

Die Freiheit leben

Medizinische Rehabilitation bei Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit
im LWL-Rehabilitationszentrum Ruhrgebiet *FörderTurm*
für Dortmund und den Kreis Unna mit ambulanten Angeboten
in Dortmund, Iserlohn und Schwerte



Alle Fotos wurden mit aktuellen und ehemaligen Mitarbeiter*innen der LWL-Klinik Dortmund gemacht.

Abstinenz braucht und schafft Perspektiven ...

Das Angebot der Suchtrehabilitation richtet sich an Menschen, die sich dazu entschieden haben, abstinent leben zu wollen, dies aber bislang ohne therapeutische Hilfe nicht dauerhaft umsetzen konnten. Viele Patient*innen haben bereits mehrere gescheiterte Anläufe unternommen, ihre Suchterkrankung „in den Griff“ zu bekommen. Als Folge daraus kommt es häufig zu einer inneren Entmutigung und beim Fortschreiten der Erkrankung – mit

zunehmenden Versagenserlebnissen in den wichtigsten Lebensbereichen – auch zum Verlust der persönlichen positiven Lebensperspektiven.

Diese Perspektivlosigkeit erschwert es wiederum, den vorhandenen Abstinenzwunsch zielgerichtet verfolgen und umsetzen zu können, was fast zwangsläufig in einem Teufelskreis aus wiederkehrenden Rückfällen und Resignation mündet.

... in den wichtigsten Lebensbereichen

Daher liegt eine der wichtigsten Aufgaben der Suchtrehabilitation darin, die Zuversicht, die Suchterkrankung bewältigen zu können, zu stärken. Durch das schrittweise Angehen der bestehenden Probleme in den verschiedensten Lebensbereichen und die Erfolgserlebnisse bei deren Bewältigung entsteht das Vertrauen, das eigene Leben wieder suchtmittelfrei gestalten zu können.

Dazu werden wir mit Ihnen bereits in den ersten Tagen die eigenen Wünsche, Ziele und Erwartungen in so zentralen Lebensbereichen wie Gesundheit, Familie, Partnerschaft, Arbeit, Wohnsituation, soziale und finanzielle Sicherheit besprechen und als Teil der individuellen Rehabilitationsziele festhalten. Eine besondere Bedeutung finden bei uns berufsbezogene Perspektiven und Zufriedenheit am Arbeitsplatz.



Ganzheitlicher Behandlungsansatz ...

Unser Therapiekonzept folgt den Ansätzen der Kognitiven Verhaltenstherapie (KVT), der Systemischen Therapie sowie der Klärungs- und lösungsorientierten Verhaltenstherapie (KOP) und ist darauf ausgerichtet, dass Abhängigkeit oft nicht das einzige Problem darstellt. Das verhaltenstherapeutische Vorgehen wird zugleich stark ergänzt durch Elemente der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie, vor allem mit den Techniken des Motivational Interviewings (MI) und mit tiefenpsychologischen Behandlungsansätzen.

Wir möchten Ihren individuellen Anforderungen gerecht werden und gleichzeitig Ihre besonderen Fähigkeiten und Stärken erkennen. Daraus ergeben sich die wichtigsten Behandlungsziele in der Entwöhnung von Suchtmitteln:

- Erarbeitung eines abstinenter Lebenskonzepts mit neuen Handlungsstrategien.
- Förderung der Einsicht in die eigene Suchtentwicklung und Krankheitsbewältigung.
- Stärkung des Selbstwertes, der Selbstverantwortung sowie der Selbstwirksamkeit.



- Erhaltung oder Wiederherstellung der Erwerbsfähigkeit.
- Aufbau positiver Freizeitaktivitäten, Steigerung der Lebenszufriedenheit und Selbstfürsorge.
- Vermittlung in eine Weiterbehandlung; ambulante Reha, Nachsorge, Selbsthilfegruppen usw.



