

Stationäre Behandlung von Post-COVID-Patienten mit komorbiden psychischen Beschwerden und Problemen der Krankheitsbewältigung

Informationen für Patientinnen und Patienten

Psychosomatische und
Psychotherapeutische Abteilung



**Uniklinikum
Erlangen**



Stationäre Behandlung von Post-COVID-Patienten mit komorbiden psychischen Beschwerden und Problemen der Krankheitsbewältigung

Informationen für Betroffene

Ein erheblicher Teil der Patientinnen und Patienten, die eine COVID-19-Erkrankung durchgemacht haben, können unabhängig vom Schweregrad der Erkrankung das komplexe Krankheitsbild Post-COVID-Syndrom entwickeln. Ein komplexes Krankheitsbild erfordert auch eine spezielle, multi- und interdisziplinäre Therapie. Auf der **Psychosomatischen Station des Uniklinikums Erlangen** werden Patientinnen und Patienten mit Post-COVID-Syndrom mit komorbiden psychischen Beschwerden und Problemen der Krankheitsbewältigung behandelt.

Was sind die Voraussetzungen für die stationäre Behandlung?

Patientinnen und Patienten, die nach einer COVID-19-Erkrankung an verschiedensten Beschwerden und Symptomen wie Fatigue, Schlaf- und Konzentrationsstörungen, depressiver Verstimmung, Ängsten, Atembeschwerden etc. leiden und in ihrem Alltag stark eingeschränkt sind, können sich im Post-COVID-Zentrum des Uniklinikums Erlangen vorstellen. Nach ausführlicher Diagnostik und nach Ausschluss von immunologischen oder weiteren Infektionserkrankungen, die die Beschwerden erklären könnten, wird die Diagnose Post-COVID-Syndrom gestellt.

Eine Behandlung in unserem Setting ist indiziert, wenn bei den Betroffenen neben dem Post-COVID-Syndrom auch Krankheitsbewältigungsprobleme oder behandlungsbedürftige psychische Probleme wie Depressionen oder Angst vorliegen.

Wie sieht die Behandlung aus?

Auf unserer Psychosomatischen Station bieten wir ein spezielles, mehrwöchiges Behandlungskonzept an. Dabei handelt es sich um ein geschlossenes Setting für sechs Post-COVID-Patientinnen bzw. -Patienten. Die Therapie

findet nach einem integrativen tiefenpsychologisch-verhaltenstherapeutischen Einzel- und Gruppentherapiekonzept statt. Ein weiterer Fokus liegt auf dem individuell abgestimmten Bewegungstraining (Physikalische Therapie) und dem kognitiven Training per App.

Unser Stundenplan enthält folgende Interventionen:

- Einzelpsychotherapie
- Psychoedukation: Vermittlung von Informationen über das Krankheitsbild Post-COVID-Syndrom
- Themenspezifische Interaktionsgruppe: gegenseitige Unterstützung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Bezug auf Umgang mit Informationen, Beurteilung der eigenen Lebenssituation
- Spezifische Physikalische Therapie
- Pacing-orientierte Bewegungstherapie
- Yoga und Achtsamkeit (MBSR = Mindfulness-based Stress Reduction) nach Kabat-Zinn
- Stressmanagement
- Kunsttherapie
- Konzentrierte Bewegungstherapie

Unser Behandlungskonzept

Das Bemühen, mit den Belastungen einer lang anhaltenden Krankheit mit angemessenen emotionalen und kognitiven Reaktionen oder durch zielgerichtetes Handeln umzugehen, nennen wir Krankheitsbewältigung. Ein erheblicher Teil der Beeinträchtigungen beim Post-COVID-Syndrom ist auf eine inadäquate Krankheitsbewältigung zurückzuführen. Für einen wichtigen Teil der Beschwerden beim Post-COVID-Syndrom liegt derzeit keine spezifische medizinische, z. B. pharmakologische, Behandlung vor. Das ist für die Betroffenen sehr belastend. Bei der Behandlung des Post-COVID-Syndroms ist es wichtig, die Krankheit und die damit verbundenen meist vorübergehenden Einschränkungen zu erkennen und – soweit möglich – medizinische Behandlungen vorzunehmen. Die Beschwerden, für die es aktuell keine

adäquate Behandlung gibt, müssen derzeit akzeptiert werden. Hierbei kann **Psychotherapie im Einzelgespräch** und in der Gruppe, ein therapeutisch geleiteter Austausch mit ebenfalls betroffenen Personen, helfen.

Die eingeschränkte körperliche und geistige/kognitive Belastbarkeit kann durch regelmäßiges, individuell angepasstes **Bewegungs-/Sporttraining** verbessert werden. Neueste Studien weisen positive Effekte des Trainings auf die durch COVID-19 ausgelösten Immunveränderungen nach. Körperliche Aktivität hat auch depressionsmindernde Effekte. Die Betroffenen erhalten zudem ein **kognitives Training, das auf ihre speziellen kognitiven Probleme zugeschnitten ist**.

Zusätzlicher Stress kann sich negativ auf die Post-COVID-Symptomatik auswirken. Daher ist **Stressbewältigung** in Form von Entspannungstraining, Yoga, und Achtsamkeitstraining ein wichtiger Baustein im Rahmen der Post-COVID-Therapie.

Um die eigenen, neu zu findenden Grenzen besser erkennen und den Körper besser wahrnehmen zu können, kann Konzentrative Bewegungstherapie einen wertvollen Beitrag leisten.

Ebenso ist auch der Einbezug der Umwelt bzw. deren Reaktion auf die Erkrankung wichtig. Bei Bedarf bieten wir Angehörigengespräche an.

