



Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin:

Dr. med. Hans Ulrich Schmidt

Festnetz: (0 40) 74 10 - 5 29 74

Sekretariat: (0 40) 74 10 - 5 39 93

Dr. med. Katharina Steinrücke

Mobilnummer: 0 15 22 2 81 68 07

Sekretariat: (0 40) 74 10 - 5 39 93

Dipl.-Psych. Sigrid Mathiszig

Festnetz: (0 40) 74 10 - 5 29 62

Bitte bringen Sie zu Ihrem Termin einen aktuellen Überweisungsschein, Ihre Versicherungskarte sowie gegebenenfalls Unterlagen zu Ihren Vorerkrankungen mit.

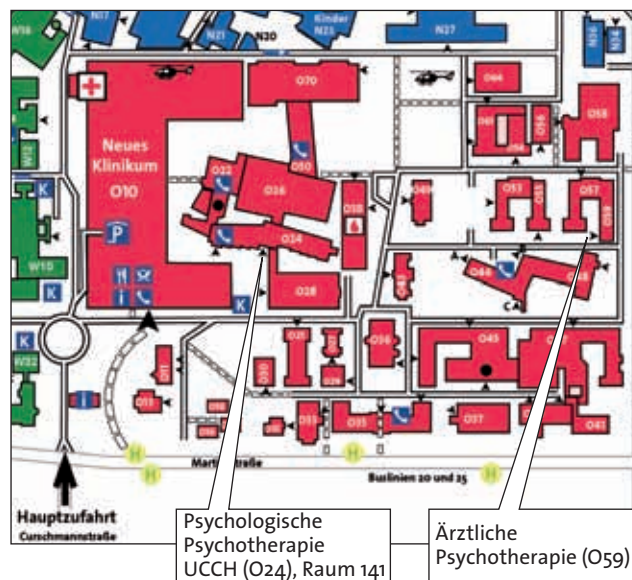
Wird in den therapeutischen Erstgesprächen die Entscheidung für eine Kurzzeittherapie (25 Therapie-stunden) oder Langzeittherapie (25 bis 80 Therapie-stunden) bei uns getroffen, wird ein Antrag auf Psychotherapie bei Ihrer Krankenkasse eingereicht. Nach der Genehmigung des Antrags durch die Krankenkasse wird die Psychotherapie in der Regel ein Mal pro Woche zu festen Zeiten für 50 Minuten durchgeführt.

Üblicherweise werden die Kosten sowohl der tiefen-psychologisch fundierten Psychotherapie als auch der Verhaltenstherapie von den Krankenkassen über-nommen.

Adresse:

Ambulanzzentrum des UKE GmbH

Martinistraße 52, 20246 Hamburg



Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Die Buslinien 20 und 25 halten direkt am Klinikum. Die U-Bahnen U1 und U3 halten an der Kellinghusenstraße, von dort können Sie einen Bus zur Klinik nehmen.

Lageplan und detaillierte Wegbeschreibung finden Sie auf der Internetseite des UKE: www.uke.de.

Lassen Sie sich Ihren individuellen Fahrplan auf den Webseiten des Hamburger Verkehrsverbundes (HVV) zusammenstellen. Dort finden Sie auch eine Übersicht aller Einstiegshilfen und Aufzüge.

Ambulanzzentrum des UKE GmbH Bereich Psychotherapie



Informationsbroschüre für
Patienten und Ärzte

Die Bezeichnung Psychotherapie kommt aus dem Griechischen (psycho = Seele, therapia = Heilen) und hat die „Heilung der Seele“ (Psyche) beziehungsweise die Behandlung von seelischen Problemen zum Ziel. Psychotherapie steht als Oberbegriff für alle Verfahren, die weitgehend ohne Einsatz von Medikamenten auf die Behandlung psychischer und psychosomatischer Krankheiten, Leidenszustände oder Verhaltensstörungen auch bei Vorliegen anderer körperlicher Erkrankungen abzielen. Psychotherapie ist die gezielte Behandlung einer psychischen Krankheit.

Wann sollten Sie zu einem Psychotherapeuten gehen?

- Sie sollten einen Psychotherapeuten aufsuchen, wenn
- Sie nicht mehr in der Lage sind, Ihre Alltagspflichten zu erfüllen.
 - Sie selbst vergeblich versucht haben, sich zu helfen.
 - Ihr Leidensdruck groß ist.
 - Sie z. B. unter Schmerzen, Schlafstörungen, Schwindel, Herzrhythmusstörungen oder anderen körperlichen Symptomen leiden und keine körperliche Ursache gefunden werden kann.
 - Sie Probleme mit Alkohol oder anderen Suchtmitteln bekämpfen.
 - Sie mehr als vier Wochen unter Ängsten oder Depressionen leiden.
 - Sie mit der Bewältigung einer körperlichen Erkrankung überlastet sind.

Psychische Störungen, für die Psychotherapie von Nutzen ist, können zum Beispiel sein:

- Psychosomatische und somatoforme Störungen, zum Beispiel chronische Schmerzen ohne körperliche Ursache
- Bewältigungsstörungen bei körperl. Erkrankungen
- Depressive Störungen
- Angststörungen
- Zwangsstörungen
- Psychische Probleme durch traumatische Erlebnisse
- Persönlichkeitsstörungen
- Anpassungsstörungen

Welche Verfahren und Therapieformen bieten wir an?

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie geht davon aus, dass die aktuellen Probleme durch einen innerpsychischen Konflikt verstärkt werden und dass dieser – meist unbewusste Konflikt – seine Wurzeln in der Kindheit hat. In der Psychotherapie werden durch Einsichten in Zusammenhänge und Ursachen der Probleme Veränderungen im Erleben und Verhalten angestrebt.

Die Verhaltenstherapie geht davon aus, dass Verhalten und Erleben durch Erfahrungen im Laufe des Lebens erlernt werden. Die Verhaltenstherapie setzt eher bei der konkreten Bewältigung aktueller Probleme an. In der Verhaltenstherapie werden neue Verhaltens- und Erlebensmuster erarbeitet.

Elemente beider Verfahren können in die Psychotherapie einfließen.

Wir sind zwei ärztliche Psychotherapeuten und eine psychologische Psychotherapeutin:

Dr. med. Hans Ulrich Schmidt

Facharzt für Psychotherapeutische Medizin
Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
Weiterbildung Psychoanalytische Gruppentherapie

Dr. med. Katharina Steinerück

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
Spezielle Schmerztherapie
Palliativmedizin
Fachärztin für Anästhesie

Dipl.-Psych. Sigrid Mathiszig

Psychologische Psychotherapeutin
Verhaltenstherapie
Weiterbildung Psychoonkologie

In vertrauensvoller Atmosphäre möchten wir gemeinsam mit Ihnen Ihr persönliches Anliegen verstehen. Meist werden ein bis sechs therapeutische Gespräche durchgeführt. Diese Gespräche dienen zur Klärung des weiteren Bedarfs an Psychotherapie. Die therapeutischen Gespräche können auch als Vermittlung und Entlastung in einer Krise genutzt werden.

Im Anschluss geben wir Ihnen eine Empfehlung für ein bestimmtes Psychotherapieverfahren. Sollten wir Sie nicht selbst behandeln, werden wir uns um eine fachgerechte Weitervermittlung bemühen.

Die Therapiegespräche finden im Rahmen von Einzel- oder Gruppengesprächen statt.