



## In dieser Ausgabe unseres Newsletters lesen Sie:

- ✓ Neues aus dem Klinikalltag
- ✓ Neue Angebote
- ✓ Wir stellen uns vor!

## Wir denken nachhaltiger...

Entscheiden Sie sich einfach zum digitalen Newsletter per E-Mail an [schnittstellenmanagement\\_eu@drv-rlp.de](mailto:schnittstellenmanagement_eu@drv-rlp.de)

## Neues aus dem Klinikalltag

Schauen Sie doch auch mal auf unsere **Internetseite: [www.fachklinik-eusserthal.de](http://www.fachklinik-eusserthal.de)**. Dort finden Sie nicht nur unseren Newsletter sondern noch viele weitere Informationen. Ebenso können Sie dort einen virtuellen Rundgang durch die Fachklinik Eußerthal gehen.

Im **Schnittstellenmanagement** gibt es Verstärkung! Wir sind nun zwei Mitarbeiterinnen: Sabine Hoffmann und Heike Zoller-Bernhart. Sie erreichen uns unter den Telefonnummern: 06345 20-146 oder -134 oder mobil: 0162 25 96 284 und per E-Mail: [Schnittstellenmanagement\\_EU@drv-rlp.de](mailto:Schnittstellenmanagement_EU@drv-rlp.de).

Im Sommer hatten wir mit einigen Berater:innen eine **Online-Veranstaltung** zu dem Thema „Corona“. Dieses Angebot ergab interessante Diskussionen, rund um die Thematik und die Regelungen dazu. Die „Corona-Regeln“ sind uns vorgegeben und noch ziemlich streng und leider durch uns nicht zu ändern. Wir hoffen, Ihnen die Gründe jederzeit transparent erklärt zu haben. Umso mehr freuen wir uns über die Aussicht, die Regeln im neuen Jahr lockern und schrittweise wieder zu den früheren Regelungen zurückkehren zu können. Beispielsweise wird es wieder Angehörigenseminare und -gespräche sowie Familienheimfahrten geben. Sprechen Sie uns gerne darauf an, wenn sich Fragen ergeben.

Weil wir darüber wenigstens einen virtuellen persönlichen Kontakt hatten und das Angebot gut genutzt wurde, möchten wir allen anbieten, die Interesse daran haben, sich mit uns in Verbindung zu setzen.

Wir organisieren für Sie exklusiv eine Online-Veranstaltung mit Ihren Themen, die Sie uns bitte vorab einreichen mögen. Per E-Mail: [sabine.hoffmann@drv-rlp.de](mailto:sabine.hoffmann@drv-rlp.de) oder per Telefax: 06232 17127202.

## Neue Angebote

Ende September startete die Indikative Gruppe „**Sicherheit finden**“. In dieser Gruppe bieten wir ein integratives Behandlungsprogramm an für Rehabilitand:innen, die an Abhängigkeitserkrankungen und den Folgen traumatischer Erfahrungen leiden. Der Schwerpunkt liegt auf stabilisierenden Interventionen und dem Aufbau sicherer Bewältigungsstrategien. Das Programm ist gut strukturiert, es wird viel mit Arbeitsblättern und Selbstverpflichtungen gearbeitet. Es erfolgt **KEINE** Traumaexposition. Das Augenmerk liegt auf Psychoedukation und der Herstellung von Sicherheit und Selbstwirksamkeit.

Das Programm ist evidenzbasiert und beruht auf fünf Grundprinzipien:

- Sicherheit als oberste Priorität,
- Integrierte Behandlung von traumatischen Erfahrungen und Abhängigkeitserkrankungen,
- Schwerpunkt auf Idealen und Werten,
- Vier inhaltliche Bereiche (kognitiv, verhaltenstherapeutisch, interpersonell und Case Management),
- Berücksichtigung von (Einzel-)Therapieprozessen.

Zwei Mitarbeiterinnen wurden zu Fachberaterinnen für Psychotraumatologie qualifiziert und vertreten sich gegenseitig. Wir haben zudem unseren Flyer zu diesem Thema aktualisiert.

## Wir stellen uns vor!

### **Adipositas-Programm**

Adipositas hat viele Ursachen und bildet gleichzeitig die Grundlage vieler Erkrankungen. Lange bekannt ist die Tatsache, dass schweres Übergewicht, die sogenannte Adipositas, mit einer chronischen Entzündung im Fettgewebe einhergeht. Dies bedeutet für den körpereigenen Stoffwechsel eine außergewöhnliche Belastung, die zu Folge- und Begleiterkrankungen, beispielsweise zur Entstehung einer Typ-2-Diabetes beitragen kann.

Untersuchungen zeigen Gemeinsamkeiten zwischen bestimmten Aspekten der Adipositas und Abhängigkeitserkrankungen auf. Die Komplexität dieser Erkrankungen verlangt fachübergreifende therapeutische Antworten.

Die Fachklinik Eußerthal bietet daher einen Schwerpunkt auch in der Behandlung der Adipositas an. Unter Berücksichtigung der vielfältigen Entstehungsursachen wird die Adipositas in der Fachklinik basierend auf drei Säulen behandelt:

Der Ernährungstherapie, Bewegungstherapie sowie kognitive Verhaltenstherapie beziehungsweise Psychoedukation.

Die **Ernährungstherapie** umfasst Ernährungsberatung, Ernährungsschulung, praktische Übungen in der Lehrküche und auch diätische Maßnahmen.



