

BPtK-Checkliste für Einrichtungen der Psychiatrie und Psycho- somatik¹:

**Wie finde ich das richtige Krankenhaus
für meine psychische Erkrankung?**

¹ Diese Checkliste richtet sich an erwachsene Patienten.
Eine Checkliste für die Kinder- und Jugendpsychiatrie wird noch erarbeitet.

Vorbemerkung

Diese Checkliste soll Ihnen helfen, das richtige Krankenhaus zu finden, wenn Sie sich wegen einer psychischen Erkrankung stationär behandeln lassen wollen oder müssen. Die Checkliste kann aber auch von Angehörigen, Freunden, einweisenden Ärzten, Psychotherapeuten oder anderen Personen genutzt werden, die ein passendes Krankenhaus für einen psychisch kranken Menschen suchen.

Wann ist eine Krankenhausbehandlung ratsam?

Die Behandlung in einem Krankenhaus sollten Sie erwägen, wenn ihre Erkrankung besonders schwer ist und/oder die ambulanten Behandlungsmöglichkeiten nicht mehr ausreichen. Das ist in der Regel auch die Voraussetzung dafür, dass die Krankenkasse die Kosten für eine stationäre Behandlung übernimmt. Der Vorteil einer stationären Behandlung liegt vor allem darin, dass sie besonders intensiv durchgeführt werden kann und sich aus verschiedenen Bausteinen zusammensetzt. Patienten können in der Klinik auch häufiger Psychotherapie erhalten und Psychotherapie kann besser mit anderen Therapieangeboten, wie z. B. störungsspezifischen Gruppenangeboten, Sporttherapie oder Ergotherapie kombiniert werden.

Was ist für eine Krankenhausbehandlung notwendig?

Für die Aufnahme in ein Krankenhaus benötigen Sie eine Krankenhauseinweisung durch einen Arzt. Im akuten Notfall können Sie sich aber auch direkt an ein Krankenhaus wenden. Gerade die Krankenhäuser für Psychiatrie und Psychotherapie sind verpflichtet rund um die Uhr für „psychische Notfälle“ da zu sein.

Welche Krankenhäuser für psychisch kranke Menschen gibt es?

In Deutschland gibt es verschiedene Krankenhäuser und Kliniken zur Behandlung psychischer Erkrankungen:

- Krankenhäuser für Psychiatrie und Psychotherapie,
- Krankenhäuser für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie,
- Allgemeinkrankenhäuser mit entsprechenden Fachabteilungen.

Die Zahl der verschiedenen Krankenhäuser ist jedoch sehr unterschiedlich. Es gibt insgesamt wesentlich mehr Krankenhäuser und Fachabteilungen für Psychiatrie und Psychotherapie als für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie.

Zudem gibt es in Deutschland Psychosomatische Rehabilitationskliniken. Auch dort können sich Menschen mit psychischen Erkrankungen behandeln lassen. Hierzu muss ein Antrag auf Bewilligung einer medizinischen Rehabilitationsmaßnahme gestellt werden. Leistungen zur medizinischen Rehabilitation werden als so genannte Leistungen zur Teilhabe je nach Zuständigkeit von der gesetzlichen [Rentenversicherung](#), den gesetzlichen [Krankenkassen](#), der gesetzlichen Unfallversicherung, von der Versorgungsverwaltung, von den Trägern der öffentlichen [Jugendhilfe](#) oder von den [Sozialhilfeträgern](#) bezahlt.

Alle stationären Einrichtungen arbeiten mit Behandlungskonzepten, die sich aus verschiedenen Bausteinen, wie z. B. Psychotherapie (einzeln und in der Gruppe), Ergotherapie, Kunsttherapie, Physiotherapie, Sport-/Bewegungstherapie sowie Medikamenten, zusammensetzen können. Die Behandlungskonzepte können sich zwischen verschiedenen Krankenhäusern, aber auch zwischen verschiedenen Stationen in einem Krankenhaus unterscheiden. In vielen Krankenhäusern gibt es beispielsweise extra Psychotherapiestationen, die den Schwerpunkt auf eine psychotherapeutische Behandlung legen oder Abteilungen, die sich auf die Behandlung einer bestimmten Erkrankung spezialisiert haben.

In einem Krankenhaus arbeiten verschiedene Berufsgruppen eng in einem Team zusammen, insbesondere Ärzte, Psychologische Psychotherapeuten, Psychologen, Spezialtherapeuten (z. B. Ergotherapeuten) und das Pflegepersonal.

