



IMMANUEL
DIAKONIE
GROUP

Immanuel Krankenhaus Berlin

Klinik für Innere Medizin
Abteilung Naturheilkunde
Tagesklinik

Königstraße 63
14109 Berlin

Tel. (0 30) 8 05 05 - 211
Fax (0 30) 8 05 05 - 299
naturheilkunde-tagesklinik
@immanuel.de
www.immanuel.de

Eine Einrichtung der
Immanuel Diakonie Group.

Die Immanuel Diakonie Group ist
Mitglied bei EFQM (European
Foundation Quality Management).

DEM LEBEN ZULIEBE.

Kontakt und Anmeldung



Chefarzt

Prof. Dr. med. Andreas Michalsen



Leiterin der Tagesklinik Naturheilkunde

Dipl. Psychologin Christel von Scheidt

Für weitere Auskünfte sprechen Sie uns bitte an!

Termine

Die Tagesklinik findet in Gruppen von max. 12 bis 14 Personen statt. Die Gruppentherapie erfolgt ein bis zweimal wöchentlich über einen Zeitraum von insgesamt 10 bis 12 Wochen.

Konkrete Termine und weitere Informationen erhalten Sie in der Tagesklinik. Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Tel. (0 30) 8 05 05 - 211

(bevorzugt in der Zeit von 10.00 – 14.00 Uhr)

Kostenübernahme

Die Kosten für die tagesklinische Therapie der Naturheilkunde werden von der gesetzlichen und privaten Krankenversicherung getragen. Für diesen teilstationären Aufenthalt benötigen Sie eine Kostenübernahmeerklärung Ihrer Krankenkasse.

Aufnahme

Zur Aufnahme benötigen Sie eine Einweisung Ihrer behandelnden Ärztin/Ihres behandelnden Arztes. Nach einem Gespräch zur subjektiven Motivationsklärung erfolgt das ärztliche Anamnesegespräch in der Tagesklinik.

So finden Sie zu uns



In dem wunderschönen, denkmalgeschützten Park des Krankenhauses direkt am Kleinen Wannsee befinden sich im Haus 6 die Ambulanz der Abteilung für Osteologie und Stoffwechselerkrankungen sowie die Ambulanz der Abteilung für Naturheilkunde.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Fern-, Regional- und S-Bahnhof Wannsee (Regional-Express, S1, S7), Bus 114, 118, 218, 316, 318, N 16, Bushaltestelle „Am Kleinen Wannsee“

Mit dem Auto aus Zehlendorf kommend

A 115, Kreuz Zehlendorf (Nr. 4), Ausfahrt Wannsee, Bundesstraße 1 Richtung Wannsee, nach der S-Bahn-Unterführung die Königstraße weiter geradeaus; das Immanuel Krankenhaus Berlin befindet sich auf der linken Seite



IMMANUEL
DIAKONIE
GROUP

IMMANUEL KRANKENHAUS BERLIN

Rheumaorthopädie · Rheumatologie · Naturheilkunde

Tagesklinik

Abteilung Naturheilkunde



Ordnungstherapie und Mind-Body Medizin

- Reduzieren Sie Ihre Krankheitssymptome
- Stabilisieren Sie Ihre Gesundheit
- Erweitern Sie Ihre Stresswiderstandsfähigkeit

Tagesklinik – für wen?

Das Angebot richtet sich an Menschen mit folgenden Erkrankungen:

- Rheumatische Erkrankungen und Fibromyalgie
- Chronische Schmerzkrankungen (z. B. Arthrose, Neuropathie, Rückenschmerzen)
- Funktionelle und chronisch-entzündliche Magen-Darmerkrankungen (Reizdarm, Morbus Crohn, Colitis)
- Chronische Lungenerkrankungen und Allergien
- Bluthochdruck und chronische Herz-Kreislaufkrankungen
- Diabetes mellitus und Stoffwechselerkrankungen
- Hauterkrankungen (Neurodermitis, Schuppenflechte)

In einem ausführlichen ärztlichen Anamnesegespräch wird die medizinische Indikation abgeklärt.