... und Einbindung in die Bezugsgruppe

Ein zentrales Element der Entwöhnungsbehandlung ist außer den therapeutischen Einzelgesprächen, die wöchentlich stattfinden, die Integration in die persönliche Bezugsgruppe. Dort werden die Entstehung, die Folgen und die Bewältigungsmöglichkeiten der eigenen Suchterkrankung besonders reflektiert. Um den Zusammenhalt zu stärken, werden auch verschiedene weitere Therapieelemente gemeinsam mit der Bezugsgruppe besucht, etwa die Sport- und die Kreativtherapie. Gemeinsame Ausflüge im Ruhrgebiet, gemeinsame Kochgruppen und vieles mehr vervollständigen das Angebot.

Unser Therapieangebot in Kürze:

- Einzelgespräche mit den jeweiligen Bezugstherapeut*innen,
- psychotherapeutische Gruppentherapie,
- psychoedukative Gruppen und medizinische Infogruppen, die ausführliche Informationen über die eigene Krankheit vermitteln und ein Krankheitsverständnis und Akzeptanz fördern,
- Gruppentraining sozialer Kompetenzen,
- sozialarbeiterische Unterstützung und offene Sprechstunden,
- Sporttherapie,
- berufsbezogene Behandlung und Kreativitätstherapie,
- indikative Gruppen wie Aromatherapie und Akupunktur,
- Entspannungstherapie.

Die Erarbeitung einer beruflichen Zukunftsperspektive ...

Die medizinische Rehabilitation soll auch der Wiederherstellung bzw. dem Erhalt der persönlichen beruflichen Leistungsfähigkeit dienen. Dies wird von unserer Seite in vielfältiger Weise unterstützt, da Abstinenz und eine erfüllende berufliche Tätigkeit oft Hand in Hand gehen. Vor dem Hintergrund Ihrer persönlichen

Lebensgeschichte werden mögliche Problem-bereiche, wie Konflikte am Arbeitsplatz oder ein suchtbedingter Stellenwechsel und Arbeitslosigkeit, gemeinsam mit Ihnen herausgearbeitet. Wir verstehen Sie als Experten Ihres Lebens und wir unterstützen Sie bei der Erreichung Ihrer persönlichen Werte und Ziele.



... ist fester Bestandteil der Rehabilitation

Erster Schritt ist die individuelle Abklärung Ihrer beruflichen Stärken und Schwächen durch die Arbeits- und Ergotherapeut*innen zur individuellen Festlegung weiterführender Maßnahmen. Diese können beispielsweise ein gezieltes Bewerbungstraining, PC-Training sowie Arbeitstherapie in handwerklichen Bereichen sein. Sie können auch während Ihrer Reha in geeigneten Betrieben Praktika außerhalb unserer Klinik absolvieren, um ganz dicht an die Realität des Berufsalltages heranzukommen. Selbstverständlich werden Sie während dieser Praktika von unseren Arbeits- und Ergotherapeut*innen individuell unterstützt.



Wichtig ist uns dabei immer die Vermittlung von Erfolgserlebnissen, um das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten wieder zu stärken.



Aktiv werden ...

Freude am eigenen Körper, an Bewegung und Kraft, am Wachsen der eigenen Fähigkeiten und am Miteinander in der Gruppe – all das wird in der Sport- und Bewegungstherapie vermittelt und gefördert und wirkt positiv in alle Lebensbereiche hinein.

Um die individuellen Ressourcen eines Jeden zu berücksichtigen, bieten wir ein sehr breites Spektrum sporttherapeutischer Möglichkeiten wie Walking und Laufen, Mannschaftsspiele, Kraft- und Ausdauerstärkung sowie Entspannungsverfahren an.

... und bleiben

Sofern dies für Sie Sinn macht und ärztlicherseits nichts dagegen spricht, können Sie auch nach einer individuellen Einweisung in unserem Cardio-Fitnessraum an den Geräten trainieren.

