



**Behandlung von  
Post-/Long-COVID und  
Long-Lockdown-Effekten  
in der Oberberg Tagesklinik  
München Bogenhausen**

Herzlich willkommen!

## Unsere Oberberg Tagesklinik München Bogenhausen

Unsere Tagesklinik bietet Ihnen in zentraler Lage und gehobenem Ambiente einen Ort der Ruhe und Achtsamkeit. Wir stehen für eine hochwertige und individuelle Behandlung, die perfekt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten ist.

Mit einem umfassenden Hygienekonzept treffen wir gezielt Maßnahmen zum Schutz unserer PatientInnen und MitarbeiterInnen. Dabei versuchen wir, durch evidenzbasierte Strategien möglichst optimal folgende Ziele miteinander in Einklang zu bringen: Größtmöglicher Schutz vor Ansteckung, Aufrechterhaltung bestmöglicher Therapiebedingungen sowie Erhalt von menschlicher Verbundenheit und Nähe.



## Wir sind für Sie da!

Die COVID-19-Pandemie hat weitreichende Auswirkungen auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und den Lebensalltag – nicht nur bei Menschen mit COVID-19-Erkrankung. Finanzielle Sorgen, reduzierte Kontakte, Quarantäne oder hohe Belastungen im familiären Umfeld bringen viele Menschen an ihre Grenzen. So kann es zu einer Entstehung oder Verstärkung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen („Long-Lockdown-Effekt“) kommen.

Darüber hinaus berichten viele Betroffene trotz einer überstandenen COVID-19-Erkrankung auch Monate später noch von Symptomen wie schneller Erschöpfbarkeit, Abgeschlagenheit und eingeschränkter körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit („Post-/Long-COVID“).

Als Fachklinik im Bereich Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie bietet die Oberberg Tagesklinik München Bogenhausen ein **vielfältiges psychosomatisches Behandlungsprogramm** für Menschen an, die infolge der pandemiebedingten Maßnahmen und Einschränkungen psychische oder psychosomatische Beschwerden entwickelt haben. Das Angebot richtet sich auch an Menschen, die nach überstandener COVID-19-Infektion unter anhaltenden Folgesymptomen leiden.

Auf Basis einer ausführlichen Diagnostik bieten wir ein umfassendes, spezialisiertes Therapieprogramm an und unterstützen Sie so auf Ihrem individuellen Weg durch die Pandemie.

Wir freuen uns auf Ihre persönliche Kontaktaufnahme.

Herzliche Grüße



**Dr. med. Martin L. Rein**

Chefarzt

*Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie*

*Facharzt für Neurologie*

*Supervisor für kognitive Verhaltenstherapie*

Ihr Weg zu uns

## Finden Sie die passende Hilfe

Wir behandeln psychische und psychosomatische Erkrankungen im Rahmen von Post-/Long-COVID und Long-Lockdown auf verschiedenen Wegen.

**An unserer Oberberg Tagesklinik München bieten wir:**

### 1. Ambulante Spezialsprechstunde

- Individuelle Beratung, Diagnostik und Behandlung von Long-Lockdown-Effekten sowie dem Post-/Long-COVID-Syndrom
- Bei Bedarf telemedizinisch (Video), standortunabhängig

### 2. Tagesklinische Versorgung

- Interdisziplinäres, multimodales psychosomatisches Behandlungsprogramm inkl. Basisdiagnostik, Therapie und Nachsorge
- Unterstützende Mitbehandlung durch ein multidisziplinäres Netzwerk in den Bereichen Neuropsychologie, Neurologie, Schmerzmedizin, Innere Medizin, Allgemeinmedizin und Physiotherapie

**An unseren anderen Oberberg Kliniken bieten wir:**

Weitere Angebote **für Erwachsene unserer anderen Oberberg Kliniken** sowie spezielle Behandlungsangebote unserer Fachkliniken für **Kinder und Jugendliche**, die unter Post-/Long-COVID-Syndromen und Long-Lockdown-Effekten leiden, finden Sie unter [www.oberbergkliniken.de/krankheitsbilder/post-covid](http://www.oberbergkliniken.de/krankheitsbilder/post-covid)

Diagnostik

## Symptome richtig einschätzen, Schweregrad bestimmen

Erschöpfbarkeit, Abgeschlagenheit oder eingeschränkte Leistungsfähigkeit bei geringer Belastung sind nur einige Symptome, die als Folge einer COVID-19-Erkrankung auch noch Monate nach der akuten Erkrankungsphase auftreten können.

Eine qualifizierte und ganzheitliche Diagnostik ist die Grundlage für eine individuelle und wirksame Behandlungsplanung. Neben einer spezialisierten körperlichen und psychosomatischen Diagnostik berücksichtigen wir auch andere relevante Erkrankungen, wie beispielsweise das Chronische Erschöpfungssyndrom (CFS) oder das Fibromyalgiesyndrom (FMS).

