

# CURAMED

Privatlinik Stillachhaus



AKUTKLINIK FÜR  
PSYCHOSOMATISCHE MEDIZIN,  
PSYCHIATRIE UND PSYCHOTHERAPIE.

*Zeit für Veränderung.*

## SEHR GEEHRTE PATIENTIN, SEHR GEEHRTER PATIENT,

in unserer immer komplexer und schneller werdenden Umwelt nehmen die Stressfaktoren zu. Der Druck auf unsere Psyche mit all seinen Folgen wächst. Depressionen, Angsterkrankungen, dauerhafte Erschöpfung, chronische Schmerzen und andere psychosomatische Beschwerden lassen sich bei entsprechender Ausprägung nicht mehr allein durch Selbsthilfekompetenzen lindern. Häufig bedarf es professioneller und konsequenter medizinischer und therapeutischer Unterstützung, um wirksame und nachhaltige Veränderungen herbeizuführen.

Für eine nachhaltige Besserung dieser Leidenszustände ist es oft notwendig, sich aus dem belastenden Alltag in eine Umgebung zu begeben, in der sie sich regenerieren und verändern können. Dazu gehört oft auch die Aufarbeitung von Erlebnissen und erlernten Strategien. In der CuraMed Privatklinik Stillachhaus bieten wir Ihnen eine moderne, qualitativ hochwertige und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmte medizinische und psychotherapeutische Behandlung in einer familiären und unterstützenden Atmosphäre in einer wunderschönen Umgebung.

Basierend auf unserer langjährigen Erfahrung in der Behandlung psychosomatischer Erkrankungen nehmen wir den Begriff PSYCHOSOMATIK wörtlich: Es ist uns ein großes Anliegen, Ihnen während Ihres Behandlungsprozesses nicht nur eine intensive, moderne und effektive Psychotherapie, sondern auch eine hochqualifizierte medizinische Diagnostik und Behandlung anzubieten. Unsere Schwerpunkte psychosomatische Schmerztherapie, Traumabehandlung sowie internistische Behandlung mit besonderer kardiologischer Expertise haben innerhalb unseres Behandlungsspektrums eine besondere Vertiefung erfahren. Ein multiprofessionelles Team aus Fachärztinnen und -ärzten für Psychosomatik, Psychiatrie und

Psychotherapie, Innere Medizin und Kardiologie, spezialisierten und erfahrenen Psychotherapeut:innen, Spezialtherapeut:innen, Physiotherapeut:innen und Pflegekräften unterstützt Sie gemeinsam bei Ihrer Genesung. Kernstück der multimodalen Behandlung ist die hochfrequente Psychotherapie (3 x 50 min Einzelsitzungen pro Woche), in der auf der Basis einer wertschätzenden und empathischen Beziehung auf Augenhöhe Ihre individuellen psychischen Themen bearbeitet und zielorientierte Lösungswege gefunden werden. Unterstützt und vertieft wird der therapeutische Prozess durch sorgfältig aufeinander abgestimmte gruppentherapeutische Behandlungsangebote, die nach Ihren persönlichen Bedürfnissen und Therapiezielen ausgewählt werden. Ihre zuständige Fachärztin oder Ihr zuständiger Facharzt für Psychosomatik oder Psychiatrie und Psychotherapie sowie Ihre zuständige Fachärztin oder Ihr zuständiger Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie begleiten Sie kontinuierlich durch regelmäßige Visiten während Ihren Aufenthaltes.

In einem ganzheitlichen, aufeinander abgestimmten Bewegungskonzept werden die vier Säulen der körperlichen Vitalität (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) entsprechend angesprochen. Dabei wird die einzigartige Natur rund um die Klinik, die auf einem Sonnenplateau vor einem beeindruckenden Bergpanorama liegt, gezielt als Wirkfaktor genutzt und in die Behandlung integriert.

Nach Abschluss der aufwendigen, aber behutsamen Sanierung und Modernisierung erstrahlt unsere traditionsreiche psychosomatische Klinik in neuem Glanz. So erwarten Sie im historischen Haupthaus modernisierte Innenräume in hellen, freundlichen Farben und eine neu gestaltete Außenanlage mit Dachterrasse, Sauna, ganzjährig nutzbarem Außenpool und einem

traumhaften Blick auf das herrliche Oberstdorfer Bergpanorama.

Wesentliche bauliche und strukturelle Neuerungen sind der zentrale Pflegestützpunkt, modernisierte Patientenzimmer, ein neues Restaurant mit Außenterrasse und Dachgarten sowie eine einladende Lobby. Eine besondere Aufwertung erfuhr auch der gesamte Bereich der Physiotherapie und Bewegungstherapie mit großzügigen, lichtdurchfluteten Räumlichkeiten.

Die attraktive Neugestaltung der Klinik soll Ihnen nicht nur optimale Therapiebedingungen zur Wiederherstellung Ihrer körperlichen und seelischen Gesundheit bieten, sondern auch ein hohes Maß an Komfort und Lebensqualität.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen erfolgreichen und angenehmen Aufenthalt in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus.

Mit herzlichen Grüßen  
Ihre Klinikleitung



**Dr. med. Alexander Jatzko**  
*Chefarzt / Klinikdirektor*

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Traumatherapeut, Vorstandmitglied der DeGPT, Vorsitzender des Kuratoriums der Stiftung Katastrophennachsorge



**Alexander Roxlau**  
*Klinikmanager*

# INHALT

## BEHANDLUNG & THERAPIE

Integratives Behandlungskonzept.....	07
Behandlungsspektrum .....	12
Behandlungsschwerpunkte.....	28
Psychotherapeutische Gruppenangebote.....	36
Psychotherapeutische Spezialgruppen.....	40
Körperfokussierte Angebote .....	42
Diagnostik und apparative Ausstattung .....	44
Aufbau und Ablauf der Behandlung .....	47

## DIE KLINIK

Geschichte .....	53
Ambiente .....	56
Zentrale Ansprechpartner.....	64
Qualitätsmanagement.....	66
Warum wir? .....	71

**WICHTIGES RUND UM IHREN AUFENTHALT**

Klinikstatus und Kostenübernahme .....	73
Kontakt und Anmeldung .....	74
Lage und Umgebung.....	76
Die CuraMed Klinikgruppe .....	78





# INTEGRATIVES BEHANDLUNGSKONZEPT

---

Unser akutstationäres Behandlungskonzept richtet sich an Patientinnen und Patienten mit akuten oder chronischen psychischen Leidenszuständen. Insbesondere die zunehmenden Stressbelastungen in unserer heutigen Gesellschaft sind integraler Bestandteil unserer Therapien. Menschen mit Burnout-Entwicklungen, psychosomatischen Erkrankungen, Depressionen und Angststörungen bis hin zu

Erschöpfungszuständen und Post-COVID-Syndromen finden bei uns hervorragende Therapiemöglichkeiten. Darüber hinaus zeigt sich eine besondere Expertise in der Behandlung von Traumafolgestörungen mit körperlichen und dissoziativen Entwicklungen, der multimodalen Behandlung von chronischen Schmerzsyndromen sowie integrativen Behandlungen im Rahmen internistischer Erkrankungen.

**integrativ**

Unser Behandlungskonzept beruht auf einem integrativen Behandlungsansatz auf verhaltenstherapeutischer Grundlage vor dem Hintergrund eines bio-psycho-sozialen Krankheitsmodells, das auf die jeweils individuelle Problemsituation der Patientinnen und Patienten bezogen ist.

**individuell**

Die Behandlung erfolgt in enger Abstimmung mit den Bedürfnissen unserer Patientinnen und Patienten (shared decision-making) störungsspezifisch und ressourcenorientiert. Sie basiert auf heutigen psychosomatischen und psychotherapeutischen Konzepten vor dem Hintergrund aktueller Ergebnisse der Therapieforschung sowie der Neurobiologie. Zugrunde gelegt werden die derzeitigen Leitlinien der Fachgesellschaften, um eine evidenzbasierte Therapie sicherzustellen. Wir legen dabei Wert darauf, wirksame innovative Behandlungselemente miteinzubeziehen. Unsere therapeutischen Maßnahmen erfolgen nach genauer differentialdiagnostischer Klärung und Bewertung somatischer Faktoren.

**multiprofessionell**

Für die Behandlung steht ein multiprofessionelles Team zur Verfügung, das im Sinne einer multimodalen Therapie psychotherapeutische Einzel- und Gruppentherapien, bei Bedarf pharmakotherapeutische Behandlungen sowie internistische Diagnostik und Behandlung anbietet.

**nachhaltig**

Erfolgreiche Therapie ist nachhaltig. Deshalb legen wir besonderen Wert auf den Transfer und die Konsolidierung des stationären Therapieerfolges im Alltag der Patientinnen und Patienten. Die Behandlung im Stillachhaus wird fortlaufend intern und extern auf ihre Wirksamkeit und Nachhaltigkeit evaluiert. Hinsichtlich der Nachhaltigkeit des Therapieerfolges besitzt die enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den zuweisenden und nachbehandelnden Ärztinnen und Ärzten sowie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten für uns einen hohen Stellenwert.





## BIO-PSYCHO-SOZIALES BEHANDLUNGSMODELL

Das bio-psycho-soziale Behandlungsmodell vereint die Aspekte Gesundheit und Krankheit, Individualität und Einzigartigkeit sowie Leib und Seele unter einem Dach. Neben der Krankheitsgeschichte umfasst es auch aktuelle körperliche und psychische Beschwerden und nimmt Bezug auf biografisch einschneidende Ereignisse sowie auf die aktuellen Lebensumstände wie etwa Beruf oder Beziehung. Charakteristisch ist, dass dabei sowohl Körper als auch Seele in der jeweiligen sozialen Umwelt betrachtet werden.

In der Therapie geht es vor allem darum, Ressourcen zu erarbeiten, damit die Fähigkeit für das Empfinden von Freude und Glück wieder aktiviert wird und eine neue innere Grundhaltung entsteht. Auf diese Weise werden neue Kraftquellen erschlossen und eine positive Neuausrichtung von innerer Stärke gefestigt.

### **Vorgehensweise:**

- Erarbeiten eines individuellen Konzepts für erwünschte Veränderungen
- Verstehen ungünstig gewählter Lebensweisen
- Erarbeiten einer positiven Zukunftsvision
- Training zur Implementierung neuer Denkmuster und Handlungsweisen
- systemische Begleitung zur Festigung neuer, hilfreicher Lebensweisen

## GANZHEITLICHES THERAPIEKONZEPT

Bei unserem Therapiekonzept verfolgen wir einen bewusst ganzheitlichen Ansatz. Er ergibt sich sowohl aus dem bio-psycho-sozialen Behandlungsansatz unseres Hauses als auch aus unserer generellen Haltung. Konkret wird dazu aus dem breiten Spektrum unseres Therapieangebots

jeweils ein individuelles Behandlungsprogramm zusammengestellt – angepasst sowohl an die einzelne Persönlichkeit als auch an das zugehörige soziale Umfeld, an die individuelle Lebensbiografie und an das aktuelle Krankheitsbild.

## UNSER PFLEGEVERSTÄNDNIS

### **Gesundheit fördern, Leiden lindern**

Unser Pflegeteam ist rund um die Uhr für Sie da und unterstützt Sie während Ihres Aufenthaltes bei uns. Ziel ist es, Ihnen den Klinikaufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten.

### **Kontinuierliche Begleitung**

Zu Beginn Ihres Aufenthaltes findet ein pflegerisches Aufnahmegespräch statt. Das Pflegeteam kümmert sich gemeinsam mit Ihnen um die verordnete Medikation und führt alle pflegerischen Maßnahmen durch, so dass Sie sich jederzeit in guten Händen wissen. In einer täglichen Besprechung werden die therapeutischen Maßnahmen mit dem gesamten therapeutischen Team besprochen und gegebenenfalls an Ihre Bedürfnisse angepasst.

### **Individuelle Krisenintervention**

Auch in akuten Krisensituationen ist unser Pflegeteam für Sie da. Neben den Bezugstherapeutinnen und Bezugstherapeuten und dem Ärzteteam leistet das Pflegeteam bei Bedarf persönliche und individuelle Unterstützung bei der Bewältigung schwieriger Situationen.

### **Co-Therapie**

Unsere examinierten Pflegefachkräfte ergänzen das therapeutische Angebot durch Einzelgespräche im Rahmen der Bezugspflege, Kompetenztraining (Skillstraining) und der Unterstützung beim Aufbau einer häuslichen Tagesstruktur.



A smiling woman with blonde hair, wearing a grey and white striped long-sleeved top, is sitting in a grey armchair. She is holding a white pen in her right hand. The background features a large window with a view of blue mountains under a clear sky. The room is brightly lit, and a desk with a laptop is visible to the left.

## BEHANDLUNGS- SPEKTRUM

---

Unser Behandlungsspektrum umfasst eine Vielzahl psychosomatischer Einschränkungen und Krankheiten. Hierzu bieten wir jeweils eine große Bandbreite wissenschaftlich anerkannter Therapieformen, um Ihre Gesundheit wiederherzustellen.

## KRANKHEITSBILDER IM ÜBERBLICK

ADHS im Erwachsenenalter

Angsterkrankungen

Anpassungsstörungen

Burnout- und Erschöpfungssyndrome

Chronische Schmerzsyndrome

Depressive Erkrankungen

Essstörungen: Adipositas (bis 160 kg)

Essstörungen: Binge-Eating

Komplizierte Trauer

Long und Post Covid

Persönlichkeitsstörungen

Schlafstörungen

Somatoforme Krankheitsbilder

Traumafolgestörungen

Zwangserkrankungen

## ADHS IM ERWACHSENENALTER

ADHS ist die Abkürzung für Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung. Es handelt sich um eine multifaktorielle neurobiologische Entwicklungsstörung, die in der Kindheit beginnt und häufig bis ins Erwachsenenalter andauert. Kernsymptome der Störung sind Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität. Insbesondere im Erwachsenenalter tritt die Symptomatik häufig ohne Hyperaktivität auf (ADS).

Die Betroffenen berichten über erhebliche Beeinträchtigungen in verschiedenen Lebensbereichen. Eine gesicherte Diagnose nach Ausschluss- und Differenzialdiagnostik ist die Grundvoraussetzung für eine adäquate Therapie.

Im Erwachsenenalter zeigen viele Menschen mit ADHS Schlafstörungen, Angstsymptome bis hin zu Depressionen, Zwänge, körperliche Symptome bis hin zu Abhängigkeitserkrankungen.