Bleibende Wirkung entfalten diese Erfahrungen jedoch erst, wenn sie in die persönliche Freizeitgestaltung einfließen. Nach Therapieende oder am Wochenende können Sie daher in den Freizeiträumen trainieren oder entspannen. Ebenso können die Küchen auf den Stationen zum gemeinsamen Kochen genutzt werden.

In der Kreativtherapie werden Sie angeleitet, auch in Ihrer Freizeit durch Malen oder handwerkliche Aktivitäten die Zeit einmal anders als mit digitalen Medien zu füllen, und auch unsere Kegelbahn steht Ihnen offen. Allein oder gemeinsam mit Mitrehabilitand*innen können Sie die Sehenswürdigkeiten des Ruhrgebiets erkunden. Das Fußballmuseum und der Westfalenpark in Dortmund sowie das Bermuda-Dreieck und das Bergbaumuseum in Bochum und die Zeche Zollverein in Essen werden immer gerne besucht.

Besondere Therapieangebote für Patient*innen mit psychischen Begleiterkrankungen

Unsere multiprofessionellen Teams aus Fachärzt*innen, Psycholog*innen, Suchttherapeut*innen und Psychotherapeut*innen sowie erfahrenen Pflegekräften gewährleisten die Mitbehandlung begleitender psychischer Störungen (sogenannter komorbider Erkrankungen),

die sowohl psychiatrisch wie auch psychotherapeutisch zu einem individuellen Behandlungsplan führen.

Nur wenn die Suchterkrankung und die anderen psychischen Störungen gleichzeitig und gleichermaßen berücksichtigt werden, kann der Verlauf der Erkrankung nachhaltig positiv beeinflusst werden.



... Drogenpatient*innen Ambulante Rehabilitation Sucht

Bei allen Gemeinsamkeiten passen das Therapieprogramm für unsere drogenabhängigen und für unsere alkoholabhängigen Patienten*innen nicht perfekt zusammen. Wir sind daher sehr froh, für unsere Drogenpatient*innen in eigenen Räumen und mit einem eigenen Team eine ambulante Rehabilitation anbieten zu können. Diese bietet ihnen die Chance, ihren Drogenkonsum zu überwinden, ohne ihre häusliche Umgebung aufgeben zu müssen. Am Anfang der Maßnahme kann bei Heroinabhängigen eine gering dosierte Substitutionstherapie gerne noch fortgeführt werden. Auch eine Medikation mit Naltrexon wird von uns für Opioidabhängige angeboten und während der ambulanten Drogenreha durchgeführt.

Das vertraute Umfeld bleibt Ihnen erhalten, Sie können ein Ausbildungsverhältnis oder eine etwaige Berufstätigkeit beginnen oder fortführen. Auf diese Weise können Sie das in der Therapie Erreichte direkt in den Alltag integrieren und umsetzen.

Im Mittelpunkt stehen die wöchentliche Gruppentherapie und die regelmäßig stattfindenden Einzelgespräche.

Darüber hinaus können Paar- oder Familiengespräche vereinbart werden. Die Behandlungsdauer beträgt in der Regel 12 Monate.



Eine Atmosphäre zum Wohlfühlen

Eine Suchtrehabilitaion ist eine sehr lohnende, aber auch ungewohnte Erfahrung, die zeitweise emotional herausfordernd sein kann. Daher ist es besonders wichtig, dass Sie sich rundum wohl und gut versorgt fühlen. Durch unseren Neubau, das Phönix-Haus, können wir eine helle, freundliche, offene und von Wertschätzung geprägte Umgebung bereitstellen, die unsere psychotherapeutische Arbeit

in allen Aspekten unterstützt. Die Unterbringung erfolgt in Ein- und Zweibettzimmern mit eigenem Duschbad. Jede Station ist mit einer Küche, einem großzügigen Speisesaal und verschiedenen Freizeiträumen ausgestattet.





Kontakt und weitere Informationen

Für die Entwöhnungstherapie benötigen wir die schriftliche Kostenzusage des zuständigen Leistungsträgers. Das ist in der Regel Ihre Rentenversicherung.

