



## Die tagesklinische Behandlung

Die tagesklinische Form der Behandlung eignet sich für Patienten nach einer vollstationären Behandlung sowie für psychosomatisch Erkrankte, die ihr Behandlungskonzept familiär oder berufsbegleitend abstimmen müssen oder für die eine bereits bestehende ambulante Therapie aus Krankheitsgründen nicht ausreicht.

Unser Behandlungszyklus umfasst in der Regel sechs Wochen, bei fraktionierten Behandlungen zwischen 10 Wochen und mehreren Monaten, z.B. bei berufsbegleitender Behandlung im Rahmen einer stufenweisen Wiedereingliederung.

Unser Therapieprogramm findet üblicherweise werktags von 8.30 bis 16 Uhr statt. Dabei beginnt und endet jeder Tag mit einer Gesprächsgruppe, in der die Patienten Erlebtes austauschen und Probleme besprechen können. Im weiteren Verlauf des Tages wechseln sich therapeutische Aktivitäten und darauf abgestimmte Ruhephasen ab.

Die Abende und Wochenenden stehen den Patienten zur freien Verfügung. Durch diesen täglichen Wechsel des Beziehungsrahmens können die aus der Therapie gewonnenen Erfahrungen direkt in den Alltag integriert werden.

Die Kosten für diese Behandlungen werden sowohl von den gesetzlichen als auch von den privaten Krankenkassen übernommen.

## Unsere Therapieangebote

- Psychotherapie (psychoanalytisch, tiefenpsychologisch-fundiert und verhaltenstherapeutisch, einzeln und in der Gruppe)
- Bewegungstherapien (Tanz-, Bewegungs- und Atemtherapie)
- Körpertherapien (Feldenkrais-Therapie, Shiatsu, Cranio-Sacral-Therapie, spezielle Physiotherapie)
- verschiedene Entspannungsverfahren
- Psychoedukation
- weitere spezielle Angebote, z.B. Qi Gong, Yoga, Feldenkrais-Therapie in der Gruppe

## Ärztliche Versorgung

Die begleitende ärztliche Grundversorgung wird von uns vor Ort in Zusammenarbeit mit Ihren Haus- und Fachärzten übernommen.

## Spezielle Therapiekonzepte

Neben den allgemeinen, wissenschaftlich gestützten, psychosomatischen und psychotherapeutischen Behandlungsprogrammen halten wir spezielle Angebote für frauenspezifische Beschwerdebilder bereit, ebenso für Tinnitus, Hyperakusis und die Krankheitsverarbeitung bei Herzerkrankungen. Hierbei orientieren wir uns an den Erkenntnissen der jeweiligen Fachgesellschaften. Nähere Einzelheiten erfahren Sie unter [www.tagesklinik-ulmenhof.de](http://www.tagesklinik-ulmenhof.de).

## Zertifizierung



## Kontakt

### Psychosomatische Tagesklinik Ulmenhof

Ulmenstraße 29a

22299 Hamburg

Tel.: (0 40) 46 85 60-0

Fax: (0 40) 46 85 60-20

ulmenhof.hh-rissen@asklepios.com

www.tagesklinik-ulmenhof.de



# Psychosomatische Tagesklinik Ulmenhof



Wer um seine Krankheit weiß,  
ist nicht mehr wirklich krank.  
(Laotse)



## Der Ulmenhof

Die Tagesklinik Ulmenhof, in einer ruhigen Straße zwischen dem Winterhuder Marktplatz und dem Hamburger Stadtpark gelegen, ist spezialisiert auf die Behandlung von psychosomatischen Krankheitsbildern.

Mit ihrem intensivierten Therapieangebot hat sich die Tagesklinik Ulmenhof auf die Verbindung von Körper und Seele spezialisiert. Ein besonderes Anliegen ist uns die Integration unserer Patienten in den Alltag, der Erhalt und die Förderung eigener Ressourcen sowie die langfristige Wiederherstellung der Arbeits- und Funktionsfähigkeit. Dazu sind wir eine wichtige Schnittstelle zwischen einer vollstationären Therapie und der Rückkehr in Alltag, Beruf und Familie.