Diese können oft nur dann wirksam behandelt werden, wenn auch das ADHS erkannt und therapeutisch angegangen wird. Nach einer ausführlichen klinischen Diagnostik einschließlich spezifischer testpsychologischer Untersuchungen erstellen wir ein individuelles Behandlungskonzept. Die Schwerpunkte unserer multimodalen Behandlung liegen in den Bereichen:

- Psychoedukation
- Strukturierung und Verbesserung der individuellen Organisationsfähigkeit
- Erarbeitung von Bewältigungsstrategien im Umgang mit Symptomen wie Impulsivität, Hyperaktivität, Reizempfindlichkeit, Aufmerksamkeitsdefiziten oder Stimmungsschwankungen
- gezielte Behandlung eventuell vorhandener Komorbiditäten
- ggf. Einleitung einer spezifischen Pharmakotherapie





## ANGSTERKRANKUNGEN

Zu den Angststörungen im engeren Sinne gehören die Panikstörung, die spezifische Phobie, die soziale Phobie und die generalisierte Angststörung. Obwohl diese Störungen oft mit erheblichen Einschränkungen im Alltag verbunden sind, können sie in der Regel schnell und effektiv psychotherapeutisch, z. B. verhaltenstherapeutisch, behandelt werden. Häufig auftretende sekundäre Substanzabhängigkeiten, z. B. durch Selbstmedikation mit angstlösenden Beruhigungsmitteln, werden berücksichtigt und behandelt.

## ANPASSUNGSSTÖRUNGEN

Anpassungsstörungen entstehen nach belastenden Lebensereignissen oder einschneidenden Lebensveränderungen wie schweren körperlichen Erkrankungen. Sie resultieren aus einer akuten Überforderung der individuellen Bewältigungsmöglichkeiten und Resilienzmechanismen und sind in der Regel zeitlich begrenzt. Die Symptome sind vielfältig und gehen mit einer akuten oder länger anhaltenden depressiven oder Angstsymptomatik einher. In der Therapie stehen die emotionale Verarbeitung der Situation, die Stärkung der Problembewältigungsressourcen und die Entwicklung konkreter Lösungsstrategien im Vordergrund.

## BURNOUT- UND ERSCHÖPFUNGSSYNDROME

Bei der Entstehung so genannter stressinduzierter Erkrankungen, die sich häufig als Burnout-Syndrom manifestieren, spielen unter anderem ein Ungleichgewicht zwischen chronischer Überlastung einerseits und unzureichenden Ressourcen und Bewältigungsstrategien andererseits eine Rolle. Die Hauptsymptome eines Burnout-Syndroms sind starke körperliche und emotionale Erschöpfung, Insuffizienzerleben, emotionale Entfremdung bis hin zu Zynismus und verminderte Leistungsfähigkeit. Unbehandelt kann ein Burnout zu einer klinisch relevanten Depression führen. Der Schwerpunkt unserer psychotherapeutischen Behandlung liegt in der Erarbeitung einer

persönlichen stressmedizinischen Standortbestimmung und der Analyse krankheitsrelevanter und problemverschärfender Einstellungen. Als Behandlungsziele stehen neben der Wiederherstellung der körperlichen und seelischen Gesundheit und Belastbarkeit die Verbesserung des Selbstwertgefühls, die Erhöhung der Abgrenzungs- und Konfliktfähigkeit und die Entschärfung innerer Antreiber (z.B. Perfektionismus) im Vordergrund. Im Rahmen unserer stressmedizinischen Therapie legen wir besonderen Wert auf die Stärkung der individuellen Resilienzfaktoren unserer Patientinnen und Patienten.

## DEPRESSIVE ERKRANKUNGEN

Als Kernsymptome der Depression gelten eine anhaltende Beeinträchtigung von Stimmung und Antrieb sowie eine verminderte Fähigkeit, sich zu freuen (Anhedonie). Inhaltlich zeigt sich häufig eine negative Sicht der eigenen Person, der Umwelt und der Zukunft. Weitere Symptome können Aufmerksamkeits-, Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Libidoverlust, Appetit- und Gewichtsveränderungen sowie Suizidgedanken sein. Depressionen können als einmalige Episode, wiederkehrend (rezidivierend) oder im Wechsel mit manischen oder hypomanischen Episoden (bipolare Depression) auftreten. Im Sinne eines personalisierten und ganzheitlichen Ansatzes erfolgt in der CuraMed Privatlinik Stillachhaus zunächst eine ausführliche interdisziplinäre (psychiatrische und internistische) Diagnostik. Darauf aufbauend wird gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten ein persönliches Krankheitsmodell entwickelt, das akute, chronische und biografische

krankheitsauslösende und -aufrechterhaltende Faktoren und Konflikte sowie Persönlichkeitsmerkmale berücksichtigt. Unser multimodales psychosomatisches Behandlungskonzept verbindet bewährte Therapien mit innovativen Behandlungsmethoden, die sich an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen orientieren. Neben der hochfrequenten Einzelpsychotherapie nehmen die Patientinnen und Patienten an unseren therapeutischen Gruppenangeboten wie Selbstkompetenz und Resilienz, Interaktionsgruppe, Achtsames Erleben, Naturtherapie, Kreativtherapie oder Achtsames Selbstmitgefühl teil. Darüber hinaus kommen gezielte Entspannungsverfahren und Bewegungsangebote im Einzel- und Gruppensetting zum Einsatz. Bei Bedarf werden auch schematherapeutische und metakognitive Verfahren eingesetzt. Bei Bedarf wird die Behandlung durch eine individuelle psychopharmakologische antidepressive Therapie ergänzt.





## ESSSTÖRUNGEN

### Adipositas

Adipositas (gesundheitsschädliches Übergewicht) kann sowohl körperliche als auch psychische Ursachen haben. Adipositas birgt nicht nur ein hohes Risiko für verschiedene Folgeerkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Gelenkschäden, sondern geht häufig auch mit einer deutlichen Einschränkung der Lebensqualität und des Wohlbefindens einher.

Heute weiß man, dass neben Überernährung, Bewegungsmangel und genetischen Faktoren insbesondere psychische bzw. bio-psychosoziale Prozesse bei der Entstehung und Aufrechterhaltung von Adipositas eine große Rolle spielen. Im Rahmen der Adipositasbehandlung werden individuelle psychische Entstehungs- und Aufrechterhaltungsfaktoren identifiziert und störungsspezifische Bewältigungsstrategien erarbeitet.

Ziel der Behandlung ist unter anderem die Verbesserung der Lebensqualität durch ein verbessertes Körperbild. Durch die multimodale Therapie in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus wird auch das Ernährungs- und Bewegungsverhalten unserer Patientinnen und Patienten nachhaltig verändert. Gleichzeitig werden eventuell zugrundeliegende dysfunktionale psychische Mechanismen angesprochen und verändert. Eine langsame und nachhaltige Gewichtsreduktion wird angestrebt. Durch Freude an der Bewegung und eine gesunde, ausgewogene Ernährung kann sich das Körpergefühl Schritt für Schritt verbessern, ohne dass die Betroffenen auf Genuss und Freude am Essen verzichten müssen.

### Binge-Eating

Binge Eating ist eine Essstörung, die durch wiederkehrende Essanfälle gekennzeichnet ist. Bei der Binge-Eating-Störung werden in kurzer Zeit große Mengen an Nahrungsmitteln verzehrt, oft begleitet von einem Gefühl des Kontrollverlusts. Im Gegensatz zu anderen Essstörungen wie Bulimie und Anorexie werden keine gewichtsreduzierenden Maßnahmen ergriffen, was bei einem Teil der Betroffenen zu starkem Übergewicht (Adipositas) führt. Die Ursachen der Erkrankung sind vor allem psychischer Natur. Wie bei anderen Essstörungen liegt häufig eine negative Einstellung zum eigenen Körper vor, zudem führen die Essanfälle nach kurzer Erleichterung meist zu belastenden Gefühlszuständen wie Schuld oder Scham.

Ziel der psychosomatischen Behandlung in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus ist die Verbesserung des Selbstwertgefühls und der Lebensqualität. Durch das Erlernen von alternativen funktionalen Bewältigungsstrategien zur Emotionsregulation und Stressbewältigung sowie durch die Entwicklung eines positiven Verhältnisses zum eigenen Körper wird in der psychosomatischen Behandlung in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus eine Verbesserung des Selbstwertgefühls und der Lebensqualität angestrebt. Neben der Psychotherapie sind gesunde Ernährung und Bewegung zentrale Säulen der Therapie..



## KOMPLIZIERTE TRAUER

Komplizierte Trauer wird als stark beeinträchtigende, intensiv schmerzhaft und lang anhaltende Trauerreaktion verstanden.

Trauer an sich (z.B. nach einem Todesfall) ist kein krankhaftes Phänomen, sondern eine natürliche Reaktion, die eine zentrale Rolle bei der Verarbeitung des Verlustes und der Anpassung an die veränderte Lebenssituation spielt. Bei der komplexen Trauer ist

dieser natürliche Prozess hinsichtlich der Intensität und/oder der Dauer der Gefühle insofern verändert, als er den Betroffenen daran hindert, sich an die neue Situation anzupassen. Ziele der Behandlung sind die Verarbeitung des Verlustes mit all seinen Gefühlen (z.B. Wut, Schuld, Einsamkeit) sowie die Entwicklung und Gestaltung erster Schritte einer wertbasierten und als sinnvoll erlebten Zukunftsperspektive für die neue Lebenssituation.



## LONG UND POST COVID

Nicht wenige Betroffene einer Infektion mit dem Coronavirus kämpfen noch lange nach ihrer Genesung mit Folgeerkrankungen oder Langzeitfolgen. Dauern Symptome länger als vier bis zwölf Wochen nach der Erkrankung an, spricht man von Long-Covid; sind nach zwölf Wochen noch bestehende oder neu aufgetretene Gesundheitsstörungen vorhanden, die nicht anderweitig erklärt werden können, spricht man von Post-Covid-Syndrom.

Als Risikofaktoren für die Entwicklung eines Post-Covid-Syndroms werden derzeit die Schwere der Erkrankung, weibliches Geschlecht sowie körperliche und psychiatrische Vorerkrankungen diskutiert. Die WHO hat im Oktober 2021 erstmals eine Fallbeschreibung von Long Covid veröffentlicht. Zu den häufigsten Covid-Langzeitschäden gehören neben Erschöpfung, Kurzatmigkeit und kognitiven Beeinträchtigungen auch Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche, Schlafstörungen, Muskelschmerzen, Druckgefühl in der Brust, Depressionen und Angstzustände. Sie alle wirken sich belastend oder einschränkend auf das tägliche Leben der Betroffenen aus.

Häufige Ursache ist eine nur unvollständige Ausheilung der Infektion, bei der Reste des Erregers, entzündliche Eiweißstrukturen oder Immunkomplexe im Körper verblieben sind. Manchmal liegen auch schwere psychische Belastungen vor, z.B. durch lange Isolation und Einsamkeit. Nicht selten kommen weitere Faktoren hinzu, die den Genesungsprozess zusätzlich erschweren, z.B. Homeschooling, Druck durch den Arbeitgeber oder auch Existenzängste.

### Häufige Beschwerden:

- Schonatmung / Kurzatmigkeit
- Husten
- Engegefühl in der Brust
- Chronische Müdigkeit / Abgeschlagenheit / Kraftlosigkeit
- Fieber
- Schmerzen
- Konzentrationsprobleme
- Gedächtnisstörungen
- Kopfschmerzen
- Schlafstörung
- Sensibilitätsstörungen
- Gangunsicherheit
- Schwindel
- Übelkeit
- Durchfall
- Hautausschläge
- Tinnitus
- Schwindelgefühl
- Geschmacks- oder Geruchsverlust bzw. gravierende Veränderung

### Behandlung von Long- und Post-Covid

Behandlung und Therapie zielen auf die bestmögliche und nachhaltige Wiederherstellung der körperlichen und seelischen Gesundheit. Alle Maßnahmen werden exakt auf die jeweiligen Erkrankungen und Beschwerden symptomorientiert abgestimmt - beste Chancen für eine möglichst effektive Behandlung und rasche Genesung.



## PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNGEN

Persönlichkeitsmerkmale des Menschen werden geprägt durch die Wahrnehmungen, Gefühle, Gedanken sowie Verhaltensweisen. Deren Grundzüge entwickeln sich schon in der Kindheit bis Jugend und bleiben ein Leben lang relativ stabil. Bei manchen Menschen sind Persönlichkeitsmerkmale derart ausgeprägt, dass sie oder die Umwelt darunter leiden. Dann sprechen wir von einer Persönlichkeitsstörung. Menschen mit Persönlichkeitsstörungen erleben häufig ausgeprägte Schwierigkeiten im Bereich der sozialen Interaktion und Beziehungsgestaltung. Daraus kann sich ein erheblicher Leidensdruck für die Betroffenen und ihr soziales Umfeld in verschiedenen Lebensbereichen entwickeln. Von den Persönlichkeitsstörungen abzugrenzen sind die sogenannten Persönlichkeitsakzentuierungen, bei denen die jeweiligen Merkmale des Persönlichkeitsstils weniger stark ausgeprägt sind. Dennoch können auch Persönlichkeitsakzentuierungen und die damit verbundenen interaktionellen Schwierigkeiten zu einer Einschränkung der Lebensqualität führen. Dabei ist es wichtig, differenzialdiagnostisch gut zu unterscheiden, ob es sich um langfristige Interaktions- und Beziehungsprobleme aufgrund von Persönlichkeitsstörungen oder um akute und in der Regel vorübergehende Veränderungen im Rahmen anderer psychischer Erkrankungen (z.B. Depression) handelt.

Persönlicher Stil	Persönlichkeitsstörung
gewissenhaft, sorgfältig	zwanghaft
ehrgeizig, selbstbewusst	narzisstisch
expressiv, emotional	histrionisch
wachsam, misstrauisch	paranoid
sprunghaft, spontan	borderline
anhänglich, loyal	dependent
zurückhaltend, einsam	schizoid
selbstkritisch, vorsichtig	ängstlich-selbstunsicher
ahnungsvoll, sensibel	schizotypisch

In der psychosomatisch-psychotherapeutischen Behandlung von Persönlichkeitsmerkmalen geht es darum, störende Verhaltens- und Denkmuster zu erkennen und zu verändern. Diese Muster können die Interaktion und Beziehungen mit anderen Menschen beeinträchtigen. Durch die Arbeit an diesen Mustern z.B. mittels Schematherapie oder in interaktionellen Gruppensitzungen haben die Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, neue Perspektiven einzunehmen, neue Verhaltensweisen auszuprobieren und positive Erfahrungen in Beziehungen zu sammeln. Dies geschieht in einem geschützten und von Therapeutinnen und Therapeuten begleiteten Rahmen.