Die entsprechenden Anträge können an Ihrem Wohnort von einer Sucht- und Drogenberatungsstelle gestellt werden. Die Anträge können aber auch während der Entzugsbehandlung (Entgiftung) gestellt werden. Letzteres ermöglicht Ihnen einen direkten Wechsel von der Entzugsbehandlung in die Entwöhnungstherapie.

Die Aufnahme zur Therapie kann nur erfolgen, wenn Sie zu dem Zeitpunkt suchtmittelfrei sind, ggf. muss noch eine Entzugsbehandlung vorgeschaltet werden.

Haben Sie Fragen oder wünschen Sie weitere Informationen? Dann rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

Tel.: 0231 4503 - 2778

Fax: 0231 4503 - 2783

E-Mail: LWL-Reha-Ruhrgebiet@lwl.org

Ein besonderer Vorteil des Rehabilitationszentrums *FörderTurm* der LWL-Klinik Dortmund ist die stationäre und tagesklinische Rehabilitation in Wohnortnähe. Die LWL-Klinik ist nur 15 Min. von der Innenstadt entfernt und optimal mit dem öffentlichen Nahverkehr zu erreichen.

Darüber hinaus bieten wir ambulante bzw. tagesklinische Rehabilitationsmaßnahmen in Schwerte und Iserlohn an.

Dies ermöglicht eine frühzeitige Wiedereingliederung in das soziale Umfeld und eine rechtzeitige und vorbereitete Belastungs-erprobung. In drei unterschiedlichen Settings (ambulant / ganztägig ambulant / vollstationär) ist eine Therapie möglich. Je nach Ausprägung der Abhängigkeit, Abstinenzkompetenz und vorhandenen Ressourcen sowie Kostenzusagen sind folgende Behandlungsmodelle vorstellbar:

- stationäre Langzeittherapie (12 bis 16 W.), Therapie und Übernachtung auf der Station,
- ganztägig ambulante Rehabilitation (12 bis 14 W.), Therapie auf der Station, Sie verbringen die Nächte und Sonntage zu Hause,
- stationäre Kurzzeittherapie (6 bis 8 W.),

- Kombitherapie mit unseren Partnern der Suchtberatungsstellen (Caritas oder Diakonie) in Dortmund (8 W. stationär plus 60 Einheiten ambulant),
- Rückfallbehandlung (8 W. stationär oder ganztägig ambulant),
- Festigungstherapie (4 Jahre nach med. Rehabilitation für 4 W. stationär oder ganztägig ambulant),
- ambulante Rehabilitation (insgesamt 12 Monate, einmal wöchentlich Gruppentherapie und Einzelgespräche).

Das ambulante Setting ist nur zur Behandlung früher Stadien der Abhängigkeitserkrankung geeignet. Ein bis zwei Behandlungstermine pro Woche, ggf. mit zusätzlichen Wochenendveranstaltungen, sind möglich. Die Behandlung dauert 12 Monate.

Das ganztägig ambulante Angebot ist indiziert, sofern die Erkrankung weiter fortgeschritten ist und eine größere Anzahl von Behandlungseinheiten pro Woche notwendig ist. Jeweils fünf- oder sechsmal pro Woche tagsüber. Die Behandlung dauert regelhaft 14 Wochen.

Die vollstationäre Behandlung ist für alle Ausprägungen der Erkrankung auch mit körperlichen, seelischen und sozialen Problemen vorgesehen, zumindest in den ersten Wochen kalendertäglich ganztags. Die Behandlung dauert 14 Wochen.

Je nach Schwere der Erkrankung und individuellen Behandlungszielen kann die Therapie in jedem dieser Settings begonnen werden.

Bei Behandlungsfortschritten, selbstverständlich auch bei Rückschlägen, können wir in Rücksprache mit Ihnen und mit dem Kostenträger unproblematisch einen Wechsel in das geeignete Setting einleiten.