**Priv. Doz. Dr. med. Aglaja Stirn**  
Chefärztin • Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalytikerin, Gruppentherapeutin, Notärztin, Sexualtherapeutin



**Dr. med. Catrin Mautner-Lison**  
Oberärztin der Tagesklinik Ulmenhof, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

## Unser Konzept

Alle in der Tagesklinik Ulmenhof zur Anwendung kommenden Behandlungen sind tagesklinischer Natur, das heißt: Unsere Patienten können trotz eines intensiven Therapieprogramms in ihrem gewohnten sozialen Umfeld verbleiben.

Ihre Tage verbringen die Patienten in einer Atmosphäre der Ruhe und Geborgenheit. Der Hofcharakter des Ulmenhofes, der geschützte Innenhof, die wohnlichen Räumlichkeiten mit Therapie- und Ruheräumen, Wintergarten, Loggia und Bistro – all das trägt zur Gesundheit und Erholung bei.

## Vor der Behandlung

Zuallererst klären wir im Rahmen eines Vorgesprächs in unserer Psychosomatischen Ambulanz, welche Art der Behandlung für Sie am besten geeignet scheint. Darauf aufbauend wählen wir das auf Ihre seelischen und körperlichen Beschwerden passende Therapiekonzept aus. Die Terminierung Ihres Behandlungsbeginns hängt sowohl von Ihren Vorgaben als auch von unseren Aufnahmemöglichkeiten ab.

Die Kosten für dieses erste diagnostische Beratungsgespräch trägt Ihre Krankenkasse, wir benötigen für die Abrechnung lediglich einen Einweisungsschein. Bedarf es einer vollstationären Behandlung, stehen die psychosomatischen Stationen und die anderen medizinischen Abteilungen des Asklepios Westklinikums Hamburg zur Verfügung, zu dem auch die Tagesklinik Ulmenhof gehört. Auch besteht eine enge Zusammenarbeit mit den Facharztpraxen im Umfeld des Ulmenhofes.

## Unsere Schwerpunkte

- **Depressionen**  
Depressive Episoden, chronische Depressionen, depressive Störungen mit Körperkrankheiten, Schlafstörungen
- **Burn-out-Syndrome**  
Erschöpfungs- und Spannungszustände, Konzentrationsstörungen, Merkfähigkeitsschwächen in Verbindung mit depressivem Rückzug, körperliche Missempfindungen
- **Ängste**  
Panikattacken, Platzangst, andere Phobien, Hyperventilation, generalisierte Ängste
- **Schmerzen**  
Kopfschmerz, Gesichtsschmerz, Rückenschmerz, Fibromyalgie, Gelenkschmerz, Muskelschmerz, Nervenschmerz, chronischer Unterbauschmerz
- **Funktionsstörungen des Körpers**  
Schluck- und Atemstörungen, Stimmstörungen, Magen-Darmstörungen, Unterbauchbeschwerden, Missempfindungen
- **Hauterkrankungen**  
Neurodermitis, chronischer Juckreiz, Ausschlag, Herpes
- **Körperliche Erkrankungen mit seelischen Begleitfaktoren**  
Asthma, Bluthochdruck, chronisch-entzündliche Darmerkrankungen
- **Körperliche Erkrankungen mit seelischen Folgeerscheinungen**  
Z.B. Gynäkologische Erkrankungen, Multiple Sklerose, Herzerkrankungen, Rheuma, Diabetes, Fehlfunktionen der Schilddrüse
- **Besondere seelische Belastungen**  
Trennungskrisen, Mobbing, Lebenskrisen, posttraumatische Belastungsstörungen
- **Anpassungsstörungen**  
Bewältigungsprobleme bei schwerwiegenden Änderungen der Lebenssituation und -perspektive
- **Psychokardiologische Befindlichkeitsstörungen**  
Herzangstsyndrom, Funktionelle Störungen der Herzaktivität z.B. „Herzstolpern“, Tachykardien, Angstzustände nach Herzoperationen
- **Tinnitus, Hyperakusis**