## SCHLAFSTÖRUNGEN

Schlafstörungen sind ein häufiges Merkmal vieler psychischer Erkrankungen. Sie treten zum Beispiel oft bei Depressionen oder stressbedingten Erkrankungen auf. Aber auch unabhängig von anderen Krankheiten können Schlafstörungen auftreten.

Es gibt verschiedene Arten von Schlafstörungen:

- **Insomnien:** Das sind Ein- und Durchschlafstörungen, die die Tagesbefindlichkeit beeinträchtigen.
- **Hypersomnien:** Hierbei haben Menschen ein erhöhtes Schlafbedürfnis und sind tagsüber sehr schläfrig.
- **Parasomnien:** Das sind Verhaltensauffälligkeiten, die im Schlaf auftreten, wie zum Beispiel Schlafwandeln oder Alpträume.
- **Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus:** Dabei gerät der natürliche Schlaf-Wach-Rhythmus durcheinander.

Eine häufige Ursache für Hypersomnie ist die Schlafapnoe. Das ist eine Störung der nächtlichen Atmung, die zu Müdigkeit und Schläfrigkeit am Tag führt. Atembezogene Schlafstörungen wie das Schlafapnoe-Syndrom erhöhen nicht nur das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sondern können auch bestehende psychische Erkrankungen wie Depressionen beeinflussen.

Im Stillachhaus führen wir bei entsprechender Indikation die notwendigen Screening-Maßnahmen durch. In enger Zusammenarbeit mit regionalen Kooperationspartnern leiten wir gegebenenfalls die erforderlichen schlafmedizinischen Untersuchungen (Polysomnographie) und Therapien ein.

Schlafrhythmusstörungen, Parasomnien und Insomnien sind Schlafstörungen, die im Zusammenhang mit Schichtarbeit auftreten können. Sie äußern sich als ungewollte Verschiebungen oder Ausfälle des Schlaf-Wach-Rhythmus.

- Parasomnien umfassen sowohl seltene Störungen wie Schlafwandeln oder nächtliches Hochschrecken als auch häufiger auftretende Phänomene wie ausgeprägte, wiederkehrende Alpträume.
- Die häufigste Schlafstörung ist jedoch die Insomnie, bei der Ein- und Durchschlafstörungen die Tagesbefindlichkeit beeinträchtigen.

Zur Behandlung der Insomnie nutzen wir therapeutische Verfahren aus der kognitiven Verhaltenstherapie. Diese umfassen:

- **Psychoedukation:** Aufklärung über den Schlaf.
- **Schlafhygiene:** Tipps und Regeln für einen gesunden Schlaf.
- **Verhaltenstherapeutische Techniken:** Wie Stimuluskontrolle oder Schlafrestriktion.
- **Kognitive Techniken:** Zur Reduktion des nächtlichen Grübelns.

Zusätzlich haben Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken einen hohen Stellenwert. Sport und Bewegungstherapien können ebenfalls zum Therapieerfolg beitragen, indem sie Stress reduzieren und den Schlafdruck erhöhen.



## SOMATOFORME KRANKHEITSBILDER

Somatoforme Störungen sind vielfältig und unterschiedlich stark ausgeprägt. Sie verursachen bei den Betroffenen oft großes Leiden und beeinträchtigen ihre Lebensqualität. Manchmal wirkt sich das auch auf das Umfeld der Betroffenen aus.

Viele Patientinnen und Patienten haben bereits einen langen Weg hinter sich, bevor sie eine psychosomatische Behandlung beginnen. Obwohl umfangreiche medizinische Untersuchungen durchgeführt wurden, lassen sich oft keine ausreichenden körperlichen Ursachen für die Beschwerden finden. Stattdessen liegt oft eine seelische Belastungssituation zugrunde.

Während der Behandlung lernen die Patientinnen und Patienten schrittweise, die psychischen Ursachen ihrer Symptome zu verstehen. Sie erkennen, wie ihr eigenes

Verhalten und ihre Gedanken mit den Beschwerden zusammenhängen. Dadurch können sie ihre Selbstwirksamkeit im Umgang mit den Symptomen erhöhen und ihre Lebensqualität verbessern.

In unserer multimodalen Therapie nutzen wir verschiedene Ansätze, wie:

- Resilienz- und Selbstkompetenztrainings
- Achtsamkeitsübungen
- Kreative Therapieverfahren
- Entspannungstechniken
- Physiotherapie

Die heilsame Wirkung der Natur wird dabei bewusst in der schönen Umgebung der CuraMed Privatlinik Stillachhaus einbezogen.

*Zeit für Veränderung.*

## ZWANGSSTÖRUNGEN

Die Hauptsymptome der Zwangsstörung sind

- **Zwangsgedanken:** Das sind Gedanken, die immer wieder auftauchen und von den Betroffenen als unsinnig oder übertrieben empfunden werden.
- **Zwangshandlungen:** Dabei führen die Menschen bestimmte Handlungen immer wieder aus, oft in einem festen Muster.
- **Zwangsimpulse:** Das sind plötzliche Impulse, etwas Bestimmtes zu tun.

Die Symptome werden von den Betroffenen als unsinnig oder übertrieben empfunden, treten aber immer wieder auf. Dies führt zu einem oft sehr hohen Leidensdruck, verbunden mit Gefühlen von Angst, Anspannung, Ekel oder Scham. Die Zwangssymptome, können durch ihren wiederholenden Charakter den Tagesablauf stark dominieren und damit die normale Alltagsfähigkeit massiv einschränken oder unmöglich machen. Typische Zwangsgedanken beziehen sich auf Themen wie Kontamination (Verunreinigung), Schädigung, Normverletzung oder Schuld. Die Zwangshandlungen (z.B. Zählzwang, Grübelzwang) dienen dazu, die durch die Zwangsgedanken (z.B. Waschzwang, Kontrollzwang) hervorgerufenen unangenehmen Gefühle (Angst etc.) zu reduzieren. Nach der Ausführung der Zwangshandlung kommt es jedoch meist nur zu einer kurzfristigen Spannungsreduktion, im weiteren Verlauf können sich die Symptome sogar verstärken und auf andere Lebensbereiche ausweiten.

Zwangsimpulse sind starke Dränge, die uns dazu treiben, eine bestimmte Handlung auszuführen. Diese Impulse können beunruhigend oder bedrohlich sein. Oft sind sie aggressiv oder haben einen sexuellen Bezug. Aber normalerweise setzen wir diese Handlungen nicht um.

Menschen mit Zwangsstörungen führen oft Zwangshandlungen aus, um diese unangenehmen Impulse zu kompensieren. In der Behandlung von Zwangsstörungen hat sich ein vielseitiger Ansatz bewährt. Ein wichtiger Teil davon ist die Verhaltenstherapie.

Während der Behandlung setzen wir auf verschiedene Methoden:

- **Konfrontationsverfahren mit Reaktionsmanagement:** Dabei setzt sich der Betroffene den belastenden Gedanken oder Situationen aus, ohne die üblichen Kompensationsmechanismen zu verwenden. Er gewöhnt sich dadurch an die Situation und die unangenehmen Gefühle nehmen ab.
- **Metakognitive Strategien:** Diese helfen im Umgang mit den Zwangsgedanken.
- **Berücksichtigung von Lebensgeschichte:** Wir schauen uns auch an, welche Belastungen aus der Vergangenheit mit der Zwangsstörung zusammenhängen.
- **Entspannungstechniken und Bewegungsangebote** tragen ebenfalls zur Therapie bei.

Die Natur spielt in der schönen CuraMed Privatklinik Stillachhaus eine wichtige Rolle und unterstützt den Heilungsprozess.







## BEHANDLUNGS- SCHWERPUNKTE

---

## PSYCHOSOMATISCHE SCHMERZTHERAPIE

Eine chronische Schmerzstörung bedeutet in der Regel eine erhebliche Einschränkung der Lebensqualität und ist komplex – sie betrifft gleichermaßen Körper und Seele sowie oftmals auch das soziale System.

Häufige Symptome sind u.a. Rücken-, Kopf-, Muskel- oder Gelenkschmerzen. Chronische Schmerzen gehen in der Regel mit einem stark ausgeprägten, unverhältnismäßigen Leid sowie Sorgen und Funktionsschwierigkeiten im Alltag einher. Dabei sind nicht selten mehrere Lebensbereiche wie Beruf, Familie und Freizeit betroffen.

Im Vordergrund unserer multiprofessionellen, mehrwöchigen Behandlung stehen vor allem das Erlernen von Strategien zur Symptom- bzw. Schmerzbewältigung und eine moderate körperliche Aktivierung. Nach zumeist bereits im Vorfeld erfolgter intensiver medizinischer Diagnostik gilt es primär, weitere nicht notwendige und insbesondere invasive Diagnostik zu verhindern.

Mithilfe neurobiologischer Forschungsansätze konnten Wechselbeziehungen zwischen zentraler Schmerz-, Stress- und Emotionsverarbeitung nachgewiesen werden, die für das subjektive Schmerzerleben entscheidend sind. Das subjektive Krankheitsverständnis der Patientinnen und Patienten wird daher schrittweise in Richtung eines ganzheitlichen bio-psycho-sozialen Erklärungsmodells verändert.

Im Rahmen unseres integrativen, multimodalen Behandlungsansatzes wird insbesondere eine positive Veränderung der Körperwahrnehmung angestrebt, um das Vertrauen in die Funktionsfähigkeit des eigenen Körpers wiederherzustellen. Wir nutzen dabei die Synergien wissenschaftlich validierter multimodaler (Schmerz-) Therapiekonzepte mit unseren ganzheitlichen psychosomatischen Behandlungsansätzen. Ziele sind neben einer Symptomlinderung bzw. dem Erlernen geeigneter Copingstrategien im Umgang mit den Beschwerden eine Besserung begleitender Belastungsfaktoren (wie z.B. Depression, Ängste, Schlafstörungen, chronische Erschöpfung oder Adipositas), eine Stärkung der seelischen Widerstandskraft und Belastbarkeit, eine Aktivierung von Ressourcen sowie eine positive Beeinflussung von Lebensqualität und Selbstwirksamkeitserleben.

Hierbei kommen im hochfrequenten Einzel- und Gruppensetting neben engmaschiger fachärztlicher bzw. schmerztherapeutischer Betreuung und spezifischer Psychoedukation auch Module unseres Selbstkompetenz- und Resilienztrainings, Entspannungsverfahren, achtsamkeitsbasierte Techniken, sanft aktivierende Maßnahmen, Osteopathie bzw. Physiotherapie sowie pharmakologische Behandlungsansätze zum Einsatz. Die anerkannt positive Wirkung der Natur auf die Gesundheit wird in der schönen Lage der CuraMed Privatklinik Stillachhaus bewusst miteinbezogen.

## TRAUMAFOLGESTÖRUNGEN

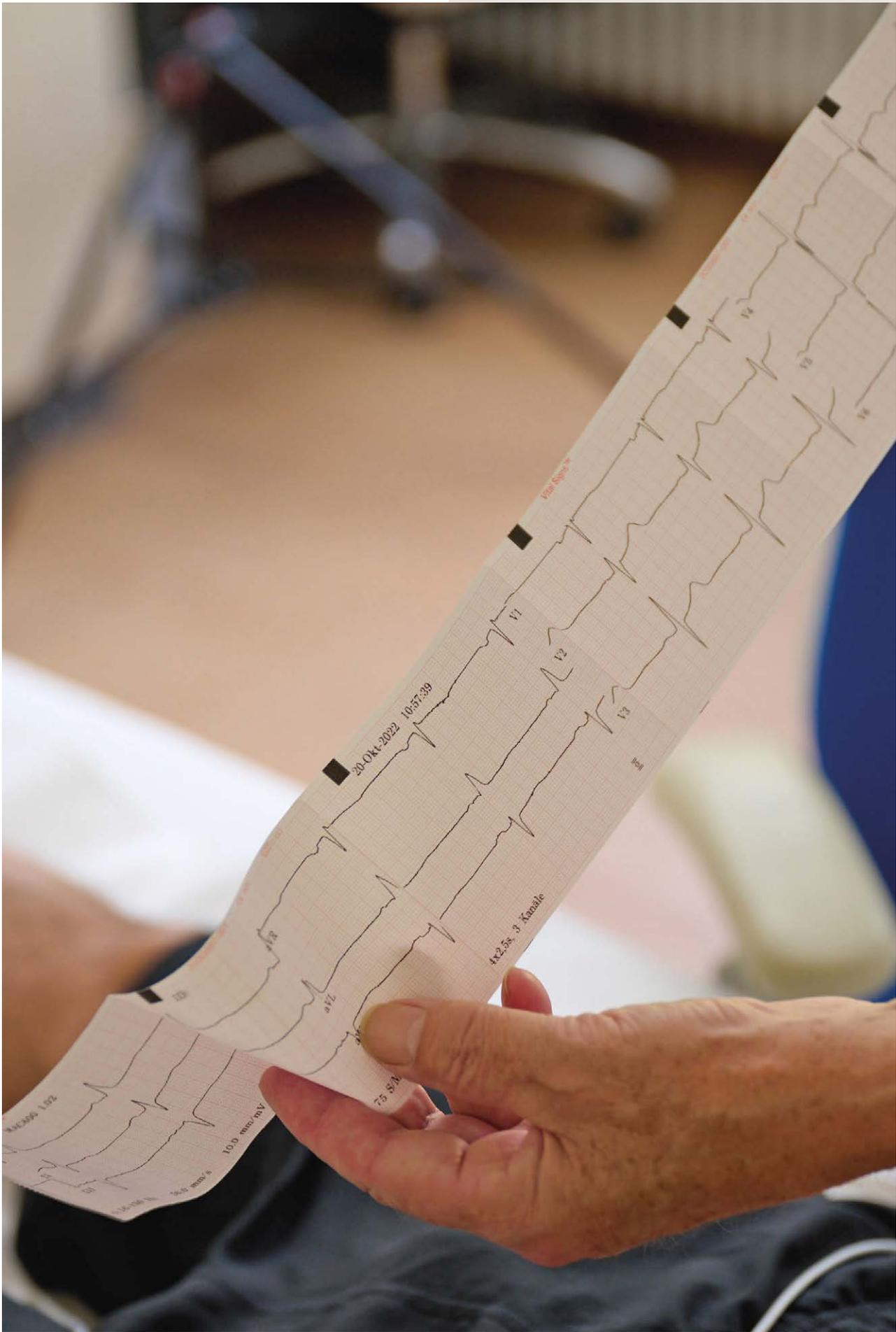
Eine Traumafolgestörung kann sich nach einem belastenden Ereignis entwickeln, wenn das Netzwerk des Gehirns überlastet wird. Das Leben mit seinen Gefühlen und Verhaltensweisen verändert sich nach einem solchen Ereignis oft deutlich.