In Krankenhäusern für Psychiatrie und Psychotherapie werden zu großen Teilen die gleichen Krankheiten wie in Krankenhäusern für Psychosomatik behandelt. Es gibt jedoch psychische Krankheiten, die – zumindest in der akuten Phase – fast ausschließlich in der Psychiatrie behandelt werden. Hierzu zählen schizophrene und Suchterkrankungen, sowie Demenz.

Kann ich mir das Krankenhaus aussuchen?

Krankenhäuser für Psychiatrie und Psychotherapie oder entsprechende Fachabteilungen haben häufig eine regionale Versorgungsverpflichtung. Eine regionale Versorgungsverpflichtung bedeutet, dass ein Krankenhaus gesetzlich verpflichtet ist, Patienten aus einer bestimmten Region auf jeden Fall stationär aufzunehmen und zu behandeln. Auf der anderen Seite bedeutet dies aber auch, dass sich Patienten manchmal nicht aussuchen können, in welchem psychiatrischen Krankenhaus sie sich behandeln lassen wollen, sondern das Krankenhaus aufsuchen müssen, das für die Region, in der sie wohnen, zuständig ist. Die Regelungen sind von Bundesland zu Bundesland verschieden.

Wie finde ich ein Krankenhaus in meiner Nähe?

Einen guten ersten Überblick erhalten Sie, wenn Sie z. B. im Internet mit den Stichworten „Krankenhaus für Psychiatrie und Psychotherapie“ und Ihrer Postleitzahl suchen. Eine Internetsuche liefert Ihnen die Adressen von verschiedenen Kliniken, bei Google können Sie sich auch eine Karte mit den Kliniken in Ihrer Nähe anzeigen lassen. Außerdem helfen Seiten wie die „Weisse Liste“ (www.weisse-liste.de) bei der Suche nach einem Krankenhaus. Die dort enthaltenen Informationen können als ein erster Anhaltspunkt dienen, genaue Informationen zum Behandlungskonzept einer Klinik sind jedoch nicht aufgeführt.

Welche Fragen kann ich an das Krankenhaus stellen?

Bevor Sie sich entscheiden, in welchem Krankenhaus Sie sich behandeln lassen wollen, sollten Sie sich über dessen Behandlungskonzept informieren. Die Internetseiten der Kliniken reichen dafür meist nicht aus. Sie sollten deshalb nach dem Ansprechpartner für Patienten fragen. Hat das Krankenhaus keinen solchen Ansprechpartner, können Sie sich auch beim leitenden Arzt oder Psychotherapeuten (häufig auch als „leitender Psychologe“ bezeichnet) erkundigen. Sie können auch versuchen, mit der zuständigen Person ein Vorgespräch zu vereinbaren. Weitere Ansprechpartner, um Informationen über ein Krankenhaus zu erhalten, können auch Ihr Hausarzt bzw. Ihr (behandelnder) Psychotherapeut oder Facharzt sein.

Kann ich das Krankenhaus wechseln?

Grundsätzlich kann jeder Patient das Krankenhaus wechseln. Wenn Sie mit einer Behandlung unzufrieden sind oder nach einer gewissen Zeit das Gefühl haben, dass die Behandlung bei Ihnen nicht wirkt, sollten Sie darüber zunächst mit Ihrem behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten sprechen. Sprechen Sie Ihre Fragen und Zweifel direkt an und suchen Sie auch in dieser Situation eine gemeinsame Entscheidung über die weitere Behandlung. Wenn Sie bei diesem Gespräch nicht allein sein wollen, können Sie einen Freund, Partner oder Angehörige bitten, Sie zu begleiten. Sie haben das Recht dazu, jemanden mitzunehmen.

Für eine psychotherapeutische Behandlung ist es wichtig, dass Sie Vertrauen in Ihren behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten haben. Sie sollten den Eindruck haben, dass Sie und der Arzt oder Psychotherapeut zueinander passen. Bei einer ambulanten Behandlung wird einem Patienten deshalb ausdrücklich geraten, darauf zu achten, ob er sich vorstellen kann, offen und vertrauensvoll mit dem Psychotherapeuten auch über solche Themen zu sprechen, die ihm vielleicht peinlich oder schmerzlich sind oder Ängste bereiten. In einer Klinik können Sie sich Ihren Psychotherapeuten oder behandelnden Arzt nicht aussuchen. Dort bekommen Sie Ihren Arzt oder Psychotherapeuten i. d. R. zugewiesen. Aber auch in einer Klinik sollten Sie es ansprechen, wenn Sie sich bei Ihrem behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten nicht gut aufgehoben fühlen. Gemeinsam können Sie dann versuchen, Mittel und Wege für eine Lösung zu finden.

