

## TAGESKLINIK FÜR DEPRESSIONEN UND ANGSTERKRANKUNGEN



Depressionen und Angsterkrankungen sind häufige psychische Erkrankungen. Sie haben Auswirkungen auf verschiedene Lebensbereiche und äussern sich unter anderem durch anhaltende Beschwerden, Einschränkungen der kognitiven Funktionen, Schwierigkeiten am Arbeitsplatz und in der Familie, erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Suizidgedanken. Deshalb ist es wichtig, diese Erkrankungen gezielt und mit wissenschaftlich belegten Methoden zu behandeln. Diese Behandlung kann je nach Schweregrad der Einschränkungen im ambulanten, tagesklinischen oder stationären Rahmen erfolgen.

Eine Therapie in der Tagesklinik für Depressionen und Angsterkrankungen bietet den Vorteil, dass zwischen der Behandlung und dem Alltag ein intensiver Austausch stattfindet. Da die Patientinnen und Patienten nur tagsüber in der Klinik anwesend, sonst aber in ihrem gewohnten Umfeld sind, können sie neue Ansätze und erworbene Fähigkeiten direkt anwenden. Zudem kann eine stationäre Behandlung häufig umgangen oder abgekürzt werden.

### **Zielgruppe**

Der Schwerpunkt des Behandlungsangebots der Tagesklinik für Depressionen und Angsterkrankungen liegt auf der spezialisierten Psychotherapie von affektiven Störungen (Depressionen, Angsterkrankungen), insbesondere der psychotherapeutischen Behandlung der chronischen Depression, des Burnouts, der komplizierten Trauer sowie der bipolar affektiven Störung.

### **Therapeutisches Konzept**

Die Patientinnen und Patienten durchlaufen innerhalb von drei bis maximal vier Monaten ein intensives therapeutisches Programm mit dem Fokus auf psychotherapeutische Einzelgespräche und Gruppenpsychotherapien. Es kommt entweder eine psychodynamische Kurzzeittherapie oder das «Cognitive Behavioral Analysis System for Psychotherapy» zur Anwendung.

Für die Zuteilung zur Therapie sind die konkreten Störungssymptome sowie die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten entscheidend. Zu Beginn findet eine umfassende diagnostische Abklärung statt, bei der unter anderem die psychotherapeutischen Ziele formuliert werden. Je nach Schweregrad der Depression wird die Psychotherapie mit einer individuell angepassten Medikation kombiniert.

### **Behandlungsangebot**

#### *Psychotherapie:*

- Störungsspezifische Einzelpsychotherapie
- Störungsspezifische Gruppenpsychotherapie

#### *Ergänzende spezifische Gruppentherapien:*

- Achtsamkeit
- Psychoedukation Depression
- Alltagstraining, Kochen und Freizeitgestaltung
- Ergotherapie mit alltagspraktischen, themenzentrierten und gestalterisch-ausdruckszentrierten Inhalten
- Arbeitsorientierte Ergotherapie
- Physio- und Bewegungstherapie mit den Bewegungsmodulen Interaktion und Wahrnehmung
- Musiktherapie

#### *Weiteres Angebot:*

- Soziale Beratung

500/06.2019

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich  
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie  
und Psychosomatik  
Zentrum für Depressionen, Angsterkrankungen  
und Psychotherapie  
**Tagesklinik für Depressionen und Angsterkrankungen**  
Lenggstrasse 31  
8032 Zürich  
Telefon +41 (0)58 384 28 28  
Zentrale +41 (0)58 384 21 11  
tkdap@pukzh.ch  
www.pukzh.ch/tkdap

Direktor Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie  
und Psychosomatik:  
Prof. Dr. med. Erich Seifritz

### **Behandlungsteam**

Das interprofessionelle Behandlungsteam umfasst Fachpersonen aus den Bereichen Medizin, klinische Psychologie, Pflege, Ergotherapie, Arbeitsorientierte Ergotherapie, Physio- und Bewegungstherapie, Musiktherapie und Soziale Arbeit. Diese arbeiten eng zusammen.

Die Tagesklinik ist Teil des Behandlungsangebots des Zentrums für Depressionen, Angsterkrankungen und Psychotherapie der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik und deshalb eng mit anderen stationären und ambulanten Behandlungsangeboten sowie mit Forschung und Lehre vernetzt.

### **Aufnahmekriterien**

Vor der Aufnahme in die Tagesklinik für Depressionen und Angsterkrankungen erfolgt ein Vorgespräch. In diesem wird geklärt, ob die Patientin oder der Patient für die Behandlung geeignet ist. Voraussetzung für eine Aufnahme ist in erster Linie die Motivation, eine intensive Psychotherapie an fünf Tagen pro Woche durchzuführen. Ausserdem muss die Wohnsituation stabil sein und die Patienten müssen selbstständig täglich an- und abreisen können. Patienten mit im Vordergrund stehender Suchtproblematik, akuter Psychose, akuter Selbst- oder Fremdgefährdung sowie Rollstuhlbenützer (kein Lift vorhanden) können nicht aufgenommen werden.

### **Anmeldung**

Die Anmeldung für ein Vorgespräch erfolgt telefonisch über das Sekretariat der Tagesklinik:

Telefon 058 384 28 28.

Zusätzlich wird eine schriftliche Anmeldung benötigt. Das Anmeldeformular erhalten Sie anschliessend an Ihre telefonische Anmeldung oder Sie können es direkt von der Website der PUK herunterladen (<https://www.pukzh.ch/tkdap>).