Je nachdem, in welchem Alter die belastende Situation erlebt wurde, können sich unterschiedliche Symptome entwickeln. In der Kindheit zeigen sich langfristig andere Symptome als in der Jugend oder im Erwachsenenalter. Das Spektrum der Veränderungen kann von Gefühlsveränderungen wie Ängstlichkeit und Vermeidungsverhalten, erhöhter Schreckhaftigkeit, schnellerer Aggressivität bis hin zum Verlust der Fähigkeit, etwas zu fühlen, reichen. Viele beschreiben eine ständige Anspannung, sich oft bedroht oder überfordert zu fühlen oder nicht mehr richtig schlafen zu können. Belastende Erinnerungen können immer wieder sehr störend ins Bewusstsein treten. Alpträume sind oft mit einem schweißüberströmten Erwachen verbunden. Bei vielen werden die belastenden Erinnerungen auch mit der Zeit nicht besser und fühlen sich an, als wäre es gestern gewesen. Angehörige und man selbst haben das Gefühl, sich verändert zu haben.

Bei belastenden Erlebnissen in der Kindheit und frühen Jugend zeigen sich die Symptome aufgrund von Entwicklungsprozessen im Gehirn oft anders. Viele können ihre Gefühle bis hin zu Gefühlsausbrüchen, sei es Angst, Aggression oder Anspannung, in der Situation nicht verstehen. Es können dissoziative Symptome auftreten, bei denen das Gehirn nicht mehr richtig funktioniert. Dies kann von Gefühllosigkeit bis zu dissoziativen Anfällen reichen.

Diese Veränderungen als Folge eines oder mehrerer traumatischer Ereignisse zu erkennen und mit Ihnen darüber zu sprechen, sind wichtige erste Schritte in der Behandlung. Sie lernen, die Veränderungen zu verstehen und damit umzugehen. Oft hilft es, das Erlebte in der Therapie im Gehirn neu und anders zu verknüpfen, um die Kontrolle über das Gedächtnis, die Gefühle und das Leben wiederzuerlangen. Diese Ziele können wir Ihnen im Rahmen einer Behandlung im Stillachhaus anbieten.





## INTERNISTISCHE PSYCHOSOMATIK & PSYCHOKARDIOLOGIE

Der Kompetenzschwerpunkt Innere Medizin und Kardiologie in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus leistet im Rahmen der internistischen Psychosomatik einen wesentlichen Beitrag zur Behandlung psychokardiologischer Krankheitsbilder. Die Psychokardiologie beschäftigt sich mit den psychischen Begleiterkrankungen und Folgeerkrankungen von kardiovaskulären, d. h. das Herz-Kreislauf-System betreffenden, Krankheitsbildern.

Das Erleben kardiovaskulärer Erkrankungen kann für die Betroffenen in erheblichem Maße verunsichernd oder angstbesetzt sein und über die Erfahrung von Kontrollverlust das Vertrauen in den eigenen Körper maßgeblich beeinträchtigen. Zu den psychokardiologischen Krankheitsbildern gehören auch kardiale Beschwerden, für die keine hinreichenden organischen Ursachen gefunden werden können.

Bei der Genese psychokardiologischer Störungsbilder besteht ein wechselseitiger (= bidirektionaler) Zusammenhang zwischen psychischen und körperlichen Vorgängen. Im klinischen Bild präsentieren sich psychokardiologische Krankheitsbilder oft in Begleitung von stressassoziierten Symptomen, depressiven Syndromen und Angststörungen.

Die Behandlung psychosomatischer Krankheitsbilder in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus umfasst Psychoedukation, insbesondere hinsichtlich der Wechselwirkungen zwischen psychischen Faktoren und kardiologischen Erkrankungen, das Erlernen von Entspannungsverfahren und das Training psychischer Schutzfaktoren (verbesserte Stressbewältigung, Selbstkompetenz- und Resilienztraining). Sanft aktivierende physikalische Maßnahmen und gegebenenfalls eine sorgfältige Optimierung des kardiovaskulären Risikoprofils unterstützen die Wiedergewinnung von Vertrauen in die

Funktionsfähigkeit des eigenen Körpers.

Die internistischen Indikationsstellungen für Diagnostik und Therapie, die weitere Behandlungsplanung und Reevaluation erfolgen im Rahmen der wöchentlichen fachärztlichen Patientenvisiten und gemeinsamen Kurvenvisiten sowie der hochfrequenten interdisziplinären Teambesprechungen, sodass insbesondere auch komorbide Störungen und somatische Äquivalente psychischer Störungen fachgerecht behandelt werden können.

### Leistungsspektrum

- Psychokardiologisches Behandlungsangebot
- Diagnostik und Therapie kardiologischer Erkrankungen (arterielle Hypertonie, Herzrhythmusstörungen, Herzschwäche)
- Abklärung und Optimierung des Herzinfarkt- und Schlaganfallrisikoprofils
- Abklärung von Schlafstörungen organischer Ursache: medizinische Diagnostik und Behandlung von schlafbezogenen Atemstörungen und ggf. Initiierung und Überwachung einer nächtlichen, nicht invasiven Überdrucktherapie (APAP), Diagnostik und Behandlung von Restless Legs Syndrom (RLS) und Periodic Limb Movements in Sleep (PLMS)-Syndrom
- Behandlung von Adipositas und metabolischem Syndrom inklusive Ernährungs- und Sportberatung sowie medikamentöser Senkung erhöhter Blutfett- und Blutzuckerwerte
- Diagnostik und Behandlung von Fettstoffwechselstörungen
- Diagnostik und Therapie von Schilddrüsenfunktionsstörungen
- Internistische Labordiagnostik (Blut, Urin, Stuhl)



## STRESS- UND RESILIENZMEDIZIN

Im Kompetenzzentrum arbeitet ein interdisziplinäres Therapeutenteam. Gemeinsam mit führenden Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern aus dem Bereich der Stressforschung konzentrieren wir uns vor allem auf die Behandlung von Burnout-Symptomen.

Die Stressmedizin ist ein Teil der Verhaltensmedizin. Sie beschäftigt sich sowohl mit der Diagnose als auch mit der Behandlung von stressbedingten Erkrankungen und Beschwerden.

In der CuraMed Privatklinik Stillachhaus setzen wir ein ganzheitliches Behandlungskonzept ein. Dabei kombinieren wir Ansätze aus den Fachgebieten Psychotherapie, Innere Medizin und Neurowissenschaften. Unser Ziel ist es, die Resilienz (Widerstandsfähigkeit) der Patientinnen und Patienten zu stärken und ihre Lebensqualität zu verbessern.

### **Resilienz – seelische Widerstandskraft und Belastbarkeit**

Resilienz beschreibt die menschliche Fähigkeit der „inneren Stärke“ im Umgang mit äußeren und inneren Belastungen. Resiliente Menschen reagieren flexibel auf sich verändernde Umstände,

Belastungen, Krankheiten, Verluste sowie Probleme und weisen darüber hinaus spezifische Fertigkeiten auf, Krisen und herausfordernde Situationen zu meistern. Speziell handelt es sich dabei um die sogenannten

#### **Sieben Säulen der Resilienz:**

- Optimismus
- Akzeptanz
- Lösungsorientierung
- Opferrolle verlassen
- Verantwortung übernehmen
- Netzwerkorientierung
- Zukunftsplanung

Um Resilienz zu stärken, gehen wir detailliert auf diese einzelnen Fähigkeiten ein, machen sie mit einfachen, aber hochwirksamen Übungen erfahrbar und helfen unseren Patientinnen und Patienten, eine Haltung der „inneren Stärke“ zu erleben, wiederzuentdecken oder zu vertiefen. Dabei machen wir uns zunutze, dass Resilienz keine stabile und statische Persönlichkeitseigenschaft ist, sondern heute als lebenslanger, dynamischer Entwicklungsprozess verstanden wird.

# PSYCHOTHERAPEUTISCHE GRUPPENANGEBOTE

---

## SELBSTKOMPETENZ UND RESILIENZ

Selbstkompetenz und Resilienz beschreiben die menschliche Kompetenz in Bezug auf das eigene Wissen und Handeln und die psychische Widerstandsfähigkeit und „innere Stärke“ im Umgang mit äußeren und inneren Herausforderungen. Resiliente und selbstkompetente Menschen reagieren flexibel auf sich verändernde Umstände, Belastungen, Anforderungen und Einschränkungen. Darüber hinaus weisen sie spezifische Fertigkeiten auf, Krisen und herausfordernde Situationen zu meistern, Entwicklungschancen zu nutzen, eigene Begabungen zu entfalten sowie Lebenspläne zu fassen und weiterzuentwickeln. Zur Stärkung der Selbstkompetenz und Resilienz werden detailliert verschiedene Ressourcen fokussiert. Die Patientinnen und Patienten lernen so, eine Haltung der „inneren Stärke“ wiederzuentdecken, zu vertiefen und eine nachhaltige Umsetzung im Alltag zu etablieren. Die Gruppe beinhaltet Elemente aus der positiven Psychologie, der Verhaltenstherapie, der Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT), sowie Stressbewältigungsstrategien, Methoden aus der Resilienzforschung und erlebnisbasierte Verfahren.

## INTERAKTIONELLE GRUPPE

Die interaktionelle Gruppentherapie ermöglicht es Menschen, ihre Kommunikation und auch ihre Ausstrahlung gemeinsam mit anderen zu reflektieren. Im Austausch mit anderen können problematische Beziehungsmuster erkannt und hinterfragt werden, um dann ggf. neue, korrigierende Erfahrungen machen zu können. Die Gruppe als „Mehr-Personen-Beziehung“ bietet dabei ein Übungsfeld für die Wahrnehmung und Differenzierung von Affekten sowie für die Regulation von Gefühlen und Impulsen. Die Patientinnen und Patienten lernen, ihre eigenen Kommunikations- und Interaktionsfähigkeiten zu entwickeln und zu stärken. Da eine Gruppe andere Wirkungsmöglichkeiten als eine Einzeltherapie zur Verfügung stellen kann, handelt es sich weniger um eine Therapie in der Gruppe als vielmehr um eine Therapie durch die Gruppe. Ein wesentlicher Wirkfaktor im Sinne eines „lebendigen“ Lernens ist z.B. das Erleben von Halt und Schutz in der Gruppe, aber auch wie andere mit diesen Situationen umgehen und gute neue Strategien entwickelt werden können. Durch die Reflexion der Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie des eigenen Verhaltens in der Gruppe werden Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit gestärkt.

Neben therapeutisch relevanten Schwerpunkten nimmt die Bearbeitung persönlicher aktueller Themen einen wichtigen Stellenwert ein.

Die Wirksamkeit dieser Methode ist vielfach wissenschaftlich belegt.

## ACHTSAMKEIT ERLEBEN

Achtsamkeit ist definiert als ein klares und nicht wertendes Gewahrsein dessen, was in jedem Augenblick geschieht. Zahlreiche Metaanalysen können die positive Wirkung von achtsamkeitsbasierten Therapieverfahren auf Gesundheit, Stressbewältigung und Gesundungsprozesse bei unterschiedlichen Krankheiten nachweisen. Die Gruppe „Achtsamkeit erleben“ in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus bietet auf vielfältige Weise die Möglichkeit zum Sichfühlen und Erforschen. Im Zentrum stehen der Körper und das emotionale Erleben. Verschiedene Wahrnehmungsübungen, aber auch Fantasiereisen, Imaginationsübungen und Meditationen ermöglichen den Patientinnen und Patienten, sich allein oder auch im Kontakt mit anderen Menschen tiefer kennen und verstehen zu lernen. Durch das erlebnisorientierte Vorgehen wird die Verbindung zwischen Körper, Gedanken und Gefühlen (wieder)hergestellt, sodass der Zugang zum inneren Erleben und zur eigenen Gefühlswelt gefördert wird. Der Austausch in der Gruppe unterstützt die Verarbeitung und Integration des unmittelbaren Erfahrungswissens.



*Zeit für Veränderung.*

## SELBSTMITGEFÜHL ERLEBEN

Das Therapieangebot „Selbstmitgefühl erleben“ dient der Vermittlung der Kompetenz, sich selbst freundlich und mitfühlend zu begegnen. Diese Fähigkeit ist eine wesentliche Grundlage für die nachhaltige Veränderung negativer Einstellungen und Verhaltensmuster. In der Gruppe werden die Hintergründe und Voraussetzungen von Selbstmitgefühl, aber auch die möglichen Widerstände diesem gegenüber ebenso wie der mitfühlende Umgang mit eigenen schwierigen Gefühlen thematisiert. Mit einer Mischung aus Reflexionen, Übungen und Meditationen ermöglicht das Konzept tiefgreifende Erfahrungen. Das Gruppensetting bietet dabei für jeden Einzelnen den Mehrwert von Vielfalt an Erfahrungsberichten und Austausch und unterstreicht gleichermaßen den Aspekt der gemeinsamen Verbundenheit.

## NATURTHERAPIE

Die Natur wird als Heilraum und Ort der Potenzialentfaltung mit allen Sinnen erfahrbar gemacht. Durch verschiedenste Wahrnehmungsübungen entsteht Kontakt mit der Natur. Entspannungstechniken und Meditation leiten dazu an, zur Ruhe zu kommen. Vielfältige Übungen und Methoden aus den Bereichen Naturtherapie, Waldbaden, Kräuterkunde, Ritualarbeit, Wildniswissen und Resilienz unterstützen die Patientinnen und Patienten dabei, eigene Ressourcen zu stärken. Durch Achtsamkeit und Wertschätzung können sie lernen, die Beziehung zu sich selbst, zu ihren Mitmenschen und zur Natur wiederzuerwecken und zu vertiefen. Dadurch werden seelisches und körperliches Wohlbefinden gestärkt.

