

## Voraussetzungen

- Vorliegen eines Überweisungsscheins in die Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)
- Einlesen der Gesundheitskarte am Empfang der Poliklinik
- Diagnose einer bipolaren Störung oder einer schizoaffektiven Störung

## Anmeldung

Bitte melden Sie sich telefonisch bei:



Dipl.-Psych. Petia Gewohn

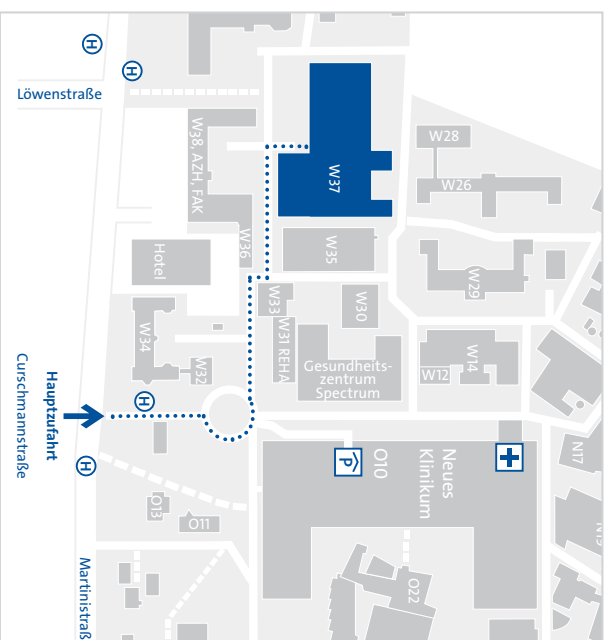
Telefon: 0152 228 27 397

E-Mail: p.gewohn@uke.de

[www.uke.de](http://www.uke.de)

## Anfahrt

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf  
Zentrum für Psychosoziale Medizin  
Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
**Haus W37, Altbau, 2. OG**  
**Gruppenraum Station PA2**



H A M B U R G

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie  
und Psychotherapie



## Patienteninformation Psychoedukation für Bipolare Störungen

Ein ambulantes Gruppenangebot der Station für  
Psychosen und bipolare Störungen



Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

## Wissen hilft...

Menschen mit bipolaren (manisch-depressiven) oder schizoaffektiven Störungen profitieren davon, sich eingehend mit allen Aspekten ihrer Erkrankung zu befassen und sich ein umfangreiches Wissen anzueignen. Dadurch können Sie

- erneute manische, depressive oder psychotische Episoden früh abfangen und damit milder verlaufen lassen,
- Klinikaufenthalte vermeiden oder deutlich verkürzen,
- auf Augenhöhe ihrem behandelnden Arzt/Therapeuten begegnen,
- selbstbestimmt und souverän mit ihrer Erkrankung umgehen.

Dieses Wissen können Sie in einer sogenannten Psychoedukationsgruppe erlangen. Psychoedukation bedeutet eine umfassende Aufklärung über alle wichtigen Aspekte der Erkrankung.

Hierzu haben wir ein ambulantes Gruppenangebot entwickelt, in dem eine erfahrene Therapeutin Ihnen alle wesentlichen und wichtigen Aspekte bipolarer und schizoaffektiver Störungen vermittelt und mit Ihnen persönlich diskutiert.



## Psychoedukation...

### Struktur:

- Fortlaufende offene Gruppe
- Einstieg jederzeit möglich
- Alle 2 Wochen montags, 17.00 bis 18.30 Uhr
- Ein Durchlauf dauert ca. 4 Monate (8 Termine)

### Inhalte:

- Was ist eine bipolare Störung?
- Symptome manischer und depressiver Phasen
- Frühwarnzeichen
- Ursachen
- Aktuelle Therapiemöglichkeiten bzgl. Psychotherapie und Medikamente
- Strategien und Selbsthilfe im Umgang mit der Erkrankung
- Besondere Fragen:
  - Kinderwunsch und Schwangerschaft
  - bipolare Störungen bei Kindern und Jugendlichen
  - Umgang mit Krisen, z.B. Suizidalität
  - Besondere Aspekte Angehöriger

## An wen richtet sich das Angebot?

### An alle Menschen, die

- depressive und manische Phasen kennen
- mehr über ihre Erkrankung erfahren wollen
- zum Experten werden wollen

Sie können das Angebot zusätzlich zu Ihrer bestehenden (psychiatrischen) Behandlung nutzen, sofern diese nicht in einer anderen Psychiatrischen Institutsambulanz stattfindet.

## Was dieses Angebot nicht bietet:

- längerfristige ambulante Behandlung

Sollten Sie einen zusätzlichen Bedarf an ambulanter Behandlung (psychiatrisch oder psychotherapeutisch) haben, kann eine Beratung stattfinden.

Für Patienten, die im Sektor des UAE wohnen, ist ggf. eine Behandlung in der Ambulanz für Psychosen und bipolare Störungen möglich.