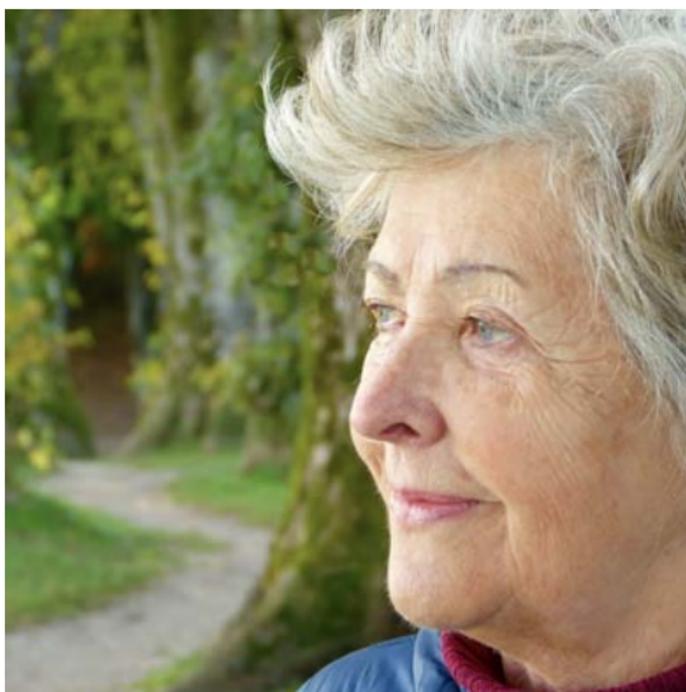




**DEKIMED®**

Celenus Deutsche Klinik für Integrative Medizin  
und Naturheilverfahren

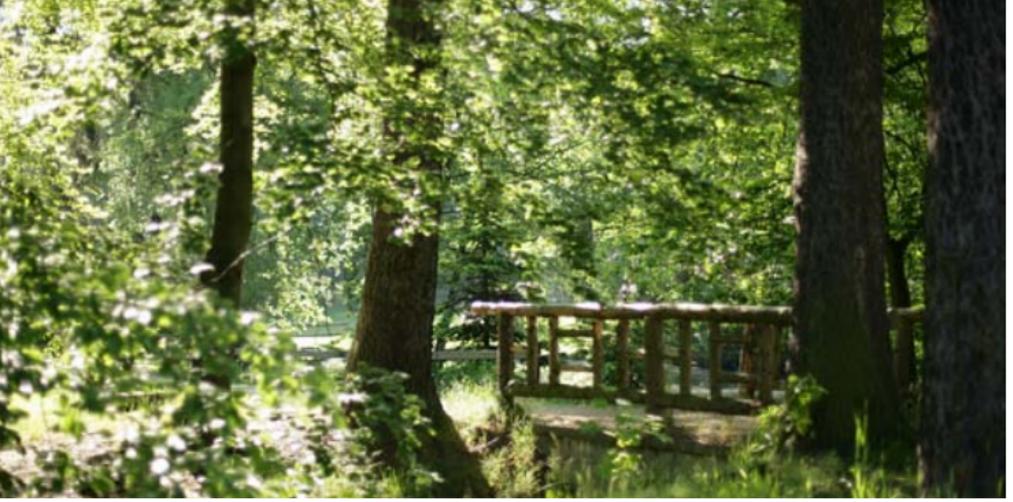
Fachzentrum für  
Innere Medizin/  
Stoffwechsel,  
Psychosomatik und  
Orthopädie



## Wege aus der Altersdepression

Depressionen gehören neben der Demenz zu den häufigsten psychischen Krankheiten im Alter.

Eine erfolgreiche Behandlung geht mit dem Wissen um die Krankheit, ihre Symptome und Heilungsmethoden einher.



*Ruhige Parkanlage*

## Depression im Alter

Depressive Erkrankungen gehören zu den häufigsten psychischen Störungen. Auch im Alter sind Depressionen häufig und es besteht eine hohe Suizidgefährdung, besonders bei Männern. Als auslösende Motive bzw. Hintergründe von Suizidhandlungen der Betagten werden immer wieder chronisch unheilbare und sich häufende Krankheiten genannt, körperliche und geistige Veränderungen sowie Isolation und Vereinsamung durch Verlust des Partners.

Oder sie ziehen eine negative Lebensbilanz. Eine Entwertung der bisherigen Lebensleistung kann zu schwerer Verbitterung führen. Dies trifft insbesondere auf Menschen zu, die allein den beruflichen Lebensbereich als wesentlich für ihr Selbstbild ansehen. Auch traumatische Jugend-/Kriegserfahrungen können aktiviert werden und führen zu massiven Beeinträchtigung und Schuldprojektionen.