## KREATIVTHERAPIE

Durch kreativtherapeutische Angebote wird die heilsame Kraft der Kreativität ins multimodale Behandlungskonzept der CuraMed Privatklinik Stillachhaus integriert. Durch die kreativen, nonverbalen Verfahren können sowohl biopsychosoziale Wechselwirkungen als auch unbewusste intrapsychische Motive und Konflikte erlebbar werden. Übergeordnete Ziele sind dabei eine Förderung von Selbstwahrnehmung, Emotionsregulation und Ausdruckskompetenzen, um Selbstwirksamkeits-, Selbstwerterleben. Besondere Ziele der kreativtherapeutischen Arbeit sind unter anderem die Entdeckung und Stärkung von kreativen Ressourcen sowie Bahnen neuer Erfahrungen, das Erleben von Freude an der selbstbestimmten Gestaltung, die Unterstützung der Wahrnehmung seelischer und geistiger Prozesse, die Förderung der Kommunikation sowie die Schulung von Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit. Nach einem Einzelgespräch zur individuellen Standortbestimmung am Beginn des Aufenthalts findet die Kreativtherapie überwiegend in der Gruppe statt. Zudem besteht das Angebot eines offenen Ateliers außerhalb der Therapiezeiten.



# PSYCHOTHERAPEUTISCHE SPEZIALGRUPPEN

---

## SCHEMATHERAPIE GRUNDLAGEN

Die Schematherapie wurde von Jeffrey Young als eine Weiterentwicklung der kognitiven Verhaltenstherapie konzipiert und integriert auf sehr gelungene Weise Elemente weiterer Therapieverfahren (z. B. Gestalttherapie, Tiefenpsychologie etc.). Die Schematherapie nimmt eine zentrale Bedeutung von Erfahrungen aus Kindheit und Jugend bei der Entstehung chronischer psychischer Probleme an. Auf der Grundlage der Annahme zentraler menschlicher Grundbedürfnisse ist es das Ziel der Therapie, das emotionale Erleben zu verändern und die Menschen zu befähigen, sich als gesunde Erwachsene erfolgreich für die Erfüllung dieser Grundbedürfnisse einzusetzen. In der Schematherapie-Basisgruppe werden die wichtigsten schematherapeutischen Grundlagen vermittelt und erfahrbar gemacht. Die Patientinnen und Patienten lernen in der schützenden Atmosphäre einer geschlossenen Gruppe schrittweise, ihre zentralen, dysfunktionalen Lebensmuster (Schemata) und die daraus resultierenden Reaktionsmuster (Modi) zu verstehen, ihre frühere Notwendigkeit als Anpassung an die Umwelt anzuerkennen und erste Schritte in Richtung einer Veränderung zu funktionalem, d. h. die psychische Gesundheit förderndem Erleben und Verhalten umzusetzen.

## INTERAKTIONELLE SCHEMATHERAPIEGRUPPE

Die interaktionelle Schematherapiegruppe eignet sich für Patientinnen und Patienten, die bereits die Schematherapie-Basisgruppe während ihres aktuellen oder bei einem früheren Aufenthalt besucht haben. In der vertieften schematherapeutischen Arbeit dienen verschiedene Übungen, insbesondere zentrale schematherapeutische Techniken wie Imaginations- und Stuhlübungen sowie Beispiele aus dem persönlichen Alltag der Patientinnen und Patienten dazu, eigenes Erleben und Verhalten und dessen Auswirkungen im sozialen Umfeld tiefgreifend verstehbar zu machen und in Richtung des gesunden Erwachsenen zu verändern. Grundlage dieses Ansatzes ist es, dass Menschen mit psychischen Problemen oft auch Schwierigkeiten im interaktionellen Bereich haben.



# KÖRPERFOKUSSIERTE ANGEBOTE

---

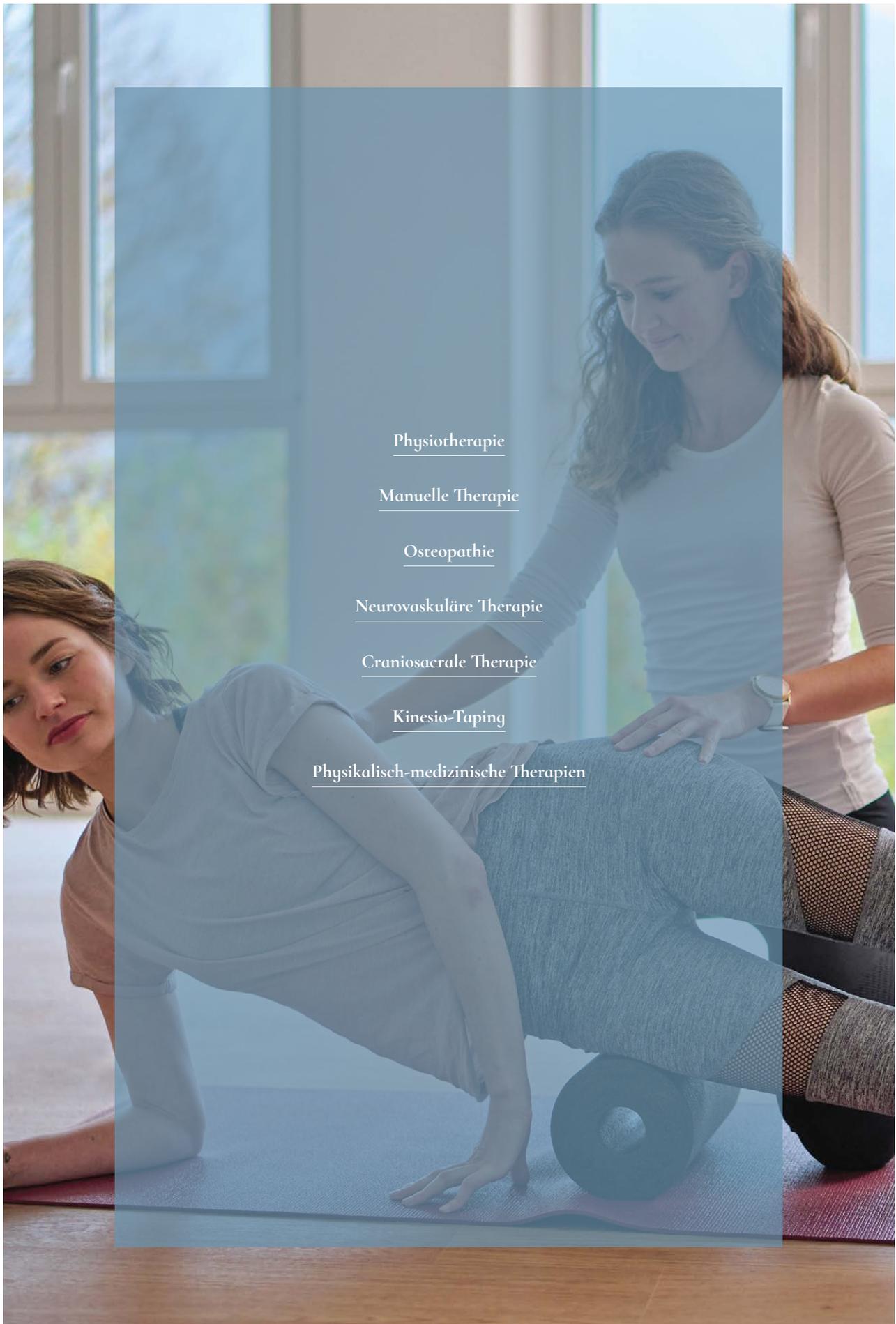
Die körperfokussierte Therapie basiert auf der Annahme, dass Körper und Psyche eine Einheit bilden. Auf dieser Grundlage ermöglicht sie es, unbewusste psychische Prozesse aufzudecken. Im Mittelpunkt stehen dabei das körperliche Erleben und die zugehörige Erfahrung damit.

## SPORT- UND BEWEGUNGSTHERAPIE

Sport und Bewegung haben einen wichtigen Einfluss auf die körperliche und psychische Gesundheit. In einem sorgfältig aufeinander abgestimmten und ganzheitlichen Bewegungskonzept werden in der CuraMed Privatklinik Stillachhaus die vier Säulen der körperlichen Fitness (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination) entsprechend adressiert. Diese werden durch Förderung mentaler Stärke und eine ausgewogene, vitale Ernährung sinnvoll ergänzt. Für beinahe alle Bewegungsangebote in der Gruppe gibt es eine „Soft-Version“, um auch Menschen mit körperlichen Einschränkungen (z. B. bei Erschöpfungssyndromen, chronischen Schmerzen, höherem Lebensalter) moderate und sanft aktivierende körperliche Aktivitäten zu ermöglichen. Unser breites, aber auch spezifisches Therapieangebot macht es uns möglich, individuell auf Bedürfnisse einzugehen. Dabei wird bewusst die abwechslungsreiche Natur in der Umgebung miteinbezogen (auf den Wegen und abseits der Wege). Attraktive Indoor-Angebote runden das vielfältige Bewegungsprogramm ab. In der therapiefreien Zeit können das ganzjährig nutzbare Außenschwimmbecken sowie der Fitnessraum nach Belieben genutzt werden.

## PHYSIOTHERAPIE

Die physiotherapeutische Behandlung erfolgt bei gegebener Indikation als individuelle und befundorientierte Einzeltherapie. Die übergeordnete Zielvereinbarung beinhaltet den Erhalt bzw. die Verbesserung der körperlichen Funktionsfähigkeit und die Stärkung des Vertrauens in den eigenen Körper. Um diese Ziele zu erreichen, werden mit den Patientinnen und Patienten physiologische Bewegungsabläufe erarbeitet und die motorischen Fähigkeiten optimiert, welche in den Alltag aktiv integriert werden können. Physiotherapeutische Einzeltherapie sowie Sport- und Bewegungsprogramme in der Gruppe ergänzen sich hierbei in einem bewusst aufeinander abgestimmten Therapieprogramm.



Physiotherapie

Manuelle Therapie

Osteopathie

Neurovaskuläre Therapie

Craniosacrale Therapie

Kinesio-Taping

Physikalisch-medizinische Therapien

# DIAGNOSTIK UND APPARATIVE AUSSTATTUNG

---

Die beste Grundlage für jede Behandlung: eine sorgfältige Diagnose. Eine erfolgreiche Behandlung steht und fällt mit einer präzisen und sorgfältigen Diagnostik – gute Therapie- und Maßnahmenentscheidungen basieren immer auf einer genauen Erhebung des jeweiligen gesundheitlichen Ist-Zustandes. Vor diesem Hintergrund genießt das Thema Diagnostik sowohl seitens der erforderlichen technischen Ausstattung als auch im Hinblick auf die Zeit, die dafür zur Verfügung steht, in unserem Haus einen besonders hohen Stellenwert.

## Von Eintritt bis Verabschiedung

Unter Einsatz modernster diagnostischer Methoden und Geräte ermitteln wir nicht nur Ihren gesundheitlichen Zustand beim Eintritt in die Klinik, sondern dokumentieren und kontrollieren auch Ihre laufende Behandlung. Eine sorgfältige Abschlussdiagnostik dokumentiert die Situation am Ende Ihres stationären Aufenthalts. Bei Bedarf empfehlen sich auch weitere Einzelmaßnahmen oder Intervallbehandlungen.

## Diagnostisches Spektrum

Die umfangreiche apparative Ausstattung der CuraMed Privatklinik Stillachhaus erlaubt es, alle gängigen internistischen (einschließlich kardiologischer und pneumologischer) Untersuchungen durchzuführen:

- Ruhe-EKG
- Belastungs-EKG
- Langzeit-EKG
- Langzeit-Blutdruckmessung
- Transthorakale Echokardiografie mit Farbdoppler und TDI
- Duplexsonografie der extrakraniellen Halsgefäße, der Beinarterien und -venen sowie der Baucharterien und -venen
- Abdomensonografie mit Farbduplex
- Schilddrüsenultraschall mit Farbduplex
- Pulsoxymetrie
- Blutgasanalyse
- Nächtliche kardiorespiratorische Polygrafie inklusive Respiratory Inductance Plethysmography (RIP) mit Differenzialdiagnostik von Schlafstörungen
- Laborchemische Routine- und Notfall- bzw. Schnelltestdiagnostik (Troponin, BNP/ NTproBNP, D-Dimer)



## DAS OBSTRUKTIVE SCHLAFAPNOESYNDROM (OSAS)

Das obstruktive Schlafapnoesyndrom (OSAS) ist eine ernst zu nehmende und in Deutschland sehr häufig vorkommende schlafbezogene Atemstörung, die zu erheblichen psychischen und organischen Schäden, vor allem im Bereich des Herz-Kreislaufs, führen kann. Von der inneren Abteilung angebotenen nächtlichen kardiorespiratorischen Polygrafie (sogenanntes Schlafscreening) handelt es sich um ein kleines, tragbares Gerät, das auch

mit nach Hause genommen werden kann und während der Nacht Atemfluss, Atemgeräusche, muskuläre Atmung, Körperlage, Herzfrequenz und Sauerstoffsättigung aufzeichnet. Durch diese Untersuchung kann die Diagnose eines Schlafapnoesyndroms mit hoher Sicherheit gestellt und entsprechende therapeutische Maßnahmen zeitnah eingeleitet werden.



#### **Individueller Therapieplan**

Abhängig von Ihrer Diagnose stellen unsere Ärztinnen und Ärzte und Therapeutinnen und Therapeuten zusammen mit Ihnen einen individuellen Therapieplan auf.

#### **Behandlungsdauer**

Die Dauer Ihres Aufenthalts in unserer Klinik richtet sich nach dem Krankheitsbild und den medizinisch-therapeutischen Erfordernissen und ist daher variabel. Im Durchschnitt ist für eine psychosomatische Behandlung ein Zeitraum von sechs bis acht Wochen zu veranschlagen.