Unser Behandlungsteam setzt sich zusammen aus:

- Ärztinnen und Ärzten
- Psychologinnen und Psychologen
- Fachkrankenschwestern und Fachkrankenschwestern
- Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten
- Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten
- Körpertherapeutin
- Kunsttherapeutin
- Diplom-Sozialpädagogin

Wie geht es nach der Entlassung weiter?

Da ein Teil der bei uns behandelten Patientinnen und Patienten nach der Entlassung weitere ambulante Psychotherapie benötigt, unterstützen wir die Patientinnen und Patienten bei der Suche nach einem geeigneten Therapieplatz. Wir bieten zudem eine ambulante Nachsorgegruppe an, die wöchentlich bis zu acht Wochen nach Entlassung stattfindet.

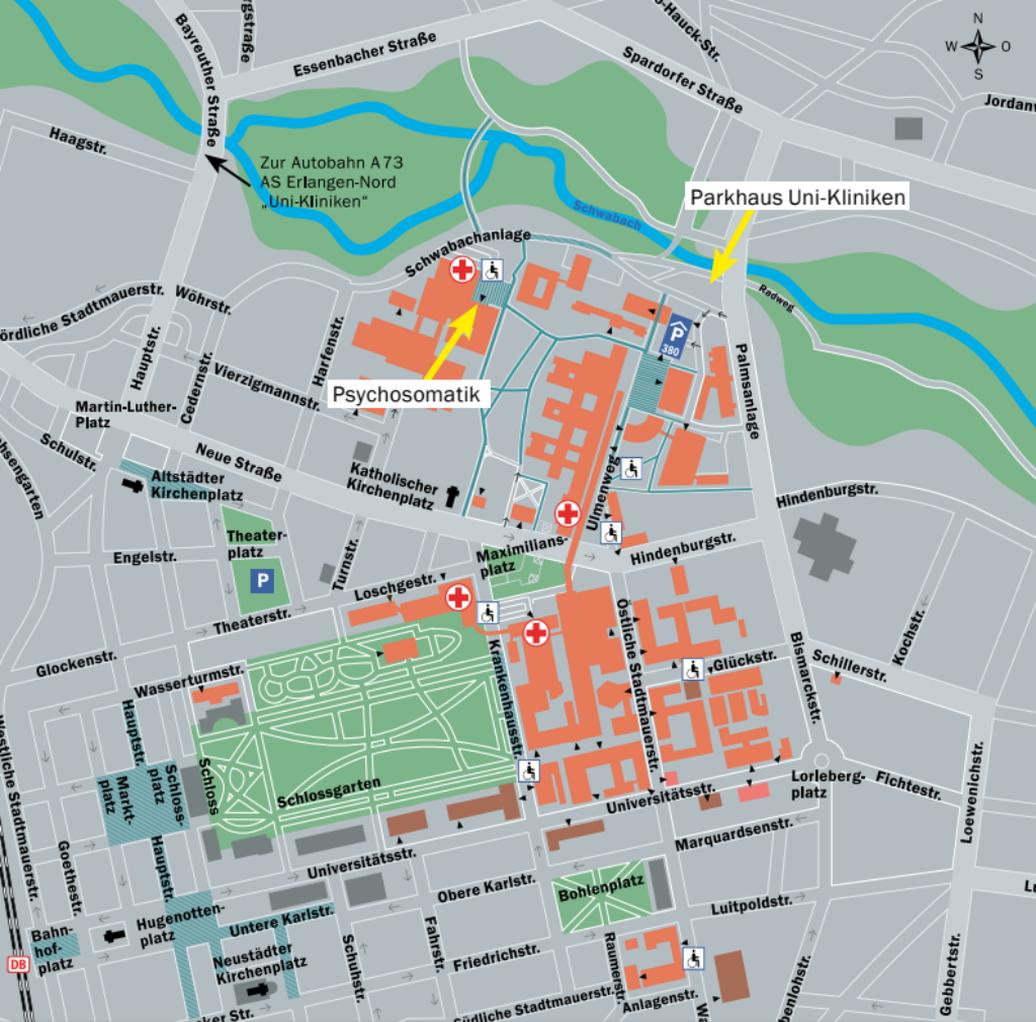
Unsere stationäre Behandlung ist **nicht geeignet** für folgende Patientinnen und Patienten:

- Stark körperlich eingeschränkte Patientinnen und Patienten (überwiegend bettlägerig)
- Patientinnen und Patienten mit Suchterkrankungen
- Patientinnen und Patienten mit Substanzmissbrauch
- Patientinnen und Patienten mit Psychosen
- suizidale Patientinnen und Patienten

Für weitere Informationen:

www.post-covid-zentrum.uk-erlangen.de/patienten-besucher/





Psychosomatische und Psychotherapeutische Abteilung

Leiterin: Prof. Dr. (TR) Yesim Erim

Schwabachanlage 6 (Kopfkliniken), 91054 Erlangen

www.psychosomatik.uk-erlangen.de

Anmeldung und Terminvereinbarung

für ein

Vorgespräch erfolgen über das Post-Covid-Zentrum

www.post-covid-zentrum.uk-erlangen.de/

[patienten/sprechstunden/anmeldung/](http://www.post-covid-zentrum.uk-erlangen.de/patienten/sprechstunden/anmeldung/)

Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir an einigen Stellen die kürzere, männliche Form. Selbstverständlich sprechen wir alle Geschlechter gleichberechtigt an.

Herstellung: Universitätsklinikum Erlangen/Kommunikation, 91012 Erlangen

Foto: © New Africa, ©Anucha/stock.adobe.com