Depressive Erkrankungen im Alter werden selten oder erst spät diagnostiziert und damit häufig nicht ausreichend behandelt. Dies liegt daran, dass sie meist nicht die typischen Diagnosekriterien aufweisen: Gedrückte Stimmung, Interessenverlust und Freudlosigkeit sowie erhöhte Ermüdbarkeit und Antriebsmangel. Ältere depressive Menschen fallen eher auf durch Klagen über körperliche Beschwerden, wie Schmerzen, Krankheitsbefürchtungen, Sprech- und Denkhemmung, Konzentrationsstörung sowie über Gedächtnisstörungen. Die Beschwerden führen häufig zu Überforderungserleben, im Kontakt hört man dann oft nur die ratlosen Worte „ich weiß nicht ...“.



*Morgengymnastik*

## Therapiekonzept

Unter Berücksichtigung der Belastungen des Alterns im physiologisch-biologischen, psychischen und sozialgesellschaftlichen Bereich weist unser Therapiekonzept eine bio-psycho-soziale Perspektive auf. Das Therapieverständnis liegt in einer ganzheitlichen Betrachtung der modernen, wissenschaftlich begründeten psychosomatischen Medizin.

Psychotherapie bei Depression ist im Alter mindestens genauso wirksam wie in früheren Lebensabschnitten. Wichtig ist ein strukturiertes aufgabenorientiertes Vorgehen. Der Patient sollte vor Überforderung geschützt werden. In den Gruppen ist auf den Aspekt der Sozialisation Wert zu legen.

### Psychotherapie

- Einzelbehandlungen
- Themenkonzentrierte Gesprächsgruppen zur Krankheitsbewältigung, Gedächtnistraining und/oder Förderung von sozialen Kontaktfähigkeiten
- Einbeziehung der Angehörigen

### Bewegungstherapie

- Frühsport, Seniorenturnen, Walking
- Wassergymnastik
- Sport- und Tanztherapie
- medizinische Trainingstherapie

### Entspannung

- Progressive Muskelrelaxation
- Qi Gong

### Ergänzend können durchgeführt werden:

- medikamentöse (Schmerz-)Therapie
- Homöopathie und Phytotherapie
- Neuraltherapie und Akupunktur
- Sturzprophylaxe



*Geborgenheit und Vertrautheit*

## Geriatrisch-rehabilitative Pflege

Das Pflegepersonal betreut die Patienten 24 Stunden am Tag, sorgt für Geborgenheit und Vertrautheit auf der Station und schafft dadurch eine rehabilitationsfördernde Atmosphäre. Die Pflegekräfte, examinierte Krankenschwestern und Altenpfleger, besitzen medizinische, rehabilitative, altersphysiologische und therapeutische Kenntnisse, die kontinuierlich weitergeschult werden.

Jeder Patient erhält die notwendige Unterstützung und Hilfe, wird jedoch nie übertsorgt und in die Passivität zurückgedrängt. Der Erhalt von Alltagskompetenz steht dabei im Mittelpunkt nach den Grundsätzen „So viel Hilfe wie nötig, soviel Selbständigkeit wie möglich“.

Wege zur Selbsthilfe anzeigen und dem älteren Menschen verdeutlichen, dass er bei seiner Pflege selbst aktiv mitarbeiten muss, um zu lernen, seinen Alltag wieder möglichst selbständig und erfolgreich zu gestalten. Ohne den Aufbau einer vertrauensvollen Arbeitsbeziehung wird eine aktivierende Pflege nur schwerlich zu realisieren sein.

Die Zusammenarbeit im multiprofessionellen therapeutischen Team aller Berufsgruppen und ein intensiver Informationsaustausch im Team sind essentiell, um sich mit allen beteiligten Therapeuten über den jeweiligen Stand der individuellen Fähigkeiten verständigen zu können und sich an den Anforderungen des Patienten an die Aktivitäten des täglichen Lebens zu orientieren.

### **INFO:**

Für weitergehende Fragen stehen wir Ihnen gerne unter der Rufnummer **037437 75 -1662** oder der E-mail **info@dekimed.de** zur Verfügung.



*Die Celenus Dekimed*

## Über uns

Die Celenus DEKIMED befindet sich in der Kurstadt Bad Elster im Dreiländereck Böhmen, Bayern und Sachsen inmitten der reizvollen Landschaft des Vogtlandes.

