



Contilia Therapie und Reha | Theaterpassage

Rathenaustraße 2
(Eingang Kapuzinergasse)
45127 Essen
ctr.tp@contilia.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.00 - 18.00 Uhr

Fon 0201 946713-0
Fax 0201 946713-131
www.contilia.de

■ Ansprechpartner

Empfang Psychosomatik
Fon 0201 946713-171

■ Sie möchten mehr Infos? Besuchen Sie unsere Website!



Körper und Seele im Einklang

Ambulante Psychosomatische
Rehabilitation



Die Contilia Therapie und Reha ist auf medizinische Rehabilitationsbehandlungen von Patienten mit psychischen und psychosomatischen Krankheitsbildern spezialisiert.

Die psychosomatische Rehabilitation erfolgt nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen ganztätig in ambulanter Form. Wir verfolgen einen ganzheitlichen, biopsychosozialen Behandlungsansatz.

In Beruf und im Alltag sind wir einer Fülle von Belastungen ausgesetzt, deren Bewältigung unterschiedlich gut gelingt. In einigen Fällen gelingt diese nicht oder nicht mehr und es entwickelt sich hieraus ein Erleben von Überlastung, Ärger, Unzufriedenheit und evtl. auch Kränkungerfahrungen die dann ernste seelische und/oder körperliche Erkrankungen nach sich ziehen können. Wenn eine Akutbehandlung nicht oder nicht mehr erforderlich ist, kommt eine ganztätig ambulante psychosomatische Rehabilitation in Betracht.

■ Indikation

Das Angebot einer wohnortnahen Rehabilitation richtet sich bei der Contilia Therapie und Reha in der Theaterpassage in Essen an Menschen mit folgenden Diagnosen:

- Stressfolgestörungen (Risikokonstellation Burnout)
- Anpassungsstörungen
- Depressive Störungen
- Angststörungen (Panikattacken, Spezifische Phobien)
- Zwangsstörungen
- Trauma und belastungsbezogene Störung
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- Somatisierungsstörungen

Bei der Therapie wird die individuelle soziale Lebenssituation berücksichtigt und in den Behandlungsprozess einbezogen.

■ Therapieelemente

Folgende Therapieangebote sind fester Bestandteil der psychosomatischen Rehabilitation:

- Psychotherapeutische Einzelgespräche
- Gesprächspsychotherapie in der Gruppe
- Ergotherapie
- Physiotherapie
- Entspannungstherapie
- Sport- und Bewegungstherapie
- Ernährungsberatung
- Psychoedukation
- Sozialberatung

■ Therapeutisches Team

Das therapeutische Team setzt sich zusammen aus Ärzten (z. B. Psychiatrie und Psychotherapie, Psychotherapeutische Medizin), sowie aus Psychologischen Psychotherapeuten. Jeder Patient wird während der Dauer der Rehabilitation federführend durch einen Bezugstherapeuten und einen Bezugsarzt betreut. Gemeinsam werden notwendige Diagnostik und Therapien unternommen; wöchentliche Einzelpsychotherapietermine finden während der gesamten Behandlung statt. Zugleich werden psychotherapeutische Gruppen sowie problem- bzw. störungsspezifische Gruppen (z.B. für Menschen mit Depressionen etc.) angeboten. Abschließend werden bei Bedarf gemeinsam Nachsorgemaßnahmen geplant und eingeleitet.

■ Rehabilitationsnachsorge (IRENA / PSYRENA)

Noch während des Behandlungsverlaufs wird bereits gemeinsam mit dem Rehabilitanden/-in über die weitere ambulante Therapie gesprochen. Die Reha-Nachsorge soll Sie im Anschluss an eine psychosomatische Rehabilitation dabei unterstützen, die erlernten Verhaltensweisen und Strategien zur Stress- und Konfliktbewältigung im Alltag und im Berufsleben umzusetzen. Sie wird in Rehabilitations-einrichtung von ärztlichen u/o psychologischen Psychotherapeuten begleitet. In diesem Zusammenhang bietet die CTR Essen die Möglichkeit an einem IRENA- oder an einem PSYRENA- Programm überganglos teilzunehmen.