### Mögliche Symptome von Post-/Long-COVID und Long-Lockdown-Effekte

- Eingeschränkte körperliche oder geistige Leistungsfähigkeit mit Erschöpfbarkeit und Müdigkeit
- Schlafstörungen
- Körperliche Stresssymptome, wie Kopfschmerzen oder Schmerzleiden und andere Beschwerden, wie Verdauungsstörungen oder Herz-Kreislauf-Probleme
- Konflikte in der Partnerschaft
- Komplikationen durch aufgeschobene/ nicht stattgefundenene Behandlung psychischer Vorerkrankungen

### Häufige psychische Belastungsfolgen von Post-/Long-COVID und Long-Lockdown-Effekten sind

- Angststörungen
- Depressionen
- Zwangs- und Traumafolgestörungen
- Abhängigkeitserkrankungen

## Unsere Therapiemethoden

# Post-/Long-COVID und Long-Lockdown-Effekte individuell behandeln

Auf Basis unserer langjährigen Erfahrung in der Behandlung von PatientInnen mit psychosomatischen oder psychischen Beschwerden, haben wir für das Post-/Long-COVID-Syndrom und Long-Lockdown-Effekte einen ganzheitlichen und spezialisierten Therapieansatz entwickelt. Dieser basiert auf aktuellen medizinischen Leitlinien sowie den neusten Therapieempfehlungen zu Erschöpfungs- und Schmerzsyndromen sowie weiteren relevanten psychischen Störungen. Besonders wichtig ist dabei die individuelle Anpassung des Behandlungsprogramms, um unseren PatientInnen optimal zu helfen.

## Therapieansatz

- Psychosomatische Behandlung (Stressreduktion, Achtsamkeit, kognitiv-verhaltenstherapeutisch basierte Therapien)
- Schlafregulierung
- Entspannungsverfahren, angemessene Übungs- und Sportprogramme sowie Kreativtherapien
- Ggf. Einsatz von Psychopharmaka
- Internistische Behandlung von organischen Grund- und Folgeerkrankungen
- Atem- und Physiotherapie sowie Schmerzmanagement (bei Bedarf)
- Ernährungsberatung/-therapie

**In unserer Klinik arbeiten wir** in einem regionalen Netzwerk aus FachärztInnen für Infektiologie, Schmerzmedizin, Pneumologie, Innerer Medizin, Rheumatologie und Schlafmedizin zusammen. Darüber hinaus stehen wir in engem Austausch mit den führenden ExpertInnen auf dem Gebiet des ME/CFS.

## Ihr Behandlungsteam

# Fachlich hochqualifiziert, menschlich vertrauensvoll

Der wichtigste Schlüssel zum Erfolg in der klinischen Psychotherapie ist ein gut eingespieltes, professionelles Team. Unsere ÄrztInnen, TherapeutInnen sowie das Patientenmanagement verfügen über eine fundierte fachliche Expertise – und agieren stets engagiert, herzlich und einfühlsam.

In den Räumen der Oberberg Tagesklinik München Bogenhausen behandeln wir intensiv und im Einklang mit dem Oberberg-Therapiemodell bis zu 28 PatientInnen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen.

---

## Unsere Klinikleitung



**Dr. med. Martin L. Rein**  
Chefarzt



**Philipp Hämmerle**  
Kaufmännischer Direktor

---

## Unser ärztliches und therapeutisches Team besteht aus:

- FachärztInnen für Psychiatrie und Psychotherapie
- Psychologischen PsychotherapeutInnen
- sowie einem Team aus FachtherapeutInnen (Sport- und Bewegungstherapie, Körpertherapie, Gestalttherapie und Kreativtherapie)

Haben Sie Fragen?

## Wir sind gerne für Sie da und freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre E-Mail

In den Oberberg Kliniken behandeln wir Privatversicherte, Beihilferechtigte, SelbstzahlerInnen und unter bestimmten Voraussetzungen auch gesetzlich Versicherte. Bei Interesse beraten wir Sie gern telefonisch über die Aufnahme modalitäten, Therapiekonzepte, Behandlungsschwerpunkte sowie die Räumlichkeiten unserer Klinik.

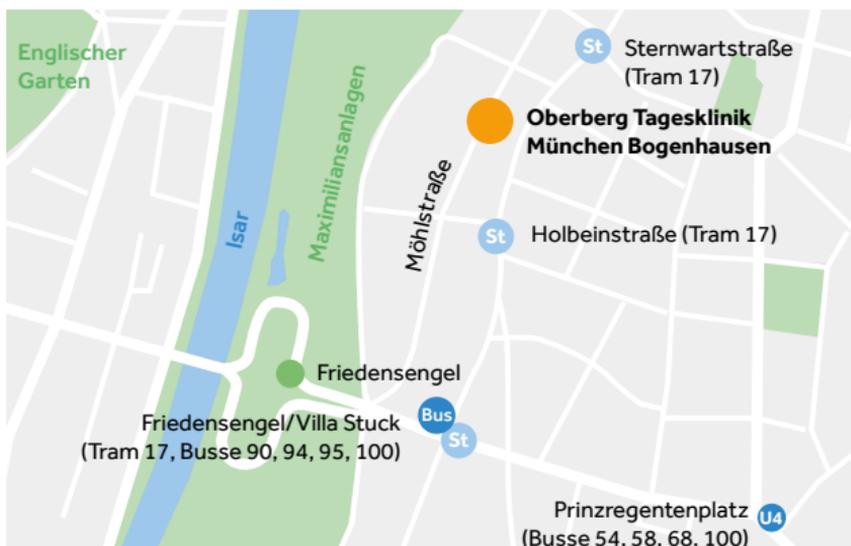
---

### Oberberg Tagesklinik München Bogenhausen

Möhlstraße 28  
81675 München

Telefon +49 89 443 543 742

tagesklinik.muenchen@oberbergkliniken.de  
[www.oberbergkliniken.de/tagesklinik-muenchen-bogenhausen](http://www.oberbergkliniken.de/tagesklinik-muenchen-bogenhausen)



### Interessieren Sie sich für eine andere Oberberg Klinik?

Informieren Sie sich einfach auf unserer Webseite:  
[www.oberbergkliniken.de/fachkliniken](http://www.oberbergkliniken.de/fachkliniken)