Werden Angehörige einbezogen?

Bei bestimmten Erkrankungen, z. B. bei Schizophrenie oder Demenz, kann es sinnvoll sein, die Angehörigen des Patienten in die Behandlung einzubeziehen. Angehörige können an den Informationsgesprächen mit dem Arzt oder Psychotherapeuten beteiligt werden, immer vorausgesetzt, Sie sind damit einverstanden. Ihnen können manchmal auch spezielle Angehörigengruppen angeboten werden, in denen sich Ehepartner, Eltern oder Kinder des Patienten austauschen oder z. B. lernen können, was sie tun können, wenn sich eine Krankheit krisenhaft zuspitzt.

Patientenfragen für das erste Gespräch

Die folgenden Fragen können Ihnen dabei helfen, das richtige Krankenhaus für Ihre psychische Erkrankung zu finden:

- **Wie sieht ein typischer Behandlungsplan für meine Erkrankung aus?**

Der Wochenplan ist ein Beispiel dafür, wie psychotherapeutisch ausgerichtete Behandlungskonzepte i. d. R. umgesetzt werden. Wenn Patienten mit einem umfangreichen Wochenplan noch überfordert sind, können sie speziell an ihre Bedürfnisse angepasste Behandlungspläne erhalten, z. B. häufigere kürzere Gespräche oder eine langsame Steigerung des Umfangs der Therapiestunden.

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde
9:15 - 10:45	Visite	Gruppenpsychotherapie	Oberarzt-/ Chefarztvisite	Gruppenpsychotherapie	Visite
11:00 - 12:00	Sozialberatung	Ergotherapie		Sporttherapie	
12:00 - 13:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
13:30 - 15:00	Einzelpsychotherapie (50 min.)	Freizeitaktivität in der Gruppe	Störungsspezifische Gruppentherapie	Einzelpsychotherapie (25 min.)	Ergotherapie
15:30 - 16:30	Sporttherapie		Entspannungstraining	Sporttherapie	Entspannungstraining
ab 17:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen

- **Gibt es eine spezielle Abteilung oder ein spezielles Behandlungskonzept für meine Erkrankung?**

Für viele psychische Erkrankungen gibt es spezielle Behandlungskonzepte oder wissenschaftlich überprüfte Behandlungsleitlinien, auf die sich alle beteiligten Fachleute geeinigt haben. Bei Depressionen ist es deshalb wichtig, dass sich die Behandlung an der „Nationalen Versorgungsleitlinie Unipolare Depression“ orientiert. Diese empfiehlt z. B. bei schweren Depressionen eine Kombinationsbehandlung aus Psychotherapie und Medikamenten. Eine Behandlung nur mit Psychotherapie oder nur mit Medikamenten ist weniger wirksam und entspricht nicht diesen Leitlinien. Auch für andere psychische Erkrankungen gibt es solche Behandlungsleitlinien (siehe auch www.leitlinien.net).

Häufig werden störungsspezifische Behandlungen in darauf spezialisierten Abteilungen oder auf bestimmten Stationen angeboten.

- **Entscheide ich gemeinsam mit dem behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten über meine Behandlung?**

Wesentlich ist, dass Sie beim ersten Kennenlernen und beim Gespräch über eine mögliche stationäre Versorgung als gleichberechtigter Partner behandelt werden. Es ist wichtig, dass der behandelnde Arzt oder Psychotherapeut mit Ihnen gemeinsam die Behandlungsziele festlegt und Behandlungsalternativen bespricht. Manchmal kann es auch hilfreich sein, einen Angehörigen zu diesen ersten Informationsgesprächen hinzuzuziehen, wenn Sie sich dadurch sicherer und wohler fühlen. Mit einem Lebenspartner oder Freund können Sie sich nach dem Gespräch auch besser darüber austauschen, ob die angebotene Behandlung für Sie die richtige ist. Zu einem professionellen Vorgehen gehört es auch, dass Ihr Arzt oder Psychotherapeut darauf achtet, ob Sie die Informationen richtig verstanden haben. Er fragt ausdrücklich nach, welche Ängste und Erwartungen Sie in Bezug auf die Behandlung haben. Nicht immer muss sofort entschieden werden. Der behandelnde Arzt oder Psychotherapeut kann Ihnen auch raten, über die Behandlungsalternativen erst einmal nachzudenken und diese auch mit anderen Personen, z. B. einem Angehörigen, zu besprechen.

