



Kompetenzzentrum für psychische Gesundheit

Auch wenn psychische Gesundheit manchmal immer noch als Tabu behandelt wird, ist sie zentraler Bestandteil eines gesunden Lebens. Das Zentrum für psychische Gesundheit (Pôle santé mentale) des Réseau de l'Arc vereint alle Spezialisten dieses Gebiets. An den verschiedenen Standorten, vor allem in Moutier und Biel, werden die Patienten aus der Region umfassend betreut. Behandelt werden Stress, Burnout, Depression und Suchterkrankungen. Blicken Sie hinter die Kulissen dieses Zentrums.

Ein grosses Netzwerk, das psychische Betreuung für Patienten jeden Alters anbietet. So liesse sich das Zentrum für psychische Gesundheit des Réseau de l'Arc in wenigen Worten beschreiben. Mit fast 60 Fachärzten, die von Psychologen, Krankenpflegern oder auch Ergotherapeuten unterstützt werden, bietet das Zentrum im Jurabogen seinen Patienten eine ganzheitliche und mehrdimensionale Betreuung an. Mit seinem Angebot kann das Zentrum auf verschiedenste Bedürfnisse eingehen: vom klassischen Krankenhausaufenthalt über Tagesklinikangebote bis hin zu Gruppentherapien, wie sie in Biel oder Valbirse angeboten werden und bei denen der Austausch gefördert wird.

EIN PERSONALISIERTES ANGEBOT FÜR UNTERSCHIEDLICHSTE BEDÜRFNISSE

Unabhängig davon, ob man sich selbst dazu entscheidet, das Zentrum aufzusuchen, oder es vom behandelnden Arzt empfohlen wurde, es wird stets nach einer personalisierten Lösung gesucht.

Solch ein individualisierter Ansatz ist immer wichtig, egal, ob man nun eine Person begleitet, die unter Burnout leidet, die mit den Folgeproblemen einer Sucht zu kämpfen hat oder sich speziellen Herausforderungen zu stellen hat, die vor allem die Migrationsbevölkerung betreffen.

In Moutier gibt es seit diesem Sommer auch einen Beratungsdienst für Kinder und Jugendliche. Angesichts der komplexen psychologischen Herausforderungen, mit denen Kinder und Jugendliche konfrontiert werden – ob in der Schule, im sozialen Umfeld oder in der Familie – reagiert das Zentrum mit diesem Service auf den steigenden Betreuungsbedarf.

Der psychologische Service ist ein weiteres Atout des Kompetenzzentrums für psychische Gesundheit. Die Psychologen und Psychotherapeuten unterstützen die Patienten auf ihrem persönlichen Entwicklungsweg, der ihnen eine Rückkehr in ein gesundes Leben ermöglichen soll. In der Tat ist es manchmal nicht ausreichend, nur die Symptome zu behandeln. Um die psychische Gesundheit langfristig aufrecht erhalten zu können, müssen bestimmte Gewohnheiten oder Verhaltensmuster oft grundlegend verändert werden. Dieser Ansatz erlaubt auch die Einbeziehung der Familienmitglieder, die die eigentlichen Verbündeten im Betreuungsprozess sind. Die Angehörigen spielen tatsächlich eine zentrale Rolle: sowohl für die Erkennung von Warnzeichen für Erschöpfung oder Depression als auch für die Begleitung von Personen, die an Gedächtnisstörungen leiden.

BURNOUT UND SUCHT: ZWEI BEISPIELE ZUR VERANSCHAULICHUNG

Burnout ist eine der häufigsten Erkrankungen und stellt eine grosse

Herausforderung dar. Das Syndrom hängt mit verschiedenen Faktoren zusammen, insbesondere im beruflichen Bereich, und ist nach wie vor schwer zu diagnostizieren und zu behandeln. Chronischer Stress, der sich manifestiert, führt oft zu Muskelverkrampfungen, Muskel- und Skeletterkrankungen und zu einem Anstieg des Blutdrucks. Schlafstörungen und Erschöpfung sind häufig die ersten sichtbaren Anzeichen.

Hier stellt sich die Frage: Kann man sich selbst heilen? Die eigene Bereitschaft ist zweifellos wichtig, aber oft kommt man nicht um professionelle Hilfe herum. Das trifft auch auf Suchterkrankungen zu, bei denen deutlich wird, die wichtig fachliche Betreuung ist. Denn diese Erkrankungen haben nicht nur auf die betroffenen Personen selbst Auswirkungen, sondern auch auf deren Umfeld. Der Verlust von Autonomie, sozialer Rückzug oder auch die Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen gelten als Alarmzeichen. In diesen Situationen spielen die Angehörigen insofern eine wichtige Rolle, als sie die Patienten zur Beratung ermutigen und die Betreuung unterstützen können.



RÉSEAU
DE L'ARC

www.reseaudelarc.net