# AUFBAU UND ABLAUF DER BEHANDLUNG

---

## KLINIKAUFNAHME

Die Aufnahme in unsere Klinik erfolgt nach Zuweisung durch Ihre Ärztin oder Ihren Arzt. Ebenso möglich ist eine Zuweisung aus einer anderen stationären Klinik im Rahmen einer Weiterversorgung oder konsiliarischen Behandlung. Unsere Verwaltung sowie unsere Ärztinnen und Ärzte und Therapeutinnen und Therapeuten sind Ihnen gerne bei der Organisation Ihres Aufenthalts behilflich. Für einen möglichst zeitnahen Behandlungsbeginn unterstützen wir Sie gerne bei der Klärung der Kostenübernahme mit Ihrer privaten Krankenversicherung beziehungsweise mit Ihrer Beihilfestelle. Nachdem die Aufnahmeformalitäten, die für Ihren Aufenthalt nötig sind, mit Ihnen abgesprochen und unterzeichnet sind, bestimmen Sie auch, ob Sie in der Klinik für Außenstehende erreichbar sein möchten oder nicht. Danach werden Sie zunächst auf Ihr Zimmer begleitet, wo Sie sich in Ruhe umsehen können. Etwas später werden Sie von der medizinischen Abteilung abgeholt – die erste Aufnahmediagnostik steht an. Hierbei handelt es sich um eine internistisch-neurologische Basisdiagnostik, bestehend aus Anamneseerhebung, körperlicher Untersuchung und Basislabor.

Falls erforderlich, wird diese Diagnostik individuell und nach Anordnung der Ärztin oder des Arztes um bestimmte Auswertungen ergänzt. In dieser Diagnostik wird auch festgehalten, welche Medikamente Sie benötigen und ob akute Unterstützung erforderlich ist. Darüber hinaus findet ein erstes Gespräch zur Befundaufnahme statt. Ebenso werden die Fragebögen und Vorbefunde Ihrer behandelnden Ärztinnen und Ärzte gesichtet und durchgesprochen – ein wichtiger Abgleich, inwieweit

der Status aus den Vorbefunden aktuell noch in der dargestellten Intensität vorhanden ist.

Eine kurze pflegerische Einführung in unsere psychosomatische Behandlung sowie in die Gegebenheiten und den Umgang in der Klinik gibt Ihnen zusätzliche Orientierung und sorgt dafür, dass sich mögliche Ängste vor der neuen Situation rasch auflösen. Bei einer Notfallaufnahme nimmt unsere medizinische Abteilung telefonisch Kontakt mit der einweisenden Kollegin oder dem einweisenden Kollegen auf, um sich über Vorbefunde und Vorbehandlungen zu informieren und die Behandlung in unserem Haus abzustimmen. An den darauffolgenden Tagen werden in der täglich stattfindenden medizinischen Konferenz die individuelle Therapie zusammengestellt sowie die Behandlungsziele und der Therapieplan festgelegt. Spätestens am zweiten Tag wird Ihnen eine Bezugstherapeutin oder ein Bezugstherapeut zur Seite gestellt. Diese Therapeutin oder dieser Therapeut beurteilt Ihren psychischen und psychosomatischen Ist-Zustand im Rahmen eines ausführlichen Gesprächs.

Ebenfalls werden dabei Ihre Symptome, die Entwicklung Ihrer Beschwerden, Ihr biografischer Hintergrund sowie mögliche Belastungssituationen in Ihrem familiären oder beruflichen Umfeld dokumentiert. Sie erhalten zudem grundlegende Informationen über die Möglichkeiten einer Behandlung und Heilung in unserer Klinik. Darüber hinaus werden die gemeinsamen Behandlungsziele definiert und dokumentiert.



## INDIVIDUELLER THERAPIEPLAN

Abhängig von Ihrer Diagnose erstellen unsere Ärztinnen und Ärzte und Therapeutinnen und Therapeuten gemeinsam mit Ihnen einen individuellen Therapieplan. Er besteht aus einer speziell auf Sie abgestimmten Kombination verschiedenster Behandlungsbausteine und -einheiten.

Jeder Behandlungs- und Therapieplan ist individuell störungs- und ressourcenorientiert sowie interdisziplinär angelegt. Grundlegend dabei ist, dass Sie als Patientin oder Patient in der Lage sind (oder zu Beginn Ihrer Behandlung rasch in die Lage kommen), sich selbst als Bestimmerin oder Bestimmer und Ihre eigene aktive Gestalterin oder Ihr eigener aktiver Gestalter Ihrer Genesung anzunehmen – statt noch länger als passiv Leidende oder Leidender Ihren Symptomen ausgesetzt zu sein.

Ihren ersten Therapieplan erhalten Sie bereits am zweiten Tag Ihres stationären Aufenthalts. Ab dann werden wöchentlich die weiteren Termine mit Ihnen abgesprochen und angepasst. Entsprechend Ihren individuellen Fähigkeiten wird dabei eine individuelle Kombination verschiedener Therapien und Ansätze bestimmt.

Neben der psychotherapeutischen Behandlung wird stets auch eine angemessene medizinische und physiotherapeutische Therapie verordnet. Eine etwaige psychopharmakologische Mitbehandlung orientiert sich an der jeweiligen Notwendigkeit – stets nach der Maxime „So viel wie nötig, so wenig wie möglich“. Der Einsatz alternativer naturheilkundlicher Methoden genießt dabei hohen Stellenwert.

Generell geschieht die Therapieplanung stets so, dass Sie den einzelnen Therapieschritten jederzeit folgen und diese auch für sich selbst umsetzen können.

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
7:00 Uhr	Frühspport		Frühspport		Frühspport		
7:30-8:30 Uhr	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
8:30 Uhr	Schematherapie	Interaktionelle Emotionsgruppe	Einzelgespräch	Naturtherapie	Physiotherapie		
9:00 Uhr							
9:30 Uhr						Intern. Visite	
10:00 Uhr							
10:30 Uhr	Einzelgespräch	Bodyfit	Chefarztgruppe	Bezugspflege	Einzelgespräch		
11:00 Uhr							
11:30 Uhr				Nordic Walking	Yoga		
12:00 Uhr	Physiotherapie						
12:30-14:00 Uhr	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
14:00 Uhr	Achtsamkeit erleben	Diagnostik/ Konsil	Selbstkompetenz und Resilienz	Selbstmitgefühl erleben	Kunsttherapie- gruppe		
14:30 Uhr							
15:00 Uhr							
15:30 Uhr							
16:00 Uhr		Psy. Facharzt- visite					
16:30 Uhr	Sport und Spaß	Kunsttherapie Einzel	Osteopathie und Faszien	Yoga Qi Gong	Gerätetraining		
17:00 Uhr							
17:30 Uhr							
18:00-19:15 Uhr	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	

Beispielhafter Therapieplan

## DOKUMENTATION

Die Dokumentation Ihrer Behandlung kann sowohl handschriftlich in Ihrer Patientenakte als auch elektronisch erfolgen. Die Unterlagen, die Sie als Patientin oder Patient von Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt mitbringen, werden eingescannt und in der Verwaltung in einer elektronischen Patientenakte gespeichert. Darauf haben nur autorisierte Mitarbeitende, Ärztinnen und Ärzte und Pflegekräfte Zugriff. Ihre Originale erhalten Sie nach der Archivierung umgehend zurück. Die Nutzung jeder Dokumentation ist durch interne Regelungen individuell abgesichert. Darüber hinaus ist die Einhaltung aller geltenden Vorschriften gemäß der allgemeinen Schweigepflicht, der ärztlichen Schweigepflicht und der DSGVO in unserem Hause gewährleistet.

### Unsere Dokumentation umfasst:

- medizinische, therapeutische und pflegerische Aufnahmeuntersuchung
- Aufzeichnungen zu den Inhalten ihrer Behandlung
- Ihren jeweiligen Zustand
- medizinische Befunde (z.B. Labor, Echo, Sonografie, Schlafuntersuchung, ...)
- individuelle Vereinbarungen mit Ihnen (zum Beispiel Verzicht auf Suchtmittel oder ähnliche Verhaltensvereinbarungen)

## BEHANDLUNGSDAUER

Die Aufenthaltsdauer in unserer Klinik richtet sich nach dem Krankheitsbild und den medizinisch-therapeutischen Erfordernissen und ist daher variabel. Im Durchschnitt ist für eine psychosomatische Behandlung mit einem Zeitraum von sechs bis acht Wochen zu rechnen.

### Intervalltherapie

Bei Bedarf bieten wir als Fortsetzung und Ergänzung einer stationären Erstbehandlung eine - in der Regel kürzere - Intervalltherapie an. Diese wird in Absprache mit Ihnen gegen Ende der stationären Erstbehandlung geplant und vereinbart. Die Therapieerfolge der ersten Behandlungsphase werden so in einem zweiten stationären Aufenthalt gefestigt und erweitert.





## ENTLASSUNGSMANAGEMENT

Bei Ihrer Entlassung wird mit Ihnen besprochen, ob und in welcher Form nach Abschluss der Krankenhausbehandlung weitere Unterstützung erforderlich ist, um Ihren Behandlungserfolg zu sichern. Eine solche Anschlussversorgung kann zum Beispiel eine medizinische oder pflegerische Versorgung im Rahmen einer ambulanten oder stationären Rehabilitationsbehandlung oder eine pflegerische Versorgung sein.

Generelles Ziel unseres Entlassungsmanagements ist es, eine möglichst nahtlose Anschlussversorgung zu organisieren. Die entsprechenden Hinweise, ob und welche medizinischen oder pflegerischen Maßnahmen erforderlich sind, liefert unsere Verlaufsdiagnostik. Entsprechende Maßnahmen werden bereits während Ihres stationären Aufenthaltes eingeleitet.

Selbstverständlich begleiten wir Sie auch bei der Vorbereitung und Überleitung nach Hause. Für die erste Zeit zu Hause können bei Bedarf Medikamente, Heil- und Hilfsmittel sowie häusliche Krankenpflege verordnet werden. Eine fortbestehende Arbeitsunfähigkeit oder die Beratung zur stufenweisen Wiedereingliederung in den beruflichen Alltag nach dem Hamburger Modell kann schriftlich bescheinigt werden.

Alle Maßnahmen des Entlassmanagements werden im Vorfeld mit Ihnen abgestimmt und nur mit Ihrer Zustimmung durchgeführt. Auf Wunsch beziehen wir auch Angehörige oder Bezugspersonen in die jeweiligen Informations- und Beratungsgespräche mit ein.



Das Stillachhaus wurde 1914 von Dr. med. Luebhard Saathoff gegründet und befand sich bis 2022 in Familienbesitz.



# GESCHICHTE

---



Die Geschichte des Stillachhauses begann am 30. Oktober 1910, als Dr. Saathoff nach Oberstdorf kam und im „Hubertushaus“ eine Praxis eröffnete. Er beobachtete die hiesige Witterung und stellte bald fest: Saubere Luft, viel Sonne, wenig Wind und Nebel im Herbst und Winter im Oberstdorfer Tal sind beste Voraussetzungen auch für Lungenkranke.

*Zeit für Veränderung.*



Die Baufinanzierung gestaltete sich anfangs schwierig. Doch dann gab ihm Frau Koenig, angeregt von einer Patientin Dr. Saathoffs, aus ihrem großen Vermögen das Geld zum Bauen. Diese Wohltat sicherte ihr im Alter den Lebensunterhalt. Und das kam so: Die Kuranstalt war gut belegt, Geld kam herein und Schulden wurden laufend zurückgezahlt, sodass Dr. Saathoff am Ende der Inflation, also beim ersten Staatsbankrott im November 1923, ein praktisch schuldenfreies Unternehmen besaß. Frau Koenig jedoch hatte durch russische Enteignung und die rasante Entwertung ihr gesamtes Sach- und Geldvermögen eingebüßt. Da wertete Dr. Saathoff eine Grundschuld auf, deren Tilgungsraten seiner Gönnerin einen geruh-samen Lebensabend bis zu ihrem Tod 1939 ermöglichte! Im Frühjahr 1913 begann die Firma Ackermann mit 50 Arbeitern, die Baugrube auszuheben ...

Berühmt wurde das Stillachhaus unter anderem durch seine prominenten Patienten wie beispielsweise Katja Mann, die Frau des berühmten deutschen Schriftstellers Thomas Mann, und die angebliche russische Zaren-tochter Anastasia.



# AMBIENTE

---



## PATIENTENZIMMER

Für einen bestmöglichen Genesungsprozess sind Ruhe, Raum für Regeneration sowie ausreichend Rückzugsmöglichkeiten grundlegend. Genau das zeichnet die 58 Zimmer unserer Klinik aus. Bei uns finden Sie vielfältig gestaltete Einzelzimmer. Alle Zimmer sind einladend und modern ausgestattet und bieten je nach Zimmerkategorie einen herrlichen Blick auf das Allgäuer Alpenpanorama oder die umliegenden Wälder und Wiesen.

