



Wir sind gern für Sie da!

Sie möchten einen Termin vereinbaren oder haben eine Frage? Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

Zentrum für psychische Gesundheit:

Direktor Prof. Dr. Thomas Pollmächer
Tel.: (0841) 880-2201
Fax: (0841) 880-2209
zpg@klinikum-ingolstadt.de

Oberarzt Dr. Matthias Habich
Tel.: (0841) 880-2222
Fax: (0841) 880-2209
matthias.habich@klinikum-ingolstadt.de

Psychologische Psychotherapeutin
Dr. Gabriele Frank
Tel.: (0841) 880-92277
Fax: (0841) 880-2209
gabriele.frank@klinikum-ingolstadt.de

KLINIKUM INGOLSTADT GmbH
Krumenauerstraße 25 | 85049 Ingolstadt
Tel.: (08 41) 8 80-0
info@klinikum-ingolstadt.de
www.klinikum-ingolstadt.de

© Klinikum Ingolstadt, 2018, MU.04.10.08.18V1

Behandlung von Angststörungen

Folgende Störungsbilder können behandelt werden:

- Agoraphobie mit und ohne Panikstörung
- Panikstörung
- Soziale Phobie
- generalisierte Angststörung

In der Angstbehandlung geht es vornehmlich darum, Bewältigungsmöglichkeiten zu erlernen, um mit den krankhaften Angstreaktionen besser umgehen zu können. Die Verhaltenstherapie ist dabei eine wissenschaftlich gut begründete und wirksame Therapie der Angsterkrankung.

In der Therapie lernen Sie mit Hilfe von Selbstbeobachtung, gedanklichen Übungen zu angstverstärkenden Gedanken und Gefühlen sowie praktischen Übungen (sogenannten Expositionen in den angstauslösenden Situationen), mit der Angstreaktion schrittweise umzugehen. In einer speziellen Gruppentherapie werden Sie über auslösende und aufrechterhaltende Bedingungen aufgeklärt, Sie lernen wichtige Selbstbehandlungsstrategien zur Bewältigung Ihrer Ängste auch im häuslichen Umfeld und führen gemeinsam mit anderen Patienten Angstübungen durch.

Ambulante diagnostische Abklärung und Behandlung

Nach vorheriger Terminvereinbarung erfolgt ein Erstgespräch mit unseren Therapeuten in unserer Institutsambulanz. Hierbei erfolgt eine differentialdiagnostische Abklärung, wobei auch notwendige diagnostische Untersuchungen veranlasst werden können.

Auf der Grundlage der diagnostischen Einordnung und der bislang erfolgten Behandlung wird eine individuelle ambulante Therapie geplant. Die ambulante Therapie kann insbesondere in komplexen Lebenssituationen auch in unserer Institutsambulanz erfolgen.

Die 5-wöchige stationäre Behandlung umfasst:

- Ausführliche diagnostische Abklärung
- Angstbewältigungsgruppe
- Gruppen- und Einzelexpositionen
- Psychotherapeutische Einzelsitzungen
- Soziales Kompetenztraining bei sozialer Phobie
- Körpertherapie
- Progressive Muskelentspannung
- Achtsamkeitsbasierte Verfahren
- Bewegungs- und Sporttherapie
- Ergotherapie
- Tagesplanung und -rückblick

Nachstationäre Versorgung ist im Einzelfall möglich.

- Ärztliche Betreuung
- Psychotherapeutische Gruppen- und Einzelbetreuung
- Sozialpädagogische Unterstützung

Das Team

- Ärzte
- Psychologen/Psychologische Psychotherapeuten
- Krankenpflegekräfte/Fachpflegekräfte
- Körpertherapeutin
- Ergotherapeutin
- Sporttherapeuten
- Sozialpädagogen

Terminvereinbarung

Zur Terminvereinbarung besteht jederzeit die Möglichkeit der Kontaktaufnahme über die Station 19:

Telefon: (0841) 880-4190

Ansprechpartnerin: Dr. Gabriele Frank
Psychologische Psychotherapeutin

Kostenübernahme

Die Behandlungskosten können von den privaten oder gesetzlichen Krankenkassen übernommen werden.