne störungsspezifische Psychotherapieverfahren wie die Interpersonelle Psychotherapie Late Life (IPT-LL) mit milieutherapeutischen Wirkfaktoren. Nach Erstellung eines persönlichen Behandlungsplanes werden Patientinnen und Patienten in regelmässigen Einzelgesprächen durch erfahrene Ärzte und Psychologinnen und spezifisch geschultes Pflegefachpersonal in ihrem Genesungsprozess

begleitet. Ergänzend bietet die Station verschiedene Gruppenangebote wie z.B. IPT Late Life, Psychoedukation Depression im Alter, Milieugesprächsgruppe, Stationsergotherapie, Entspannungs-, Literatur-, Spiel- und Bewegungsgruppen, Kognitives Training und eine Freizeitaktivitätengruppe an. Bei Bedarf kann die Behandlung durch einen sorgfältigen Einsatz von Medikamenten oder pflanzlichen Präparaten unterstützt werden.

Da eine Erkrankung immer in einem sozialen Bezugssystem entsteht, sind Angehörige ebenfalls mitbetroffen. Darum legen wir grossen Wert auf deren Einbezug. Um den Erfolg und die Nachhaltigkeit zu sichern, stehen wir im Austausch mit Vorbehandlern und Zuweisern und erarbeiten gemeinsam mit dem Patienten eine sinnvolle Anschlussbehandlung.

Wem bieten wir Hilfe an (Zielgruppe)

Wir bieten Menschen ab dem 60. Lebensjahr, welche in eine Depression oder eine anderweitige psychische Krise geraten sind, eine spezifische und individuelle Behandlung an. Ob die Problematik im Rahmen einer Alltagsbelastung oder als Folge einer körperlichen oder psychiatrischen Erkrankung aufgetreten ist, spielt dabei nur eine untergeordnete Rolle. Patientinnen und Patienten mit einer fortgeschrittenen Demenzerkrankung oder ausgeprägter Pflegebedürftigkeit können nicht aufgenommen werden. Hinweise auf das Vorliegen einer Depression können gedrückte Stimmung, Interessensverlust, verminderter Antrieb, körperliche Beschwerden ohne erkennbaren Grund, Schuld und Versagensgefühle wie auch Grübeln, Hoffnungslosigkeit, Schlaflosigkeit oder Suizidgedanken sein. Auch ausgeprägte Angstgefühle, sozialer Rückzug oder der Griff zu abhängigkeits erzeugenden Substanzen wie Alkohol, Schlaf- oder Schmerzmittel können Ausdruck einer psychischen Krise sein.



Ergänzende Angebote

Wir orientieren uns an einem ganzheitlichen Krankheitsverständnis. Verschiedene Angebote aus dem kreativ-gestalterischen Bereich wie auch körperorientierte Verfahren ergänzen die Behandlung und ermöglichen einen neuen Zugang zu Gefühlen und körperlichem Erleben. Elemente aus dem komplementärmedizinischen Bereich wie NADA (Ohrakupunktur) und Aromapflege, aber auch Bewegung, Entspannungsverfahren und Achtsamkeitstraining runden das Therapieangebot ab. Bei komplexeren körperlichen Fragestellungen wird unser hauseigener Internist beigezogen.

Wellness-Oase

- Fitness Island in Bronschhofen mit Therme, Saunas, Bädern und Fitnesspark
- Äbtstadt Wil mit ihrer wunderschön erhaltenen Altstadt und diversen Einkaufsmöglichkeiten

[Mehr Informationen über die Hotellerie und Bildgalerie](#)

Hotellerie Clienia Littenheid

Das behagliche Ambiente und die schöne Aussicht ins Grüne unterstützen die Genesung unserer Patientinnen und Patienten, die, je nach Station, in zeitgemässen Einzel- oder Zweierzimmern untergebracht werden. Die Gemeinschaftsräume sind mit TV, DVD-Player, Stereoanlage und vielen Spielen ausgestattet und laden zu kurzweiligen Fernseh- oder gemeinsamen Spieleabenden ein. Für die Erledigung der Wäsche stehen Waschmaschinen und Tumbler zur Verfügung.

Saisonale, regionale Küche

Als Culinarium-zertifizierter Betrieb legen wir grossen Wert auf gesunde und saisonale Gerichte. Unser Angebot wechselt jeden Tag. Für die Zubereitung verwenden wir hochwertige landwirtschaftliche Erzeugnisse aus der Region. Gerne servieren wir auf ärztliche Verordnung auch spezielle Diätmenüs oder Kostformen.

Freizeitangebote in der Nähe

Die idyllische Lage unserer Klinik, mitten in der Natur, lädt zu vielfältigen Outdoor-Aktivitäten ein. Des Weiteren gibt es auch externe Freizeitangebote:

- Sportpark Bergholz in Wil mit Freibad, Hallenbad und



Kontaktpersonen



Dr. med. Andreas Fuchs

Leitender Arzt

Stv. Chefarzt Zentrum für Alterspsychiatrie und
Privé

andreas.fuchs@clenia.ch



PD Dr. med. Bernd Ibach

Chefarzt Zentrum für Alterspsychiatrie und Privé

Tel. [+41 71 929 63 03](tel:+41719296303)

bernd.ibach@clenia.ch



Ralf Wildersinn

Stationsleiter Pflege Panorama B

Trainer Aggressionsmanagement

Tel. [+41 71 929 66 40](tel:+41719296640)

ralf.wildersinn@clenia.ch



Karen Windmüller

Bereichsleiterin Pflege

Zentrum für Erwachsenenpsychiatrie Akut und
Zentrum für Alterspsychiatrie und Privé

Tel. [+41 71 929 64 08](tel:+41719296408)

karen.windmueller@clenia.ch

