



Was muss ich tun?

Bevor Sie mit der Rehabilitation beginnen können, brauchen Sie eine Kostenzusage Ihres Leistungsträgers (Krankenkasse, Deutsche Rentenversicherung).

Antragsformulare erhalten Sie beispielsweise bei den Reha-Ansprechstellen in Rheinland-Pfalz oder über die Internetseite der Deutschen Rentenversicherung Rheinland-Pfalz www.driv-rlp.de. Hier können Sie auch gleich den Antrag selbst online stellen. Fügen Sie bitte einen Befundbericht bei.

Ihre Ärztin, Ihr Arzt, Ihre Therapeutin oder Ihr Therapeut, die Sozialdienste der Krankenhäuser oder Ihre Selbsthilfegruppe sind Ihnen sicherlich gerne behilflich.

Wir freuen uns auf Sie!

Sie haben noch Fragen?

Gerne beantworten wir Ihre Fragen.

Mittelrhein-Klinik
Salzbornstraße 14
56154 Boppard-Bad Salzig

Telefon: 06742 608-0
E-Mail: mittelrhein-klinik@driv-rlp.de

 www.mittelrhein-klinik.de

 facebook.com/mittelrheinklinik

Über die Mittelrhein-Klinik in Bad Salzig

Wir sind eine von vier Reha-Kliniken der Deutschen Rentenversicherung Rheinland-Pfalz und haben uns auf die Psychosomatische Rehabilitation spezialisiert.

Die Mittelrhein-Klinik liegt in Bad Salzig, einem Ortsteil von Boppard, mitten im Weltkulturerbe Oberes Mittelrheintal mit vielen Sehenswürdigkeiten und großem Freizeitangebot.

Wir setzen bei der Behandlung unserer Patientinnen und Patienten auf ein ganzheitliches Therapiekonzept. Denn eine Krankheit hat nicht nur medizinische, sondern immer auch psychologische, berufliche und soziale Aspekte.

Impressum

Herausgeber:
Mittelrhein-Klinik
Eine Klinik der Deutschen Rentenversicherung
Rheinland-Pfalz
Eichendorffstraße 4 - 6, 67346 Speyer

Nr. RLP 2013
Stand: Februar 2022



**AD(H)S
im Erwachsenenalter?**

→ **Eine Reha kann Ihnen helfen**

AD(H)S im Erwachsenenalter?

AD(H)S ist eine Kinderkrankheit, die verschwindet, wenn man erwachsen wird? So ist das leider nicht. Etwa 2 Prozent aller Erwachsenen sind von AD(H)S (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung) betroffen.

Symptome für AD(H)S sind zum Beispiel: Konzentrationsschwierigkeiten, Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität, Impulsivität, Stimmungsschwankungen, geringe Stresstoleranz, emotionale Überreaktionen.

Die Folgen sind: Sie neigen zur Tagträumerei oder handeln ohne nachzudenken. Ihre Zeit können Sie schlecht einschätzen oder einteilen. Sie sind desorganisiert und chaotisch im Planen. Sie verlegen oder verlieren Dinge oder Ihnen unterlaufen immer wieder Flüchtigkeitsfehler. Mit einer Rehabilitation können wir Ihnen helfen.

Wie wir Ihnen helfen

In der Mittelrhein-Klinik bieten wir Ihnen ein spezielles Therapieprogramm für Erwachsene mit AD(H)S. Es beinhaltet auf die Patientinnen und Patienten abgestimmte psychotherapeutische, medikamentöse und ergänzende spezialtherapeutische Maßnahmen.

Die Basisgruppe

setzt auf therapeutische Inhalte, wie Problemlösetraining und Stressbewältigung.

Unsere Indikative Gruppe AD(H)S

- informiert Sie über Therapiemöglichkeiten,
- vermittelt Ihnen Wissen über AD(H)S,
- stellt vorhandene Probleme fest und sucht Lösungen,
- aktiviert Ihre persönlichen Möglichkeiten,
- aktiviert Ihr soziales Umfeld mit Angehörigen und Selbsthilfegruppen,
- sorgt für den Transfer in den Alltag und versucht, Rückfällen vorzubeugen.

Unsere medikamentöse Therapie

erfolgt meist mit methylphenidathaltigen Substanzen (Btm), teils aber auch mit Alternativen dazu.

Ergotherapie

Unser AD(H)S-Training unterstützt Sie, themenbezogen individuelle Bewältigungsstrategien und einen konstruktiven Umgang mit Ihren spezifischen Alltagsschwierigkeiten zu erarbeiten. Und Sie können sich in der Gruppe austauschen.

Unsere Sport- und Bewegungstherapie

stärkt Ihr Körpergefühl und Ihr Selbstwertgefühl mit

- Teamsport,
- Wassergymnastik,
- Bewegungstherapie oder
- therapeutischem Klettern.

Unsere Entspannungstherapie

hilft Ihnen, zu sich selbst zu finden und Ruhe und Gelassenheit zu entwickeln. Dazu bieten wir Ihnen

- Autogenes Training,
- Progressive Muskelentspannung,
- Qigong.

In Einzelgesprächen

mit der Bezugstherapeutin oder dem Bezugstherapeuten können Sie zusätzlich zur Gruppentherapie individuelle Probleme besprechen.