

## **DRK Zentrum für Gesundheit und Familie Alma Münster-Haus Wittdün / Amrum**



### **Behandlungsansätze für Patientinnen in Co-Abhängigkeit im Rahmen von Mutter-Kind-Vorsorgekuren gem. § 24 SGB V**

#### **Inhalt:**

- |  |     |
|--|-----|
| 1. Hintergrund   | 2   |
| 2. Ziele und Therapien / Schwerpunkt Co-Abhängigkeit           | 2-3 |
| 3. Das DRK -Zentrum für Gesundheit und Familie / Wittdün Amrum | 4   |

## 1. Hintergrund

Die Sucht eines Menschen hat auch für die Menschen in seiner Umgebung Auswirkungen.

„Mit-Betroffene“ sind hierbei vor allem Familienmitglieder bzw. Lebenspartner/Innen. Ihre Zahl liegt bundesweit bei ca. acht Millionen Menschen. Das Leben vieler Angehöriger ist durch die Abhängigkeit des Betroffenen beeinträchtigt und oftmals leiden sie über lange Zeit mehr unter der Krankheit als der/die Betroffene selber.

Co-Abhängigkeit bezeichnet ein sozialmedizinisches Konzept, nach dem manche Bezugspersonen eines Suchtkranken (zum Beispiel als Co-Alkoholiker) dessen Sucht durch ihr Tun und Unterlassen zusätzlich fördern oder selber darunter in besonderer Form leiden.

Die Mit-Betroffenheit der Angehörigen und ihre Belastungen, ihre Probleme und ihr Leiden werden hier unter dem Begriff der Co-Abhängigkeit zusammengefasst. Es wird als ein vielschichtiges individuelles, soziales, institutionelles und gesellschaftliches Phänomen verstanden.

Der oftmals schleichende Weg zur Co-Abhängigkeit zieht eine Reihe von Beeinträchtigungen mit sich. Zu den Sorgen um die Gesundheit und um das Leben des Betroffenen, kommen Belastungen wie ständige Überforderung, zum Beispiel Kindererziehung und Haushalt, finanzielle Sorgen und Vereinsamung dazu.

Doch viele Angehörige schämen sich und verheimlichen ihr Leid. Vor allem Frauen reiben sich oft über Jahrzehnte in dem Bemühen auf, den Schein nach außen zu wahren und ihrem Partner/ Ihrem Kind zu helfen.

So sind sie am Ende völlig vom Verhalten ihren Angehörigen abhängig – sie sind co-abhängig.

## 2. Ziele und themenbezogene Angebote

Ziel des Therapiekonzeptes unseres DRK-Zentrum für Gesundheit und Familie auf Amrum ist es, die Mütter/ Patientinnen für folgende Aspekte zu stärken und zu sensibilisieren:

- Sie trifft keine Schuld.
- Sie sind nicht dafür verantwortlich, wenn Ihr Partner/ Ihre Partnerin einer Sucht zugetan ist.
- Sie können die Probleme ihres Partners nicht kontrollieren, nicht korrigieren, nicht kurieren.
- Sie haben keine wirkliche Möglichkeit das Verhalten des Partners direkt zu beeinflussen.

Jeder Abhängige muss seine Situation selber erkennen!

Durch qualifizierte Hilfestellung leisten wir aktive Hilfe zur Selbsthilfe.

Alle Therapien werden von einem interdisziplinären Team von qualifizierten Mitarbeitern durchgeführt, die individuell auf jede Mutter eingehen können und so dafür sorgen, dass die stationäre Maßnahme erfolgreich verläuft.

### **Psychosoziale Therapie**

Hierbei soll eine Verbesserung des Informations- und Kenntnisstandes erreicht werden, sowie das Erkennen von Zusammenhängen einiger Krankheitsbilder psychosomatischer Herkunft.

Auch wird durch Unterstützung und Förderung die Selbstwahrnehmung initiiert.

- Psychologisches Einzelgespräch (nach Bedarf)
- Gruppengespräche (1x wöchentlich 90 Min)

### **Physiotherapie**

Zur Linderung für Symptome des Bewegungsapparates und der Behandlung von Verspannungen.

- Massagen (1 x wöchentlich)
- Moorpackungen (1x wöchentlich)

### **Entspannungstherapie / Bewegungstherapie**

Die eigene Gesundheit stabilisieren, den Körper im Fokus haben und wieder in Balance bringen.

- Autogenes Training (2x wöchentlich je 45 Minuten)
- Progressive Muskelrelaxation (alternativ zum AT)
- Fitnessgymnastik (1-2 x wöchentlich je 45 Minuten)
- Nordic Walking (1-2 x wöchentlich je 45 Minuten)

### **3. DRK Zentrum für Gesundheit und Familie, Wittdün / Amrum**

#### **Warum unser DRK-Zentrum für Gesundheit und Familie Alma-Münster-Haus?**

Unser ganzheitliches Behandlungskonzept trägt zur Förderung Ihrer Gesundheit bei. Ziel ist es, kurzfristig Linderung der akuten Beschwerden zu erreichen. Genießen Sie die Insel, und nutzen Sie die Möglichkeit etwas für Ihre Gesundheit zu tun.

Der breite Strand von Amrum ist feinsandig, hier herrscht ganzjährig ein wohltuendes mildes Meeresreizklima, das spürbar lindernde Effekte bei vielen Erkrankungen, aber auch auf psychosomatische Störungen ausübt. Diese natürlichen Heilkräfte sind Bestandteil des Behandlungskonzeptes und unterstützen die übrigen therapeutischen Maßnahmen optimal.

Das ganzheitliche Behandlungskonzept, das einzigartige Reizklima der Nordseeinsel sowie die unmittelbare Nähe unserer regelmäßig modernisierten Einrichtung zum Strand, der fußläufig in nur 200m zu erreichen ist, zählen zu unseren Besonderheiten.

Da wir nur maximal 37 Mütter mit Ihren Kindern aufnehmen, zeichnet sich das Zentrum zudem durch eine angenehme familiäre Atmosphäre aus.

### **4. Ansprechpartner**

Bei Fragen zum Programm wenden Sie sich bitte an das DRK Zentrum für Gesundheit und Familie in Wittdün / Amrum, Telefon 04682 / 33-0. mail: [info-amrum@drk-sh.de](mailto:info-amrum@drk-sh.de).

Möchten Sie sich über eine Mutter-Kind-Kur informieren? In unserer Beratungsstelle berät Sie Frau Susann Döring gern in allen Fragen rund um die Mutter-Kind-Kur. Tel. 0431 / 5707-530, E-Mail: [susann.doering@drk-sh.de](mailto:susann.doering@drk-sh.de).