



Schnelle Hilfe bei Angststörungen, Depressionen und Burnout gerade in der Pandemie äußerst wichtig: Expert*innen der Vincera-Kliniken begleiten Patient*innen mit innovativen Ansätzen wie EMDR und Schematherapie

Der zweite Lockdown schlägt deutlich mehr Menschen in Deutschland aufs Gemüt. Das geht aus einer Sondererhebung des „Deutschland-Barometers Depression“ hervor, für das Mitte bis Ende Februar rund 5100 Menschen zwischen 18 und 69 Jahren repräsentativ online befragt wurden: Demnach gaben fast drei Viertel (71 Prozent) der Bundesbürger an, die Situation im zweiten Lockdown als bedrückend zu empfinden. Im Vergleich dazu waren es im Frühjahr 2020 weniger als zwei Drittel (59 Prozent) der Befragten, heißt es in der Erhebung, die von der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Deutsche Bahn Stiftung in Auftrag gegeben wurde. Und jetzt sind wir mitten in der dritten Welle. Was können wir tun, damit wir möglichst gesund durch diese Phase der Pandemie kommen – und auch noch gerade über die nahenden Feiertage?

„Zunächst einmal die AHA+L+C-Regeln beachten, das ist klar“, Berthold Müller, Geschäftsführer der Vincera-Kliniken. „Darüber hinaus sollten wir uns gegenseitig unterstützen und Mut zusprechen und einander zuhören. Das sind die Basics, die wir alle selbst in der Hand haben.“ Doch gerade, wenn die Psyche unter den Bedingungen der Pandemie leidet, sollte man sich schnell professionelle Hilfe holen, so der CEO des noch jungen Klinik-Unternehmens. „Wir behandeln in unseren Psychosomatischen Privatkliniken in Bad Waldsee, auf der Burg Wernberg und bald auch im Spreewald bei Berlin Menschen, die an Posttraumatischen Belastungsstörungen, Depressionen, Angststörungen oder Burnout leiden, mit ganz neuen Methoden“, sagt auch Chefarzt Dr. Christian Konkol. „Dazu gehören beispielsweise die Schematherapie, EMDR, aber auch eine eigens entwickelte Resilienz-

stärkende Erhaltungstherapie, die bisher allesamt bei unseren Patientinnen und Patienten nicht nur gut angenommen wurden, sondern auch über die Maßen wirksam sind.“ Neue Sorgen und Ängste, so Konkol, bräuchten auch neue innovative Ansätze – zum Beispiel eine über den Klinikaufenthalt hinausgehende Unterstützung der Menschen. „Das alles bieten unsere Expertinnen und Experten in den Kliniken an – natürlich unter Beachtung aller Hygienemaßnahmen.“ Konkol weiter: „Wir haben den Anspruch, dass Menschen, die zu uns kommen, nicht nur gesund werden, sondern, dass Sie in ein ganz neues, erfülltes Leben aufbrechen. Denn wir leben unser Credo: Aufbruch in ein neues Leben – Bewusst Du wirklich auch selbst – vom Koch bis zum Chefarzt. Darauf können Sie sich verlassen!“

Mehr über die Vincera Kliniken erfahren Sie unter: www.vincera-kliniken.de