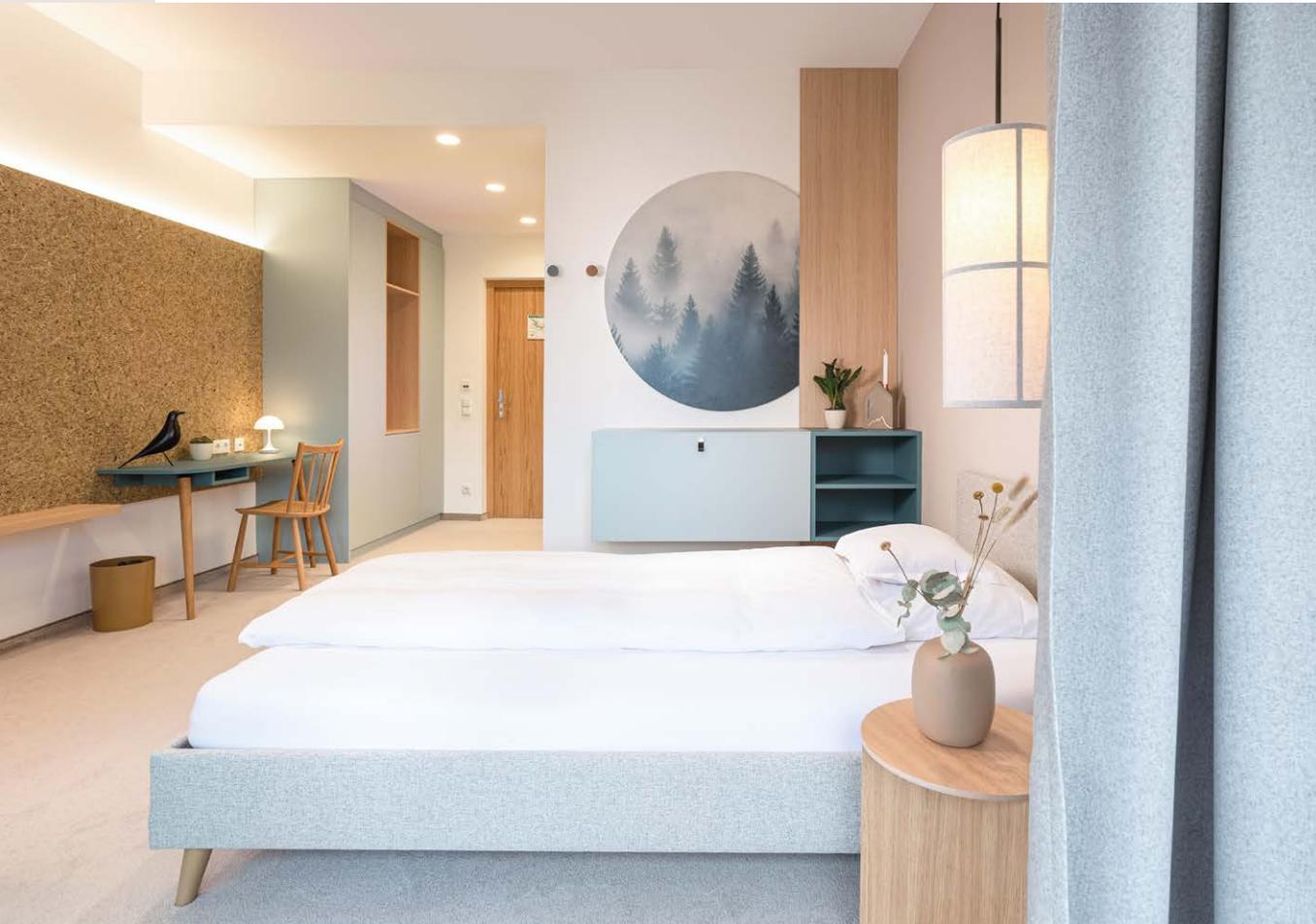
Großer Wert wurde dabei auf ein elegantes und gleichzeitig wohnliches Ambiente gelegt. Die CuraMed Privatklinik Stillachhaus verfügt über die Zimmerkategorien Superior, Deluxe und Juniorsuite. Sie unterscheiden sich in:

- Größe (Wohnfläche)
- Lage (z. B. Süd- oder Nordseite)
- Komfort (z. B. ohne Balkon, mit Balkon oder Loggia)

### Zimmerausstattung

- Kostenloser Internetzugang (WLAN)
- Dusche mit WC
- Telefon
- Flatscreen
- Handtücher
- Bademantel
- Schreibtisch
- Sessel oder Schaukelstuhl

Die Klinik





## KLINIKRÄUMLICHKEITEN

Unser Klinikgebäude bietet eine moderne und wohnliche Atmosphäre. Mit seiner erhöhten Lage auf einem Sonnenplateau, 50 Höhenmeter über Oberstdorf, erzeugt es eine helle und lichtvolle Umgebung. Zusammen mit einer ebenso hochwertigen wie freundlichen Einrichtung sind dies beste Voraussetzungen, sich rundum wohlfühlen. Neben Therapie- und Gruppenräumen, Ärzte- und Therapeutenzimmern zählen ein internistischer Untersuchungsraum, ein Sonografieraum, physiotherapeutische Bewegungsräume sowie ein Kreativatelier dazu. Außerhalb der Therapiezeit laden mehrere Gemeinschaftsräume und Aufenthaltsbereiche innen wie außen dazu ein, sich zu entspannen.

Zur körperlichen Ertüchtigung stehen ein Fitnessraum sowie ein ganzjährig betriebenes Außenschwimmbaden zur Verfügung. Ruhe und Plätze zum Verweilen, mit einmaligem Blick auf die Bergkette, bieten der Saunabereich oder die große Panoramaterrasse.

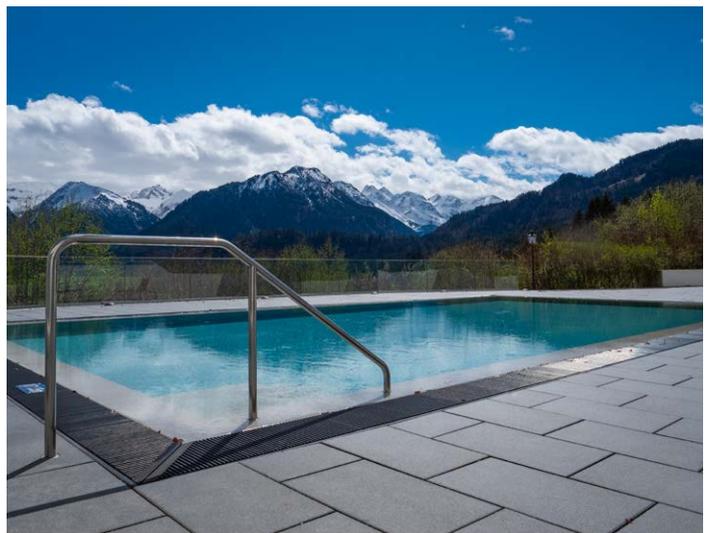
### Therapie- und Gemeinschaftsräume

- Bewegungstherapieräume
- Gruppentherapieräume
- Ganzjährig betriebenes Außenschwimmbaden
- Kreativatelier
- Fitnessraum
- Sauna mit Ruhebereich
- Physiotherapieräume
- Internistischer Untersuchungsraum
- Sonografieraum
- Konferenzraum
- Lobby
- Restaurant
- Cafeteria
- Arztzimmer
- Zentraler Pflegestützpunkt
- Yogaterrasse
- Rezeption



*Zeit für Veränderung.*







Die Klinik



## RESTAURANT

Zu einem bestmöglichen therapeutischen Behandlungserfolg trägt nicht zuletzt das leibliche Wohlbefinden bei. Deshalb legen wir in unserem Klinikrestaurant großen Wert auf eine abwechslungsreiche, genussvolle und gesundheitsfördernde Speisenauswahl. In unserem Restaurant haben Sie die Wahl zwischen verschiedenen Gerichten, sodass unterschiedliche Geschmäcke und Vorlieben berücksichtigt sind. Auf der Karte finden Sie sowohl regionale Produkte und Speisen als auch internationale Gerichte. Selbstverständlich gehen wir auf persönliche Ernährungsanforderungen wie Allergien oder Lebensmittelunverträglichkeiten ein und stellen Ihnen einen individuellen Speiseplan zusammen.

### Frühstück

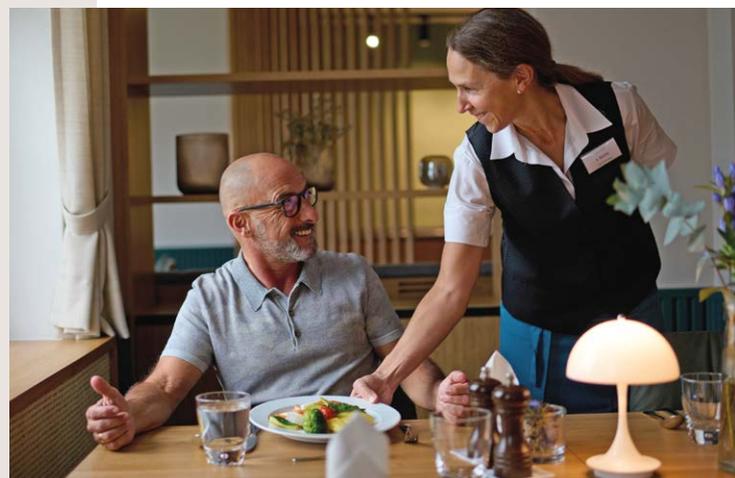
Ein reichhaltiges und vielfältiges Frühstücksbuffet mit frischen Säften, Tee und Kaffee lädt am Morgen zu einem genussvollen Start in den Tag ein.

### Mittagessen

Mittags verwöhnen wir Sie mit einem dreigängigen Menü, wobei wir zum Auftakt immer eine Suppe servieren. Ob Sie sich für einen vegetarischen, veganen oder einen Hauptgang mit Fleisch oder Fisch entscheiden, bleibt Ihrem Geschmack überlassen. Ihren Salatteller stellen Sie sich von einem bunten Salatbuffet zusammen. Zum Abschluss dürfen Sie sich auf ein liebevoll zubereitetes Dessert freuen.

### Abendessen

Abends finden Sie ein warmes und/oder kaltes Buffet vor, aus dem Sie Ihr Essen ganz nach Ihrem Geschmack zusammenstellen. Freitags sorgen kulinarische Themenabende für zusätzliche Abwechslung in der Klinikküche.



*Zeit für Veränderung.*

## ZENTRALE ANSPRECHPARTNER UNSERES MEDIZINISCH-THERAPEUTISCHEN TEAMS

---

Bei uns betreut Sie ein perfekt eingespieltes Team, bestehend aus Ärztinnen und Ärzten diverser medizinischer Fachabteilungen und erfahrenen Therapeutinnen und Therapeuten: Wir decken nahezu das gesamte Behandlungsspektrum psychosomatischer Störungen und Erkrankungen ab – sowohl innerhalb der jeweiligen Disziplin als auch im übergreifenden Zusammenspiel.



**Dr. med. Alexander Jatzko**

*Chefarzt / Klinikdirektor*

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Traumatherapeut, Vorstandmitglied der DeGPT, Vorsitzender des Kuratoriums der Stiftung Katastrophennachsorge



**Dr. med. Colin Schmidt**

*Chefarzt / Leitung Psychosomatische Schmerztherapie*  
 Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Facharzt für Anästhesiologie, Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie, Notfall- und Palliativmedizin



**Dr. med. Tilmann Kramer**

*Chefarzt / Leitung Innere Medizin*

Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Zusatzbezeichnung Notfallmedizin, Medizinökonomie M. Sc., Master of Pulmonary Vascular Diseases, Lipidologie DGFF, Sportkardiologie DGK (Stufe 1)



**Dr. Elke Ahlsdorf**  
*Leitende Psychotherapeutin*  
Psychologische Psychotherapeutin (VT)



**Anea Felber**  
*Pflegedienstleitung*  
Gesundheits- und Krankenpflegerin



**Hartmut Berchtold**  
*Leitung Physiotherapie*  
Physiotherapeut

# QUALITÄTSMANAGEMENT

---



Ein ausgefeiltes Qualitätsmanagement macht die Abläufe in unserer Klinik sichtbar – und damit indirekt auch die Ergebnisse unserer Behandlungen. Auf Basis bundesweit gültiger Standards in den Qualitätszertifikaten geben die Reports unseres Qualitätsmanagements eine automatische Rückmeldung zu unseren zertifizierten Prozessen und Abläufen. Unser Ziel ist es dabei, so perfekt und fehlerfrei wie nur möglich zu arbeiten.

## Grundlagen unserer Qualitätssicherung

Die Ergebnisse der alltäglichen Vorgänge in unserer Klinik ständig kritisch zu überwachen, zu prüfen, zu sichern und zu verbessern: Das ist das Ziel unserer Qualitätssicherung. Die gesetzlichen Grundlagen dazu sind in § 20 des Sozialgesetzbuches IX geregelt. Der damit verbundene kontinuierliche Verbesserungsprozess gehört zu unserem grundlegenden Qualitätsanspruch an uns selbst. Dabei setzen wir auch die jeweils aktuellen Leitlinien der zugehörigen medizinischen Fachgesellschaften um.

## Regelmäßige Aus- und Weiterbildung

Eine ständige interne und externe Aus- und Weiterbildung unserer Mitarbeitenden sowie eine intensive Zusammenarbeit mit Universitätskliniken und spezialisierten Fachkliniken aller Fachbereiche unterstützen zusätzlich eine exzellente psychotherapeutische und medizinische Versorgung.

## Kontinuierliche Befragungen

Zur Erfassung und Weiterentwicklung unserer Leistungen führen wir kontinuierlich Befragungen in verschiedenen Bereichen durch. Dabei handelt es sich in der Regel um Patientenbefragungen, welche Themen wie Behandlungszufriedenheit und Behandlungsergebnisse adressieren. Ergänzend hinzu kommen Partnerbefragungen, welche die Zusammenarbeit mit unserem Haus thematisieren. Weitere Kunden- und Lieferantenbefragungen liefern eine aktuelle Darstellung der Schnittpunkte in der Zusammenarbeit.

Durch die Auswertung aller Bereiche erhalten wir einen guten Stand zur aktuellen Qualität, die wir in den verschiedenen Bereichen anbieten. Diese Bewertungen spiegeln anschaulich den Gesamteindruck unserer Klinik wider – sowohl aus Sicht unserer Patientinnen und Patienten als auch unserer Kunden und Partner.



### **Bereiche und Maßnahmen zur Qualitätssicherung**

Angelehnt an die Vorgaben der DIN-Norm ISO 9001, nach der unser Haus in Sachen Qualitätsmanagement arbeitet, definieren sich bestimmte Mindestanforderungen an unser Qualitätsmanagementsystem. Diese sind von unserer Klinik zu erbringen, um Produkte und Dienstleistungen bereitstellen zu können, welche die Kundenerwartungen sowie behördliche Anforderungen erfüllen. Zugleich unterliegt unser Managementsystem einem stetigen Verbesserungsprozess.

### **Fünf Punkte für optimale Qualität**

Mit einem klinikeigenen, interdisziplinären Fünf-Punkte-Programm betreiben wir – über gesetzliche Vorgaben hinaus – ein Höchstmaß an Qualitätssicherung.

