



ADHS-KOMPAKT

Gemeinsam den Weg aus Chaos & Krise finden

Strukturen und Termine einhalten, dabei auch immer voll konzentriert bleiben, die innere Unruhe und den eigenen Impulsdrang im Zaum halten, stets angepasst funktionieren, leistungsfähig agieren und nebenbei den Alltag fest im selbstbestimmten Griff haben. Ist diese Agenda des optimalen Funktionierens eigentlich in heutigen Zeiten überhaupt noch realistisch? Schon für Menschen, die seelisch und körperlich rundum gesund sind, ist dieses anspruchsvolle Pensum im täglichen Tun & Sein kaum zu absolvieren. Für Menschen, die zudem psychische Belastungspakete durch ihre Lebensgeschichte tragen müssen, ist es häufig unmöglich, diesen äußeren und inneren Erwartungen zu entsprechen. Insbesondere Betroffene, die an ADHS leiden, kennen die belastenden Dimensionen ihrer Erkrankung und die Situation, wenn das innere Chaos mal wieder unerbittlich in das Leben ausstrahlt. In Kombination mit anderen psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angst- oder Zwangsstörungen – die meist Mitauslöser, Verstärker oder Folge von ADHS sind – potenziert sich der psychische Leidensdruck häufig immens.

Leiden Sie unter solchen Belastungszuständen? Sie sind nicht alleine: ADHS im Erwachsenenalter ist keine Seltenheit, oft wird diese Störung nur spät erkannt, falsch interpretiert oder wandelt sich in ihrer Symptomatik über die Jahre hinweg gravierend in Ausdruck, Ausmaß und Intensität.

Wir möchten Sie dabei unterstützen, die Ursachen besser zu verstehen und den Umgang mit dieser Erkrankung neu zu erlernen. Dafür haben wir in unserer Klinik in Bad Waldsee ein eigenes ADHS-Programm für Erwachsene entwickelt, die sich Entlastung, neue Werkzeuge und Lösungsstrategien, viel fachliche Expertise und menschliche Unterstützung wünschen, um so wieder zurück zu mehr Lebensqualität und Lebensglück zu finden. Im Fokus unseres stationären Gruppenangebotes stehen dafür als Basis:

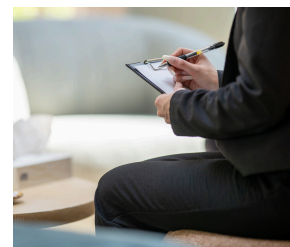
- **eine fundierte, leitliniengerechte Diagnostik,**
- **ein bedürfnisorientierter Therapie-Mix,**
- **eine sorgfältig abgestimmte Medikation (falls notwendig),**
- **ein Behandlungseinbezug der vorrangigen, einhergehenden psychischen Erkrankung,**
- **Austausch und Wissenstransfer mit anderen Betroffenen in der integrierten ADHS-Therapiegruppe,**
- **und vor allem ganz viel Fachwissen und ganz viel respektvolles von Mensch zu Mensch.**



„Psychisch krank zu sein, ist keine dauerhafte Kategorisierung in Diagnosen. Patientinnen und Patienten, die stationär behandelt werden, befinden sich unabhängig von Krankheitsbildern und unabhängig von den diese Krankheitsbilder mutmaßlich auslösenden individuellen Belastungen in einem seelischen Ausnahmezustand.“

Kamila Jauch-Chara

Prof. Dr. Kamila Jauch-Chara
Klinikdirektorin & Chefärztin



Im Rahmen unseres **achtwöchigen, stationären ADHS-Programms** können Sie sich voll auf Ihre Bedürfnisse und Ihre Genesung konzentrieren. Begleitet werden Sie von unserem multiprofessionellen Experten-Team, das Sie am ersten Tag genau dort abholt, wo Sie stehen, und Sie genau dorthin begleitet, wo Sie hinwollen – zu mehr Gesundheit, Stabilität und Lebensqualität. **Aufnahme schnell und unkompliziert möglich:** Wer sich in der psychischen Krise befindet, braucht nämlich keine Wartezeiten, sondern sofortige Hilfe!



Das Angebot richtet sich an volljährige **Privatpatienten, Beihilfeberechtigte und Selbstzahler. Gesetzlich Versicherte** können nach vorheriger Kostenzusage der Krankenkasse auch aufgenommen werden. Eine Einweisung eines Fach- bzw. Hausarztes oder einer psychotherapeutischen Praxis ist Voraussetzung.



Wir bieten Ihnen **nach Einweisung bei Depressionen, Angststörungen oder Zwangsstörungen zunächst eine leitliniengerechte ADHS-Erstdiagnostik** an. Unsere erfahrenen Fachärzte führen eine umfassende Anamnese durch und erfassen Ihre Lebensgeschichte sowie Symptomaten genau. Ergänzt durch standardisierte psychologische Testverfahren, Beobachtungen und Fremdanamnesen klären wir Begleiterkrankungen auf – leitliniengerecht und multiprofessionell begleitet.



Ob Kreativ-, Bewegungs-, Verhaltens-, Psycho- oder Sporttherapie, tiergestützte Maßnahmen oder achtsamkeitsbasierte Ansätze: Wir gestalten gemeinsam aus unserem vielfältigen Therapieangebot Ihren **persönlichen Therapieplan**. Zusätzlich wird in der **integrierten ADHS-Schwerpunktgruppe** ganz gezielt auf die Bedürfnisse dieses Krankheitsbilds eingegangen. Wissensaustausch mit anderen Betroffenen, praktische Übungen zur Impuls- und Emotionsregulation, Psychoedukation, soziale Kompetenzstärkung und Gemeinschaftserleben in einem verständnisvollen Umfeld helfen dabei, Strategien und Lösungen zu finden, Rückhalt zu erfahren und sich nicht mehr alleingelassen zu fühlen.



Bei **sinnvoller, ergänzender medikamentöser Therapie** erfolgt eine individuell abgestimmte Einstellung nach **aktuellen Leitlinien unter Berücksichtigung Ihrer Bedürfnisse und Voraussetzungen**. Während Ihres Aufenthalts überwachen wir Wirksamkeit und Verträglichkeit engmaschig, passen bei Bedarf an und beraten umfassend über Wirkung und Nebenwirkungen.



Bei uns finden Sie jederzeit das vor, was Sie für Ihren Genesungsprozess benötigen – selbstverständlich auch außerhalb der Therapiezeiten: komfortable Zimmer, gesellige Treffpunkte, vitalisierende Wellness-Angebote, eine stressreduzierte Umgebung, beste gastronomische Versorgung, ein abwechslungsreiches außertherapeutisches Programm und vor allem ganz viel Wertschätzung, Respekt & Verständnis.

Haben Sie Fragen zum Programm oder benötigen Sie mehr Informationen über die Vincera Klinik Bad Waldsee? Unser Patientenmanagement ist für Sie da und berät Sie gerne persönlich!

Vincera Klinik Bad Waldsee, Badstraße 28, 88339 Bad Waldsee,

Tel. +49 (0) 7524 990 007, E-Mail: bad-waldsee@vincera-kliniken.de



VINCERA
Bad Waldsee