Die Klinik mit ihrer historischen Fassade verbindet modernste medizinische Technik mit stilvollem, wohnlichem Ambiente. Das Fachzentrum für Innere Medizin/Stoffwechsel, Psychosomatik und Orthopädie verfügt über 200 Einzel- und 20 Doppelzimmer, die modern und geschmackvoll eingerichtet sind und mit einem eigenen Bad, Kabel-TV, Telefon und Notrufanlage sowie überwiegend mit einem Balkon mit Blick auf den angrenzenden Kurpark ausgestattet sind.

Die Klinik verfügt über eine Sporthalle, Schwimmbad, Kneipp-Guss-Strecke, Wassertretbecken innen und außen, Lehrküchen sowie gut ausgestattete Gruppenräume für das Gesundheitstraining und die Psychotherapie. Sämtliche allgemein zugänglichen Bereiche sind behindertengerecht und über Aufzüge schnell zu erreichen.

*Einzelzimmer*



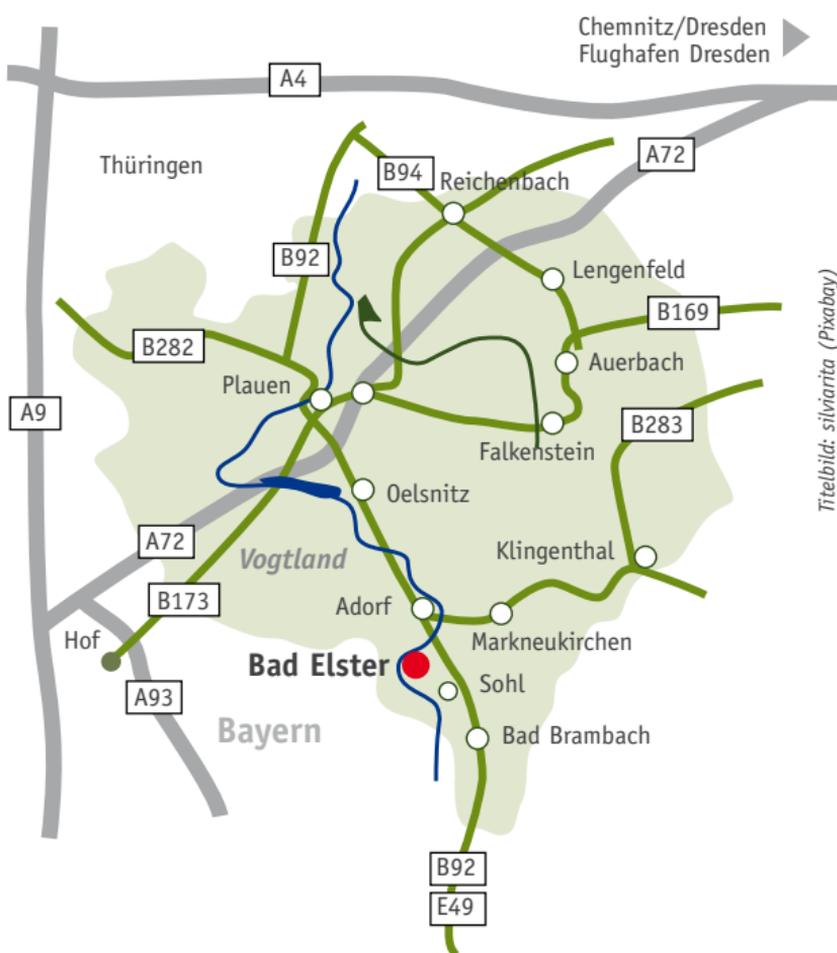
## Der Weg zu uns

### Mit dem Auto:

Sie erreichen Bad Elster über die A 72, Abfahrt Plauen Süd und weiter über die B 92.

### Mit der Bahn:

Die Bahnverbindung führt über Plauen und Adorf/Vogtl. nach Bad Elster. Sie werden am Bahnhof Bad Elster (barrierefrei) bei Voranmeldung kostenlos von uns abgeholt.



Titelbild: silvianita (Pixabay)

Falls Sie noch Fragen haben sollten, können Sie uns gerne kontaktieren:

**Celenus DEKIMED, Prof.-Paul-Köhler-Str. 3, 08645 Bad Elster**

**Tel. 037437 75-0 oder kostenlos 0800 75 11 111**

**Fax 037437 75-1000, [info@dekimed.de](mailto:info@dekimed.de), [www.dekimed.de](http://www.dekimed.de)**

Ein Unternehmen der Celenus-Gruppe, Offenburg