

# SCHMERZTHERAPIE IN DER TAGESKLINIK INNERE MEDIZIN:

## CHRONISCHER SCHMERZ IM RAHMEN EINER ENDOMETRIOSE

Der chronische Schmerz betrifft viele Ebenen unseres Seins. Das therapeutische Team versucht gemeinsam mit den Betroffenen, die Bedürfnisse der verschiedenen Ebenen zu verstehen und individuell Antworten zu finden.

Das tagesklinische Angebot richtet sich an Frauen mit einer diagnostizierten Endometriose, bei denen der chronische Schmerz im Vordergrund steht.

Der Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung von Selbsthilfestrategien, insbesondere im Umgang mit den Schmerzen. Es können verschiedene Therapieansätze erlebt werden. Unser Ziel ist es dabei, dass jede Frau individuell die für sie hilfreichen Strategien finden kann. Gemeinsam mit den anderen Patientinnen kann geübt werden, wie es am besten gelingt, diese Strategien im Alltag umzusetzen.

Der gegenseitige vertrauensvolle Austausch, der in einer geschlossenen Gruppe mit bis zu 14 Teilnehmerinnen über sechzehn Wochen entsteht, ist unserer Erfahrung nach ein weiterer, sehr hilfreicher Faktor.

Alle Therapieangebote werden in der Gruppe durchgeführt. Es ist ein nicht-medikamentöses, therapeutisches Angebot und somit eine Ergänzung, kein Ersatz, für die Beratung und Therapie in einem Endometriosezentrum.

Die Therapien finden einmal wöchentlich, mit jeweils bis zu 7 Stunden, über 16 Wochen statt. Die Kosten der teilstationären Therapie werden von den Krankenkassen übernommen.

## MODULARES THERAPIEANGEBOT

- Atemtherapie / Bewegungstherapie
- CANTIENICA®-Methode
- Heileurythmie
- Tanztherapie
- Kunsttherapie: Plastizieren
- Entspannung, Progressive Muskelrelaxation (PMR) / Achtsamkeit / Meditation
- Äußere Anwendungen
- Psychoedukation (Wissensvermittlung), unter anderem zu Themen wie: Schmerzverarbeitung, Bewegung, Schlaf, Ernährung, Medikamente
- Gruppentherapie

## KONTAKT UND ANMELDUNG TAGESKLINIK



**Kerstin Förster**

*Office-Assistenz*

Telefon: 030/365 01-7040

Fax: 030/365 01-2410

E-Mail: [tk-innere@havelhoehe.de](mailto:tk-innere@havelhoehe.de)

## LEITUNG SCHMERZTHERAPIE TAGESKLINIK



**Dr. med. Nina Klinger**

Leitung Integrative Schmerzmedizin/  
Suchtmedizin