Ordnungstherapie, Mind-Body Medizin

Die Ursprünge der Mind-Body Medizin (MBM) gehen u. a. zurück auf Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn (Stress Reduction Clinic, University of Massachusetts Medical School) und Prof. Dr. Herbert Benson (Mind/Body Medical Institute, Harvard Medical School).

Die MBM ist ein gruppentherapeutisches Konzept und bezieht sich auf wissenschaftliche Erkenntnisse der Medizin, Psychoneuroimmunologie, Neurobiologie und Gesundheitspsychologie. Sie nutzt die Möglichkeiten des Zusammenspiels von Geist, Seele und Körper.

Forschungsergebnisse

In wissenschaftlichen Studien wurden unter anderem folgende Veränderungen durch MBM nachgewiesen:

- Reduzierung von Schmerzen
- Reduzierung der Medikamentendosierung
- Besserung von Schlafproblemen
- verbesserte Fähigkeit, sich zu entspannen
- höhere Stresswiderstandsfähigkeit
- geringere Nervosität

Die Tagesklinik umfasst ein vielfältiges Trainingsprogramm mit einer hohen Therapiedichte. Dieses Konzept bietet Ihnen Unterstützung, die Symptome Ihrer Erkrankung zu reduzieren, Ihre Selbstheilungskräfte zu fördern, Ihre Stresswiderstandsfähigkeit zu erweitern und Ihre Lebensqualität zu verbessern. Damit erhalten Sie die Möglichkeit, selbst einen wesentlichen Beitrag zur Stabilisierung Ihrer Gesundheit beizutragen.



Inhalte der Tagesklinik

■ Entspannungsverfahren

Sie lernen verschiedene Ansätze der Entspannung und Meditation kennen. Die Vielfalt der Methoden ermöglicht es Ihnen, durch die tägliche Übungspraxis das individuell passende Verfahren langfristig in Ihren Lebensalltag zu integrieren.

■ Bewegung

Durch das regelmäßige Praktizieren verschiedener Bewegungsformen und Körperwahrnehmungsübungen (aktivierende Bewegungsübungen, Walking und/oder Nordic Walking, Elemente aus dem Qigong und/oder Yoga) verbessern Sie Ihre Körperwahrnehmung und Bewegung wird zu einem Bestandteil Ihres Alltags.

■ Ernährung

Sie erhalten Informationen zu gesundheitsförderlicher Ernährung und können dies in einer Lehrküche vor Ort in die Praxis umsetzen.

■ Naturheilkundliche Selbsthilfestrategien

Sie lernen Hausmittel und Kneippsche Anwendungen kennen, die Sie zuhause problemlos anwenden können.

■ Verändern stressverschärfender Gedanken

Durch gezielte Strategien erlangen Sie effektive Möglichkeiten, stressverschärfende Gedanken wie Grübeln oder Gedankenkreisen selbständig zu verändern.

■ Emotionale Kompetenzen

Durch Achtsamkeitsübungen und Methoden zur Förderung der Selbstwahrnehmung erlangen Sie Kompetenzen mit schwierigen Gefühlen leichter umzugehen.

■ Kommunikative und soziale Fähigkeiten

Sie entwickeln in der Gruppe gemeinsam Ideen, wie Sie Ihr soziales Netz für sich hilfreicher und befriedigender gestalten können.

■ Ärztliche Gruppensitzte

In der Gruppe werden Fragen und Probleme bezogen auf die Naturheilkunde sowie den Krankheits- und Genesungsprozess geklärt und besprochen.

Zum Abschluss eines jeden Termins erhalten Sie Vorschläge für das Üben zuhause bis zum nächsten Treffen. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass Sie nur mit einem regelmäßigen Üben von diesem Therapieangebot profitieren können.

Nur darüber können Sie die Selbsthilfestrategien und erworbenen Kompetenzen nachhaltig und dauerhaft in Ihren Lebensalltag integrieren. Zum Ende der Tagesklinik erfolgt ein ausführliches ärztliches Abschlussgespräch. Die Tagesklinik kann begleitend und ergänzend zu jeder medizinischen oder psychotherapeutischen Behandlung erfolgen.