

# VERHALTENSMEDIZINISCH ORIENTIERTE REHABILITATION (VMOR)

Rehabilitanden mit internistisch-orthopädischen Erkrankungen leiden oft auch unter psychischen Belastungen.

Die Rehaklinik Überrauch im Allgäu, eine Klinik der RehaZentren Baden-Württemberg gGmbH, behandelt Betroffene mit der sogenannten „Verhaltensmedizinisch Orientierten Rehabilitation“.

Verhaltensmedizinisch Orientierte Rehabilitation (VMOR) ist gezielt für Patienten, die zusätzlich zu ihrer orthopädischen oder internistischen Grunderkrankung eine psychische Belastung erleben. Chronisch-körperliche Erkrankungen gehen oft mit psychosozialen Belastungen einher, wobei familiäre, soziale, emotionale, finanzielle, berufliche und existenzielle Probleme

im Verlauf der Erkrankung in den Vordergrund rücken können. Für eine erfolgreiche somatische Rehabilitation bedeutet dies, psychische Komorbiditäten rechtzeitig zu erkennen und angemessen zu intervenieren.

Im Gegensatz zur klassischen psychosomatischen Rehabilitation steht im VMOR-Konzept eine primäre Organerkrankung im Vordergrund. Die psychische Störung oder die psychische manifeste Erkrankung ist dabei nicht die Hauptdiagnose.

Im Rahmen der VMOR behandelt die Rehaklinik Überrauch drei Grundindikationen:

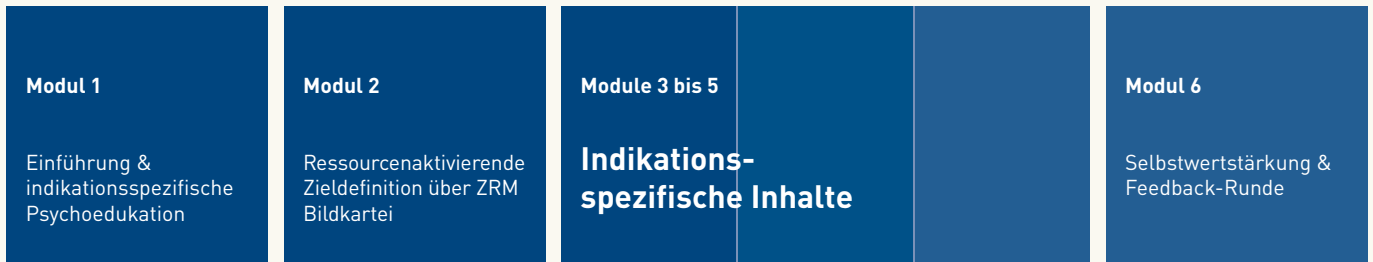
- chronisch orthopädische Schmerzerkrankungen mit depressiver Symptomatik
- kardiologische und pulmonologische Erkrankungen mit angst- oder stressbedingter Symptomatik
- Adipositas /metabolische Erkrankung mit essgestörter Symptomatik und/oder Selbstwertproblematik

Die Behandlung erfolgt in geschlossenen Gruppen von bis zu 13 Patienten über die gesamte Behandlungsdauer.



## Übersicht der psychologischen Module im Rahmen des VMOR-Konzepts:

Bereits begleitend zu den Modulen findet durch Arbeitsblätter und Übungen die Rückfallprophylaxe statt.



## RÜCKFALLPROPHYLAXE

### Ärztlich/therapeutische Behandlung im Rahmen des VMOR-Konzepts

Das medizinische Kernangebot des VMOR-Konzepts ist die ärztliche Therapie der somatischen Grunderkrankung und deren Folgen.

Das bewegungstherapeutische und sportliche Angebot beinhaltet die Behandlung von Funktionsstörungen sowie die Verbesserung der Selbstwahrnehmung. In der Ergotherapie können Erfahrungen im Umgang mit der eigenen Kreativität gemacht sowie ein nonverbaler Umgang mit Konflikten gefunden werden. Ergänzt wird dies durch Schulungen zu den Themen „Kommunikation“, „Gesund trotz Stress“ und „Chronischer Schmerz“ sowie vertiefende Seminare zum Einüben von Bewältigungsstrategien. Im Rahmen des Entspannungstrainings wird die psychovegetative Entspannung gefördert.

### Psychologische Behandlung im Rahmen des VMOR-Konzepts

Die psychologische Kernbehandlung bildet die wöchentlich zweimal durchgeführte psychologische Gruppe. Diese dient u. a. dem gegenseitigen sozialen Lernen, dem Erfahrungsaustausch und der Reflexion eigener Verhaltensmuster. Die modularen Inhalte (siehe Abbildung) der gruppenpsychotherapeutischen Interventionen richten sich nach den drei oben beschriebenen Grundindikationen.

Im ersten Modul werden die Zusammenhänge von Körper und Psyche erarbeitet und über ein interaktives Vorgehen ein multifaktorielles Erklärungsmodell hergeleitet. Das zweite Modul beinhaltet eine Zieldefinition der einzelnen Gruppenmitglieder und einen ressourcenaktivierenden Ansatz unter Zuhilfenahme der Bildkartei des Züricher Ressourcenmodells. Die folgenden Module 3 bis 5 widmen sich indikationsspezifischen Inhalten. Im Abschlussmodul findet immer eine Feedback-Runde zur Selbstwertstärkung statt. Da in den einzelnen Modulen bereits Arbeitsblätter ausgefüllt und Übungen dokumentiert werden, findet die Rückfallprophylaxe begleitend über alle Module hinweg statt. Bei den indikationsspezifischen Modulen der Indikation

Adipositas / metabolische Erkrankung und essgestörte Symptomatik und/oder Selbstwertproblematik geht es zum Beispiel um die Erarbeitung alternativer funktionaler Verhaltensweisen, Förderung von Aktivität und Bewegung, um Funktionalität von „Essen“, Verbesserung der Impuls- und Emotionsregulation, Förderung positiver Körpererfahrung und Verbesserung des Selbstwerts.

Die testdiagnostische Auswertung ergab signifikante Verbesserungen ( $p < 0.0001$ ) der depressiven Symptomatik, die bei Aufnahme und Entlassung über das Beck-Depressions-Inventar-II abgefragt wurde. Auch die Angstsymptomatik, abgefragt über das Beck-Angst-Inventar, verbesserte sich signifikant ( $p < 0.0001$ ).

Für eine erfolgreiche Rehabilitation und nachhaltige Wiedereingliederung ins Berufsleben sowie in die Gesellschaft muss die Psyche bei der Therapie angemessen mitberücksichtigt werden. Und genau da setzt das VMOR-Konzept der Rehaklinik Überruh an.

### Zugangswege zur VMOR-Reha

Die Antragstellung für eine spezifische VMOR-Reha erfolgt analog dem Antrag einer reinen somatischen Rehabehandlung an den jeweiligen Kostenträger.

#### Ansprechpartner

Dr. med. Thomas Bösch  
Facharzt für Innere Medizin, Sozialmedizin,  
Kardiologie und Notfallmedizin

Rehaklinik Überruh  
Überruh 1, Bolsternang  
88316 Isny im Allgäu

#### Sekretariat

**E-Mail** [m.guenzler@rehaklinik-ueberruh.de](mailto:m.guenzler@rehaklinik-ueberruh.de)