Verfahren zur Motivationssteigerung, kognitiv-**verhaltenstherapeutisches Bewältigungstraining** und **soziales Kompetenztraining** haben sich in der Vergangenheit bei Abhängigkeitserkrankungen als erfolgreich erwiesen. Diese Therapieansätze sind auch in der Adipositas-Behandlung erfolgversprechend und werden in mehreren Therapiemodulen angewandt.

Im Rahmen der **Bewegungstherapie** erfolgen Körperfettmessungen und die Berechnung des Grundumsatzes. Auf der Basis des gesundheitlichen Risikoprofils und der individuellen Motivationslage werden Umfang und Intensität des Ausdauer- und Krafttrainings erarbeitet.

Die Lage der Fachklinik Eußerthal, inmitten des Pfälzerwaldes, ermöglicht darüber hinaus im weitverbreiteten Netz an Wander- oder Mountainbike-Wegen körperliche Aktivität auszuüben und seelische Entspannung zu erfahren – auch in Corona-Zeiten.

Im folgenden **Interview** mit einem Rehabilitanden, der alle Angebote gut für sich zu nutzen wusste und eine sehr erfolgreiche Gewichtsreduktion erzielen konnte, wird der doppelte Nutzen der Behandlung von Alkohol-/Nikotinabhängigkeit und Adipositas deutlich:

*Fachklinik Eußerthal:* Haben Sie vor Antritt der Rehabilitation von unserem Adipositas-Programm gewusst?

*Stefan W.:* Ja, ich habe mich vorher im Internet und über Bekannte informiert. Die Lage der Klinik, ihre Abgeschiedenheit und die Möglichkeiten zum Wandern haben eine sehr große Rolle für mich gespielt.

*Fachklinik Eußerthal:* Haben Sie also im Vorfeld geplant, Ihr Gewicht zu reduzieren?

*Stefan W.:* Ja, denn ich hatte bedingt durch Schichtarbeit zugenommen. Das Adipositas-Programm hat denn auch direkt nach Beginn der Reha begonnen. Ich habe sehr gute Informationen für mich erhalten. Die Adipositas-Sportangebote und die Messungen waren für mich beeindruckend. Auch der medizinische Vortrag von Chefarzt Dr. Korte war sehr hilfreich. Er war sehr motivierend.

*Fachklinik Eußerthal:* Wie hilfreich war das verhaltenstherapeutische Gruppenangebot für Sie?

*Stefan W.:* Ich habe durch die Gruppe sehr viel über Ernährung und gesundes Verhalten erfahren.

*Fachklinik Eußerthal:* Wie sehr sind Sie mit Ihrem Abnehm-Ergebnis zufrieden?

*Stefan W.:* Ich bin sehr zufrieden, habe 17 cm Bauchumfang und 17 kg mit eiserner Disziplin abgenommen und das, obwohl ich auch seit der ersten Woche rauchfrei geworden bin.

*Fachklinik Eußerthal:* Gibt es etwas, was wir aus Ihrer Sicht noch besser machen könnten?

*Stefan W.:* Das Essensangebot ist gut, könnte aber für die Adipositas-Patienten abwechslungsreicher und mit mehr Gemüse sein.

*Fachklinik Eußerthal:* Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit!



## Sporttherapie



Wir sind in diesem Bereich vier Kolleg:innen im Team, bestehend aus zwei Physiotherapeut:innen und zwei Sporttherapeut:innen. Als Ziele setzen wir uns:

- Die Verbesserung der Leistungsfähigkeit,
- Verbesserung des Körpergefühls und des Selbstwertes,
- Verbesserung der sozialen Interaktion,
- Erfolgserlebnisse schaffen.

Es soll ein möglichst vielfältiges und abwechslungsreiches Angebot als (Wieder-)Einstieg zum Sport in verschiedenen Leistungsebenen erfolgen.

### Unsere Leistungen:

- Physiotherapeutische Einzelbehandlungen nach Indikation
- Sportgruppe steht zweimal wöchentlich als Pflichtprogramm auf dem Plan
- Betreuung der Trainingsfläche (Kraft- und Kardioraum)
- Vorträge im Bereich Adipositas und Sport allgemein
- Leistungsdiagnostik im Adipositasprogramm: Zu Beginn und nach acht Wochen findet eine Testung der betroffenen Rehabilitand:innen statt
- Anleiten von Sportveranstaltungen (Turniere), die von Rehabilitand:innen organisiert werden

Das waren für heute unsere Themen! Geben Sie uns gerne Rückmeldung, wie Ihnen unser Newsletter gefällt und welche Themen Sie darin finden möchten!

Flyer und Broschüren können Sie gerne bei Sabine Hoffmann ([sabine.hoffmann@drv-rlp.de](mailto:sabine.hoffmann@drv-rlp.de)) anfordern. Sie steht Ihnen auch als Ansprechpartnerin für Fragen zur Verfügung! Mobil: 0162 25 96 284 oder 06345 20146.

Wir wünschen allen einen guten Start im Neuen Jahr! Sie hören beziehungsweise lesen bald wieder von uns!

## Ihr Eußerthaler Team



### Impressum:

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes,

Konzeption und Koordination:

Fachklinik Eußerthal der Deutschen  
Rentenversicherung Rheinland-Pfalz, Klinikstraße  
1, 76857 Eußerthal

Redaktion:

Sabine Hoffmann

Grafik und Layout:

Birgit Eberle