Ein Arzt oder Psychotherapeut, der eine gemeinsame Entscheidung sucht,

- schafft eine vertrauensvolle Atmosphäre,
- erklärt Ihnen das Behandlungskonzept mit Worten, die Sie verstehen,
- bespricht mit Ihnen Behandlungsalternativen und -risiken,
- klärt, welche Wünsche und Erwartungen Sie an die Behandlung haben,
- vergleicht Ihre Vorstellungen mit dem Behandlungskonzept des Krankenhauses und bespricht die Unterschiede mit Ihnen,
- ist bestrebt, Entscheidungen mit Ihnen gemeinsam zu treffen.

Eine gemeinsame Entscheidung ist dann eine beiderseitige verbindliche Orientierung für den Behandlungsverlauf.

- **Welche Behandlungsalternativen habe ich?**

Die Behandlungskonzepte zwischen verschiedenen Kliniken unterscheiden sich durchaus. Meist sind verschiedene Behandlungsalternativen möglich. Sie sollten ausführlich und verständlich über diese Alternativen und ihre Risiken aufgeklärt werden. Sie können deshalb fragen:

- **Kann ich mitentscheiden, mit welchen Medikamenten und in welcher Dosierung ich behandelt werde?**

Die Wirksamkeit von Medikamenten ist für bestimmte Krankheiten, wie zum Beispiel Schizophrenie gut belegt. Psychotherapie ist bei nahezu allen psychischen Erkrankungen ein wirksames Behandlungsmittel, und kann deshalb immer mit einer medikamentösen Behandlung kombiniert werden. Art und Umfang, wie Psychotherapie und Medikamente miteinander kombiniert werden, können sich jedoch zwischen verschiedenen Krankenhäusern und Stationen sehr unterscheiden. Die Wünsche des Patienten sollten dabei berücksichtigt werden.

- **Kann ich mitentscheiden, wie oft ich Psychotherapie bekomme?**

Die Behandlung in einem Krankenhaus bietet u. a. die Möglichkeit für intensive Psychotherapie. In einem Krankenhaus sollten Sie deshalb normalerweise mehr als eine Stunde Psychotherapie je Woche erhalten. Sie sollten mindestens eine Stunde Einzel- und zwei Stunden Gruppenpsychotherapie je Woche angeboten bekommen. In manchen Kliniken gibt es Intensivtherapien, bei denen noch deutlich mehr Stunden Psychotherapie angeboten werden. Die behandelnden Therapeuten sollten:

- eine Ausbildung zum „Psychologischen Psychotherapeuten“ oder
- eine Weiterbildung zum Facharzt für „Psychiatrie und Psychotherapie“ oder
- „eine Weiterbildung zum Facharzt für „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“

abgeschlossen haben bzw. sich in fortgeschrittener Aus- oder Weiterbildung befinden.

- **Welche anderen Therapien bekomme ich angeboten?**

Zu einem modernen Behandlungskonzept gehört, dass auch weitere Therapien angeboten werden, z. B. Sporttherapie und Ergotherapie.

- **Wie hilft mir das Krankenhaus nach der Entlassung?**

Damit die therapeutischen Erfolge erhalten bleiben und Rückfälle vermieden werden, kann es wichtig sein, dass Sie auch nach der Entlassung aus dem Krankenhaus weiter unterstützt werden. Eine solche Unterstützung kann z. B. eine Tagesklinik sein, in der Sie tagsüber behandelt werden, aber bereits zu Hause übernachten. Es kann auch sein, dass sich an die Behandlung in der Klinik eine ambulante Therapie bei einem niedergelassenen Psychotherapeuten oder Facharzt anschließt. Manche Kliniken helfen Ihnen dabei, einen Therapeuten zu finden. Oftmals ist es auch hilfreich, wenn Sie bei dieser Rückkehr in den Alltag durch Ihre Familie oder Freunde unterstützt werden. Die Unterstützung durch die Familie ist jedoch nicht immer hilfreich. Wichtig ist, dass Sie sich dadurch aufgehobener fühlen. Ob Sie durch Angehörige unterstützt werden möchten, sollte mit Ihnen abgesprochen werden.

Besondere Fragen zu Behandlungsvereinbarungen und Zwangsmaßnahmen

Manchmal sind psychische Erkrankungen so schwerwiegend, dass Patienten ihre Gesundheit und ihr Leben oder die Gesundheit und das Leben von Anderen ernsthaft gefährden könnten. Dann stellen sich besondere Fragen:

- **Kann ich eine Behandlungsvereinbarung abschließen?**

Eine Behandlungsvereinbarung ist vor allem für Patienten sinnvoll, deren Erkrankung chronisch oder wiederkehrend ist und die deshalb vielleicht schon häufiger stationär behandelt werden mussten. Die Behandlungsvereinbarung ist ein Formular, in dem ein Patient und ein Krankenhaus absprechen, was geschehen soll, wenn der Patient erneut stationär behandelt werden muss. Sie ist vor allem dann wichtig, wenn der Patient selber nicht mehr in der Lage ist, für sich zu entscheiden und es zu einer Krankenhauseinweisung gegen seinen Willen kommt. Dies darf nur dann der Fall sein, wenn er aufgrund einer psychischen Erkrankung das Leben oder die Gesundheit von sich oder anderen gefährdet und ihm nicht mehr anders geholfen werden kann. In der Regel wird der Patient dann in ein Krankenhaus für Psychiatrie und Psychotherapie eingewiesen.

In einer Behandlungsvereinbarung wird abgesprochen:

- Wer ist bei einer Klinikaufnahme zu benachrichtigen?
- Welche Behandlungsart wird bevorzugt?
- Welche Medikamente werden abgelehnt oder bevorzugt?
- Wie soll vorgegangen werden, wenn im Lauf der Behandlung psychiatrische Zwangsmaßnahmen notwendig erscheinen?

Das Krankenhaus verpflichtet sich mit einer Behandlungsvereinbarung, für die Einhaltung der getroffenen Absprachen Sorge zu tragen. Eine Behandlungsvereinbarung wird in der Regel vor einer Krankenhausaufnahme schriftlich verfasst.

Eine andere Möglichkeit ist eine Patientenverfügung, in der Sie schriftlich festhalten, was bei Ihrer Behandlung im Fall einer Zwangseinweisung beachtet werden soll. Dieses Dokument können sie dann bei einem Klinikeintritt der zuständigen Ärztin oder dem Arzt aushändigen. Ihre Anliegen müssen dadurch grundsätzlich beachtet werden.

- **Wie muss die Klinik bei Zwangsmaßnahmen zu beachten?**

Zwangsmaßnahmen, z. B. eine Fixierung, sind erlaubt, wenn bei schweren Erregungszuständen eine akute Gefahr für den Patienten oder andere Personen nicht anders abgewendet werden kann. Dabei sollte das Krankenhaus bestimmte Standards einhalten:

- Alle anderen Möglichkeiten zur Deeskalation sollten im Vorfeld ausgeschöpft worden sein.
- Der Patient sollte engmaschig überwacht werden, z. B. durch eine Sitzwache oder eine vergleichbare Betreuung wie ein Überwachungszimmer.
- In regelmäßigen Zeitabständen sollte überprüft werden, ob die Fixierung noch notwendig ist.
- Nachdem die schweren Erregungszustände abgeklungen sind, sollte mit dem Patienten besprochen werden, was passiert ist.

Checkliste – Fragen an das Krankenhaus

- Wie sieht ein typischer Behandlungsplan für meine Erkrankung aus?
- Gibt es eine spezielle Abteilung oder ein spezielles Behandlungskonzept für meine Erkrankung?
- Welche Behandlungsalternativen habe ich?
- Welchen Stellenwert hat Psychotherapie im Behandlungsplan? Wie viele Stunden Psychotherapie werden im Durchschnitt in der Woche angeboten?
- Kann ich mitentscheiden, mit welchen Medikamenten ich behandelt werde?
- Welche anderen Therapien bekomme ich angeboten?
- Werden Angehörige auf Wunsch mit in die Behandlung einbezogen?
- Wie hilft mir das Krankenhaus nach der Entlassung?

Besondere Fragen zu Behandlungsvereinbarungen und Zwangsmaßnahmen

Diese Fragen sind nur relevant, wenn eine Erkrankung so schwerwiegend ist, dass das eigene Leben oder die Gesundheit und das Leben von Anderen ernsthaft gefährdet sein könnten.

- Kann ich mit dem Krankenhaus eine Behandlungsvereinbarung abschließen?
- Wie geht das Krankenhaus mit Zwangsmaßnahmen, wie z. B. Fixierungen um?