Unsere individuell formulierten Verpflichtungen und Dokumentationsanforderungen umfassen folgende Punkte:

- kontinuierliche Dokumentation und Überprüfung der Strukturqualität bezüglich räumlicher, apparativer und personeller Ausstattung der Klinik
- sorgfältig erstellte Therapiepläne zur Sicherung einer angemessenen Therapiedichte
- kurze Laufzeit der Entlassberichte
- regelmäßige Patientenbefragungen
- regelmäßige Qualitätszirkel



*Zeit für Veränderung.*



Die Klinik

**Qualitätszirkel: gemeinsam immer besser werden**

Regelmäßige Qualitätszirkel unterstützen zusätzlich ein bestmögliches Niveau unserer Leistungen und Angebote. Hier entstehen immer wieder auch neue Ideen und es werden Verbesserungsmöglichkeiten ermittelt. Unter anderem werden in diesem Kontext Rückmeldungen zu externen und internen Sicherungsmaßnahmen aus den Auflagen der DIN-ISO-Zertifizierungsrichtlinie besprochen. In der Folge erstellen wir konkrete Handlungsbedarfsanalysen zur Verbesserung der Qualität und überprüfen und dokumentieren regelmäßig deren Umsetzung. Unsere Qualitätszirkel sind mit Führungskräften und Mitarbeitende folgender Bereiche besetzt:

- Geschäftsleitung
- Verwaltung
- Sachbearbeitung
- Ärztinnen und Ärzte sowie Medizinerinnen und Mediziner
- Therapeutinnen und Therapeuten
- Pflege
- Gastronomie
- Instandhaltung und Service
- Technik

**Supervision – gemeinsam reflektieren und wachsen**

Im Rahmen regelmäßiger Supervisionen reflektieren Mitarbeitende unserer Klinik gemeinsam ihr Tun und identifizieren wichtige Erkenntnisse und Lernerfahrungen. Damit tragen sie auch auf dieser Ebene zu einer kontinuierlichen Verbesserung unseres Angebots sowie unserer Standards und Abläufe bei.

Die regelmäßige interne Supervision wird durch die Chefärzte und die Oberärztinnen und -ärzte sichergestellt. Sie erfolgt sowohl in Form klassischer Visiten als auch mittels Fallbesprechungen und gezielter externer Teamsupervisionen. Im vierwöchigen Rhythmus findet zudem eine externe Supervision statt. Darüber hinaus besteht für alle therapeutischen Mitarbeitende ein umfangreiches externes Supervisionsangebot. Ebenso bieten wir umfassende Schulungen für alle weiteren Mitarbeitende an.

# 4:1

**4:1 Schlüssel**  
Patienten / Therapeuten



**Interdisziplinär**  
Fach- & abteilungsübergreifendes Behandler-Team



**Individuelle Therapie**  
Drei Einzeltherapien pro Woche



**Kriseninterventionen**  
24 Stunden Überwachung in Krisensituationen

## WARUM WIR?

---

In der CuraMed Privatklinik Stillachhaus finden Sie ein umfangreiches differenziertes, modernes und wissenschaftlich begründetes Behandlungsangebot vor.

In einer atemberaubenden Landschaft bieten wir Ihnen eine intensive, hoch qualifizierte Psychotherapie an. Begleitet wird diese von einer umfangreichen medizinischen Diagnostik und Behandlung sowie zahlreichen sport- und spezialtherapeutischen Angeboten, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind.

In wöchentlich drei psychotherapeutischen Einzelsitzungen können Sie intensiv und effektiv mit Ihrer jeweiligen Bezugstherapeutin oder Ihrem -therapeut auf Basis einer wertschätzenden und empathischen Beziehung auf Augenhöhe Ihre individuelle psychische Thematik bearbeiten und zielgerichtete Lösungswege finden. Unterstützt und vertieft wird der therapeutische Prozess durch zahlreiche kognitive, emotionsfokussierte, ressourcenorientierte oder interaktionell ausgerichtete gruppentherapeutische Behandlungsangebote, die entsprechend Ihren persönlichen Bedürfnissen ausgewählt werden. Ihre zuständige Fachärztin oder Ihr zuständiger Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie bzw. Psychiatrie und Psychotherapie sowie Ihr zuständiger Facharzt für Innere Medizin/Kardiologie begleiten

Sie kontinuierlich mit regelmäßigen Visiten durch Ihren Aufenthalt.

Darüber hinaus werden Sie in Ihrem psychosomatischen Heilungsprozess von Ihrer persönlichen Psychotherapeutin oder Ihrem persönlichen Psychotherapeuten individuell unterstützt und begleitet. In einem ganzheitlichen, aufeinander abgestimmten Bewegungskonzept werden in verschiedenen sporttherapeutischen Gruppen die vier Säulen der körperlichen Vitalität (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) entsprechend adressiert und durch Förderung mentaler Stärke und eine ausgewogene, gesunde Ernährung sinnvoll ergänzt.

Stattfinden kann Ihr Genesungsprozess in einem Haus, das einerseits den Charme eines traditionsbewussten Hauses mit einer langen Geschichte und andererseits ein stilvoll-modernes und ansprechendes Raumkonzept bietet. Selbstverständlich verfügt die CuraMed Privatklinik Stillachhaus daneben über zahlreiche Ausstattungsmerkmale, wie z. B. moderne Bewegungs- und Therapieräume, einen Fitnessbereich, ein ganzjährig nutzbares Außenschwimmbaden, eine einladende Dachterrasse für körperfokussierte Bewegungsangebote sowie ein weitläufiges Außengelände.



Wichtiges rund um Ihren Aufenthalt

# KLINIKSTATUS UND KOSTENÜBERNAHME

---

## **Klinikstatus**

Unsere Klinik ist vom Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. PKV anerkannt und wird dort als privates Akutkrankenhaus (§ 4 Abs. 4 MB / KK / allgemeine Versicherungsbedingungen) geführt. Sie ist als Privatklinik nach § 30 GewO konzessioniert, gilt als privates Krankenhaus und ist beihilfefähig. Die Anerkennung der Beihilfefähigkeit gilt für alle Bundesländer.

In unserem Haus werden ausschließlich medizinisch notwendige Behandlungen in den Bereichen der Psychosomatischen Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie durchgeführt. Neben Privatversicherten und Beihilfeberechtigten nehmen wir auch Selbstzahlende auf.

## **Einweisung**

Eine Aufnahme zur stationären Behandlung in unserem Haus ist kurzfristig nach Voranmeldung möglich. Zur stationären Aufnahme sind ein Einweisungsschein (Verordnung einer stationären Krankenhausbehandlung) und eine schriftliche Bestätigung der Kostenübernahme erforderlich. Bitte beachten Sie, dass in unserer Klinik ausschließlich Krankenhausbehandlungen durchgeführt werden. Indikatoren für die Notwendigkeit

einer stationären Behandlung:

- ambulante Therapie nicht ausreichend wirksam
- Zustand verschlechtert sich akut
- besondere Schwere der Erkrankung
- Verdacht auf Selbstgefährdung
- drohende oder bestehende Chronifizierung
- gebotene Distanzierung von einem belastenden, privaten, sozialen oder beruflichen Umfeld

## **Kostenübernahme**

Unsere Verwaltung, Ärztinnen und Ärzte sowie Therapeutinnen und Therapeuten sind Ihnen gerne bei der Organisation Ihres Aufenthalts behilflich. Für einen möglichst zeitnahen Behandlungsbeginn unterstützen wir selbstverständlich auch bei Klärung der Kostenübernahme mit Ihrer privaten Krankenversicherung beziehungsweise mit Ihrer Beihilfestelle.

## **Behandlungsvertrag und Wahlleistungen**

Bei Aufnahme wird mit unserer Klinik ein Behandlungsvertrag geschlossen. Die Wahl einer Behandlung durch den Chefarzt wird in einer individuellen Wahlleistungsvereinbarung festgehalten. Wahlärztliche Chefarztleistungen werden nach den Gebührensätzen der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) berechnet.

# KONTAKT UND ANMELDUNG

---



## BERATUNG UND AUFNAHME

Im Vorfeld eines Aufenthalts in unserer Klinik beraten wir Sie gerne über unsere Behandlungskonzepte und Therapiemöglichkeiten. Ebenso assistiert Ihnen unser Patientenmanagement bei allen Formalitäten, die vor Ihrem Aufenthalt zu bearbeiten sind. Für eine stationäre Aufnahme in unsere Klinik stellt Ihnen Ihre Haus- und Fachärztin oder Ihr Haus- und Facharzt eine Einweisung

für eine stationäre Behandlung aus. Üblicherweise gehört hierzu auch ein ausführliches medizinisches Attest, aus dem die Notwendigkeit einer stationären Behandlung hervorgeht. Da wir wissen, wie belastend diese Formalitäten im Vorfeld eines Aufenthalts sein können, nehmen wir auf Wunsch gerne direkt Kontakt mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt auf.

Wichtiges rund um Ihren Aufenthalt

## ZENTRALES PATIENTENMANAGEMENT



**Jennifer Schwarz**  
*Leitung Zentrales  
Patientenmanagement*



**Anna-Lena Röller**  
*stellv. Leitung Zentrales  
Patientenmanagement*



**Lara Faigle**  
*Zentrales  
Patientenmanagement*



**Nina Melchien**  
*Zentrales  
Patientenmanagement*

Telefon: +49 8322 50098-20  
Telefax: +49 8322 602-280  
E-Mail: [patientenverwaltung@curamed-kliniken.de](mailto:patientenverwaltung@curamed-kliniken.de)

Anmeldung  
zur Aufnahme



## IN DREI SCHRITTEN ZUR PATIENTENAUFNAHME

### 1

#### Aufnahmewunsch

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:  
per Telefon: +49 8322 50098-20, per E-Mail:  
[patientenverwaltung@curamed-kliniken.de](mailto:patientenverwaltung@curamed-kliniken.de),  
online: Sie können das Online-Aufnahme-  
formular auf unserer Webseite ausfüllen und  
dort auch Ihren Wunschaufnahmetermin  
eintragen. Sie finden das Formular auf  
[www.stillachhaus.de](http://www.stillachhaus.de) unter „Kontaktformular“.

### 2

#### Rückmeldung durch uns

Wir melden uns umgehend bei Ihnen zurück  
und versuchen, für die Aufnahme den  
Wunschtermin zu berücksichtigen. Wir  
treffen dann gemeinsam eine verbindliche  
Terminabsprache und bestätigen Ihnen  
diesen Termin schriftlich. Zusätzlich zur  
Terminbestätigung erhalten Sie von uns  
Informationen zur Anreise und einen  
Fragebogen, welchen Sie uns ausgefüllt  
zurücksenden dürfen.

### 3

#### Notwendige Unterlagen zur Aufnahme

Zur stationären Aufnahme sind ein Einwei-  
sungsschein (Verordnung einer Krankenhaus-  
behandlung) und eine schriftliche Bestäti-  
gung der Kostenübernahme erforderlich.  
Für einen zeitnahen Behandlungsbeginn  
übernehmen wir gerne auch die Klärung  
der Kostenübernahme mit Ihrer privaten  
Krankenversicherung beziehungsweise mit  
Ihrer Beihilfestelle. Falls Sie die Kostenüber-  
nahme bereits vorab selbst klären möchten,  
bieten wir Ihnen eine Musterformulierung,  
eine individuelle Formulierungshilfe oder  
auch ein ambulantes Vorgespräch (persön-  
lich oder telefonisch) an. Senden Sie uns  
diese Unterlagen gerne in Kopie.

*Zeit für Veränderung.*

## LAGE UND UMGEBUNG

Die CuraMed Privatklinik Stillachhaus ist ein Privatkrankenhaus für Psychosomatische Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie. Sie befindet sich in Oberstdorf (Bayern) mit unmittelbarem Blick auf das beeindruckende Panorama der Allgäuer Hochalpen.

Die Marktgemeinde Oberstdorf liegt im bayrischen Landkreis Oberallgäu und ist das südlichste Dorf Deutschlands. Es liegt 813 Meter über dem Meeresspiegel und ist mit 23 000 Hektar die drittgrößte Flächengemeinde in Bayern.





# DIE CURAMED KLINIKGRUPPE

---

Die CuraMed Klinikgruppe vereint Privatkliniken für Psychosomatische Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie.

Sie steht hinter der CuraMed Privatklinik Stillachhaus – und gewährleistet ein Qualitätsniveau, das in der Psychosomatik in Deutschland vorbildlich ist.

Psychosomatische Störungen, Leiden und Erkrankungen nehmen stetig zu. Umso wichtiger ist eine spezialisierte und hoch kompetente Behandlung und Betreuung, die exakt auf die zahlreichen Besonderheiten dieses Bereichs abgestimmt ist. Genau das ist das Metier der CuraMed Klinikgruppe. Mit einer stetig wachsenden Anzahl von Häusern in ganz Deutschland engagiert sich die CuraMed Klinikgruppe damit in einem Gesundheitsbereich, der für unsere Gesellschaft immer entscheidender wird – und der einen ganz eigenen Ansatz erfordert, geprägt von einem bewusst ganzheitlichen Menschenbild.

Unter dem Motto „Zeit für Veränderung“ erfahren Betroffene in unseren Kliniken dabei eine ebenso individuelle wie hochwirksame Begleitung und Behandlung. Eine Qualität für sich bilden darüber hinaus auch unsere Häuser: Neben gehobenem Ambiente überzeugt die urbane oder naturnahe Lage, die besonders dazu beiträgt, psychosomatische Leiden erfolgreich zu lindern und zu heilen.

CURAMED  
KLINIKEN

[www.curamed-kliniken.de](http://www.curamed-kliniken.de)



## UNSERE EINRICHTUNGEN

Neben der CuraMed Privatklinik Stillachhaus gehören der CuraMed Klinikgruppe weitere Einrichtungen an. Und wir arbeiten ständig daran, die Gruppe zu vergrößern, um Ihnen noch mehr Kapazitäten und Wohnmöglichkeiten zu bieten.

**CURAMED**

Akutklinik Albstadt

[www.akutklinik-albstadt.de](http://www.akutklinik-albstadt.de)

**CURAMED**

Akutklinik Allgäu

[www.akutklinik-allgaeu.de](http://www.akutklinik-allgaeu.de)

**CURAMED**

Privatklinik Stillachhaus

[www.stillachhaus.de](http://www.stillachhaus.de)

**CURAMED**

Tagesklinik Nürnberg

[www.curamed-tagesklinik-nuernberg.de](http://www.curamed-tagesklinik-nuernberg.de)

**CURAMED**

Tagesklinik Neu-Ulm

[www.curamed-tagesklinik-neu-ulm.de](http://www.curamed-tagesklinik-neu-ulm.de)

**CURAMED**

Akademie

[www.curamed-akademie.de](http://www.curamed-akademie.de)

*Zeit für Veränderung.*



### CuraMed Privatklinik Stillachhaus

Akutklinik für Psychosomatische Medizin,  
Psychiatrie und Psychotherapie

Alte Walsersstraße 15

87561 Oberstdorf

Telefon: +49 8322 50098-20

Telefax: +49 8322 602-280

E-Mail: [info@stillachhaus.de](mailto:info@stillachhaus.de)

[www.stillachhaus.de](http://www.stillachhaus.de)

Link zur Website



Sie finden uns auch in folgenden sozialen Netzwerken  
unter dem Stichwort „CuraMed Kliniken“:

