

Informationsblatt zur Kurklinik Miramar

Informationsblatt zur Kurklinik Miramar	Seite 1
Die physikalische Therapie	Seite 2 - 3
Der ärztliche Dienst	Seite 4
Diagnosenschwerpunkte Mütter Diagnosenschwerpunkte Kinder Gesundheitserziehung	
Heilanzeigen	Seite 5
Der Psychosoziale Dienst	Seite 6 - 7
Angebote für die Mütter/Väter Angebote für die Kinder	
Psychologisches Programm zur Gewichtsreduktion bei Adipositas	Seite 8 - 9
1. Diagnostik 2. Ziel- und Motivationsanalyse 3. Verhaltensbeobachtung 4. Situations- und Verhaltenskontrolle 5. Selbstverstärkung	
Diät- und Ernährungstherapeutisches Konzept	Seite 10
Kinderbetreuung	Seite 11
Kurschule	
Rechtliche Grundlagen und Voraussetzungen zur Mutter-Kind-Kur	Seite 12
Was ist eine Mutter-Kind-Kur? Für wen ist eine Mutter-Kind-Kur geeignet?	
Wer zahlt die Kur ?	Seite 13
Kurtermine der Kurklinik Miramar 2009	Seite 14
Kontakte	Seite 14

Die physikalische Therapie

Im ca. 100 m entfernten Kurmittelhaus werden unter der Leitung von Herrn Kraus alle Formen der balneologischen und physikalischen Therapie verabreicht. Die Voraussetzungen sind für Mutter und Kind optimal. Das Haus ist mit dem **Gütesiegel - Kuren mit Heilmitteln aus Schleswig-Holstein** - ausgezeichnet und verfügt über Meerwasseranschluss.

Übungsbehandlung

- Bewegungsübungen im Bewegungsbad (Gruppen / Einzel)
- Heilgymnastik
- Orthopädisches Turnen
- Haltungsturnen
- Sonderturnen mit Kindern
- Atemübungen
- Rückenschule
- Wirbelsäulengymnastik

Massagen

- Klassische Massage
- Bindegewebsmassage
- Unterwasserdruckmassage
- Lymphdrainage
- Migränemassage
- Reflexzonenmassage
- Bürstenmassage

Packungen

- Naturmoor
- Fango
- Heusackauflagen
- Kaltpackungen mit Lehm und Moor
- Eispackung

Elektrotherapie

- Galvanisation
- Interferenzstrom
- Reizstrom
- Iontophorese
- Hydrotherapie

Stangerbäder

Naturmoorbäder

Kneippanwendungen

Meerwasserwannenbäder

Inhalation

Einzelinhalation mit Pari-Boy

Bestrahlungen

Spezielle Bestrahlungen gegen Hauterkrankungen
Heißluft

Krankengymnastik

Speziell zur Behebung von Schäden an Sehnen, Muskeln, Gelenken, Nerven und Bindegewebe
Allgemeine Lockerung und Kräftigung des gesamten Halte- und Bewegungssystems

Alle Gruppentherapien, wie z.B. Bewegungsbäder oder Rückenschule finden im Bewegungsbad und der Gymnastikhalle der Kurklinik statt. Das Miramar verfügt weiterhin über Sauna, Dampfbad und einen Fitnessraum.

Der ärztliche Dienst

Die medizinische Verantwortung obliegt Frau Brigitte Dreyer, MPH. Sie wird von Herrn Clauspeter Fischer sowie dem am Ort ansässigen Kurarzt Dr. Wolfgang Weber unterstützt. In der Nacht stehen zusätzlich examinierte Krankenschwestern für Notfälle bereit.

Jeder Patient erhält nach einem Aufnahmegespräch und einer körperlichen Untersuchung einen individuellen Behandlungsplan unter Berücksichtigung der familiären Gesamtsituation (Alter, Anzahl der Kinder, wie viel Fremdbetreuung wird toleriert, u.s.w.), um eine Überforderung während der Kur zu vermeiden. Ein umfassendes Spektrum physikalisch, therapeutischer Möglichkeiten steht zur Verfügung.

Diagnoseschwerpunkte (Mütter / Väter)

1. Psychophysische Überforderungssymptomatik mit
 - Funktionellen Organstörungen, die überwiegend des Kreislaufsystem und den Bewegungsapparat betreffen
 - Erhöhter Infektanfälligkeit
 - Psychischen Störungen (Angst, Depressionen, Essstörungen)
2. Atemwegserkrankungen
 - chron. rez. Bronchitiden
 - chron. rez. Sinusitiden
 - Asthma bronchiale
3. Degenerative Erkrankungen des Bewegungsapparates
 - Beschwerden durch degenerative Veränderungen der Bandscheiben v.a. im HWS und LWS-Bereich (auch konservative Behandlung des Bandscheibenprolaps)
4. Hauterkrankungen
 - atop. Ekzeme
 - seborrhoische Dermatitis
 - Psoriasis

Diagnoseschwerpunkte (Kinder)

1. eine altersbedingte und erhöhte Infektanfälligkeit im Bereich der oberen und unteren Atemwege
2. Bronchiale Hyperreagibilität
3. Asthma bronchiale
4. Pseudokrupp
5. atop. Dermatitis
6. WS – Haltungsschwäche
7. sensomotorische Entwicklungsverzögerung
8. Hyperaktivität

Gesundheitserziehung

Zu allen Schwerpunktthemen findet Gesundheitserziehung in der Gruppe statt. Folgende Themen werden angeboten:

1. Psychophysische Überforderungssymptomatik
2. Anfälligkeit im Bereich der Atemwege
3. Bronchiale Überempfindlichkeit – allergisches Asthma bronchiale
4. WS – Beschwerden

Heilanzeigen

- Erkrankungen der Atemwege
- Asthma bronchiale
- chronische Bronchitis
- Pseudokrupp
- chronische Erkrankungen der oberen Luftwege

Chronische Erkrankungen des Bewegungsapparates

- Gelenkverschleiß- und Wirbelsäulenerkrankungen
- Haltungsschwächen und Haltungsschäden im Kindesalter

Infektanfälligkeiten

- Allgemeine Abwehrschwächen
- Übergewicht
- Untergewicht
- Koordinationsstörungen
- zu hoher oder zu niedriger Blutdruck
- funktionelle Herz-Kreislaufstörungen

Hauterkrankungen

- Chronisches und allergisches Ekzem
- Akne
- Neurodermitis
- Psoriasis

Psychische Störungen, Essstörungen, Angsterkrankungen

Psychosomatische Aspekte der o.g. Krankheitsbilder

Hyperaktive Kinder (Beratung)

Kontraindikationen

- Schwangerschaft
- Akute Infektionskrankheiten (Ansteckungsgefahr!)
- Anfallsleiden
- Schwerstschädigung mit Mehrfachbehinderung

Die Psychosoziale Abteilung

Die Konzeption der psychosozialen Abteilung ist auf „Hilfe zur Selbsthilfe“ ausgerichtet. Unsere Diplom-Psychologinnen Christiane Rauch und Jean Wenzlawek sowie die Sozialpädagoginnen Anette Wienczkowski und Dorthé Andrick bieten Programme an, die darauf ausgerichtet sind, dem Problem schnell und effektiv beizukommen. Zu diesem Zwecke bieten sich insbesondere Methoden der Verhaltenstherapie an, deren Wirksamkeit bereits in vielen Studien belegt werden konnte. Durch verhaltenstherapeutische Trainingsprogramme werden den Patienten im Verlauf des Kuraufenthaltes Fertigkeiten und Kompetenzen vermittelt, die ihr erlauben, ihre individuelle Problematik, auch nach Beendigung der Kur, möglichst eigenständig zu lösen. Die Teilnahme an allen psychosozialen Angeboten findet auf freiwilliger Basis statt und wird mit den Patienten in den psychosozialen Eingangsgesprächen abgesprochen; der Erfolg der unterschiedlichen Programme hängt wesentlich von der Motivation und Kooperation der Kurpatienten ab.

Angebote für die Eltern:

• Einzelgespräche

Patientinnen bzw. Patienten unseres Hauses, die an seelischen Erkrankungen oder psychosomatischen Beschwerden leiden, haben während ihres Aufenthaltes die Möglichkeit, psychologische Einzelgespräche für sich in Anspruch zu nehmen. Behandlungsanlass können u.a. depressive Episoden, Schlafstörungen, Angst- und Zwangserkrankungen, Essstörungen und Posttraumatische Belastungsstörungen sein. Weitere Thematiken stellen Trauerarbeit bei Todesfällen, Trennung und psychosoziale Belastungsfaktoren dar. Auch Partnerschaftsprobleme, sexuelle Störungen, familiäre Konflikte und Probleme am Arbeitsplatz (Stress, Burn out, Mobbing etc.) können in den Gesprächen angegangen werden.

• Sonderprogramm für Übergewichtige mit Kindern ab 3 Jahren („Adipositas-Programm“)

Dieses Programm wurde speziell für übergewichtige Frauen/Männer mit einem Body-Maß-Index von über 25 entwickelt [BMI = Gewicht in kg / (Größe in m)²]. Hier handelt es sich nicht um eine neue Diät, sondern um ein Verhaltenstraining, mit dem Ziel einer dauerhaften und stabilen Veränderung der Ess- und Ernährungsgewohnheiten unter psychologischer Anleitung. Flexible Verhaltenskontrolle, Ernährungsberatung und Bewegungstherapie werden im Rahmen dieses Programms in idealer Weise miteinander kombiniert. Bedingung für die Teilnahme an dieser Gruppe ist eine Voruntersuchung und Überweisung durch die medizinische Abteilung.

• Stressbewältigungsprogramm

Ein zentrales Defizit vieler Eltern stellt heutzutage unter der typischen Mehrfachbelastung durch Haushalt, Erziehung und Berufstätigkeit der Mangel an Selbstfürsorge, sozialen Kompetenzen und Stressbewältigungstechniken dar. In diesem Gruppenprogramm sollen die Teilnehmerinnen lernen, sich selbst mehr Freiräume und Anlässe zur Freude zu schaffen und sich damit die ausreichende Zeit zur Erholung zu nehmen. Ziel ist es, während der Kur neue Denk- und Verhaltensstrategien in den Bereichen Kommunikation, Zeitmanagement und Selbstfürsorge zu entwickeln, um den Alltagsstress auch am Heimatort künftig konstruktiv bewältigen zu können.

- **Raucherentwöhnungsprogramm**

Patienten, die sich aus gesundheitlichen Gründen das Rauchen abgewöhnen müssen/wollen, können unter psychologischer Anleitung ihr Ziel des dauerhaften Nichtrauchens aktiv in die Hand nehmen. Dieses Programm wird je nach Bedarf in Einzel- oder Gruppengesprächen durchgeführt.

- **Entspannungstraining (Progressive Muskelrelaxation)**

Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson ermöglicht dem Patienten aktiv für die eigene Entspannung Sorge zu tragen, indem im Sitzen oder Liegen gezielt nacheinander Muskelgruppen angespannt und entspannt werden.

- **Elternt raining**

In diesem Training sollen die Teilnehmerinnen neue Erziehungs- und Überlebensstrategien im Umgang mit ihren Kindern lernen. Auf verhaltenstherapeutischer Basis werden Möglichkeiten zur Förderung der kindlichen Entwicklung, zum Aufbau einer positiven Beziehung zum Kind und zum Umgang mit Problemverhalten vermittelt.

Die Wirksamkeit dieser Strategien konnte bereits in vielen Studien nachgewiesen werden.

- **Erziehungsberatung**

Die Erziehungsberatung beinhaltet die Vermittlung und Unterstützung bei der Umsetzung verhaltenstherapeutisch orientierter Erziehungsmaßnahmen, Beratung in Trennungs-/Scheidungssituationen, Informationen zu kindlichen Störungsbildern, z.B. Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS), Beratung bei Enuresis (Einnässen).

- **Vorträge zu verschiedenen psychologischen Themen**

Angebote für Kinder:

- **Programm für übergewichtige Kinder („Adipositas-Programm“)**

Dieses Programm richtet sich an übergewichtige Kinder, die lernen wollen, ihre ungünstigen Essgewohnheiten und Verhaltensweisen, z.B. im Umgang mit Stress und Belastungen, langfristig in gesunder Weise zu verändern. Es setzt sich aus Ernährungsberatung, psychologischem Training und Bewegungstherapie zusammen und ist für Kinder ab 8 Jahren geeignet.

- **Entspannungsverfahren für Kinder zwischen 5 und 14 Jahren**

Psychologisches Programm zur Gewichtsreduktion bei Adipositas für Patienten mit Kindern ab 3 Jahren

Übergewicht kann bekanntlich viele Ursachen haben: Einige essen, um eine "innere Leere" auszufüllen, andere um ihren Frust oder ihre Langeweile zu ersticken, wieder andere, weil essen einfach Spaß macht und an besondere (liebgewonnene) Rituale gebunden ist (z.B. Essen in Gesellschaft oder die Tüte Kartoffelchips vor dem Fernseher). Fast alle Übergewichtigen haben aus diesen oder anderen Gründen ungünstige Ernährungsgewohnheiten entwickelt, die durchaus Suchtcharakter haben können. Das Essen bekommt eine Funktion, die über die reinphysiologische Sättigung hinausgeht, sondern eher psychische Bedürfnisse befriedigen soll. In den meisten Fällen bilden sich diese Gewohnheiten bereits im frühen Kindesalter durch die Übernahme familiärer Modelle und Regeln aus. Unsere Psychologinnen haben ein verhaltenstherapeutisches Programm zur Gewichtsreduktion entwickelt, das diese ungünstigen Ernährungsgewohnheiten und deren Ursachen identifizieren und, in Zusammenarbeit mit Ernährungsberatung und Bewegungsprogrammen, dauerhaft und langfristig verändern soll. Hier die Konzeption des Programms:

1. Diagnostik

Zur medizinischen Diagnostik gehört die körperliche Untersuchung durch die medizinische Abteilung der Klinik. Hierbei wird die Indikation zur Teilnahme an diesem Programm gestellt und die Gewichtsindizes, speziell der "Body -Maß-Index" (BMI), errechnet. Teilnahmeberechtigt sind nur Frauen mit einem BMI von 25 und höher. Die psychologische Diagnostik dient dem Zweck, die individuellen Ursachen für das Übergewicht zu identifizieren. Hierzu werden die Teilnehmerinnen gebeten, einen Fragebogen (Inventar zum Essverhalten und Gewichtsproblemen, "IEG") zu bearbeiten, der in vierzehn unterschiedlichen Skalen die psychologischen Schwerpunkte bei der Behandlung der Adipositas ermittelt. Weiterhin werden mehr oder weniger erfolgreiche Versuche zur Gewichtsreduzierung aus der Vergangenheit erhoben.

2. Ziel- und Motivationsanalyse

Die Teilnehmerinnen werden dazu angehalten, sich selbst ein kurzfristiges (Abnahmewunsch während der Kur) und ein langfristiges Ziel (Abnahmewunsch insgesamt) zu setzen. Dabei ist darauf zu achten, dass die Ziele realistisch gesteckt werden. Es gilt das "Prinzip der kleinen Schritte". Viele Teilnehmerinnen verfolgen eher ein "Alles-oder-Nichts-Prinzip", das Enttäuschungen geradezu vorprogrammiert. Dieses Verhalten ist ursächlich für das Versagen vieler Diäten ("Dammbruch -Theorie"). Um den Grad der Veränderungsmotivation zu erfassen, werden die Teilnehmerinnen aufgefordert, eine Bilanz von Gründen aufzustellen, die für bzw. gegen eine Veränderung des bisherigen Ernährungsverhaltens spricht. Außerdem werden frühere, mehr oder weniger erfolgreiche Versuche zur Gewichtsreduktion besprochen, um Hinweise auf eventuelle Frustrationen bzw. erfolgversprechende Interventionen zu erfassen.

3. Verhaltensbeobachtung

Die Verhaltensbeobachtung ist eine der tragenden Säulen dieses Programms. Nur wer sein Verhalten kennt, ist in der Lage es zu verändern. In der Exploration werden auslösende und aufrechterhaltende Bedingungen für das ungünstige Essverhalten identifiziert. Die Teilnehmerin wird aufgefordert, während ihres Kuraufenthaltes und eventuell darüber hinaus (über einen Zeitraum von ca. zwei Wochen) ein detailliertes Ernährungsprotokoll zu erstellen. Auf diese Weise ist es möglich, den Nahrungsmittelkonsum zu erfassen, und die Teilnehmerin lernt, Zusammenhänge zwischen den Bedingungen des Auftretens und Nichtauftretens von ungünstigen Gewohnheiten zu erkennen. Studien haben nachgewiesen, dass Adipöse häufig die Menge der täglich verzehrten Nahrungsmittel unterschätzen. Einzelne Verhaltensweisen werden mitunter allein durch deren genaue Beobachtung und Protokollierung in ihrer Auftretenshäufigkeit modifiziert. Ein zweiter Beobachtungsbogen

dient der Erfolgskontrolle dieses Programms. Die Teilnehmerin ist aufgefordert über einen Zeitraum von ca. drei Wochen oder auch länger täglich einen Selbststratingbogen von dreizehn Fragen zu beantworten. Erfolgskriterium dieses Programms ist nicht in erster Linie der Verlust von Pfunden, sondern die Modifikation von Verhaltensweisen, die für das Übergewicht verantwortlich sind. Mittels dieses Selbstbeobachtungsblattes ist die Teilnehmerin in der Lage die allmähliche Veränderung dieser Verhaltensweisen zu verfolgen. Dies steigert die Durchhaltungsmotivation und verhindert eventuelle Frustrationen durch (völlig normale) Gewichtsschwankungen im Laufe des Abnahmeprozesses.

4. Situations- und Verhaltenskontrolle

Unterstützt durch den zuvor ausgefüllten Fragebogen "IE" werden gemeinsam mit den Teilnehmerinnen ganz persönliche auslösende Reize der (häuslichen) Umgebung und des eigenen Verhaltens identifiziert und modifiziert, die das ungünstige Ernährungsverhalten aufrechterhalten und möglicherweise mitverantwortlich für das Übergewicht gemacht werden können. Alle sozialen Bereiche (beruflich, familiär) und Lebensbedingungen sollten hier mit einbezogen werden. Zu nennen wäre hier beispielsweise der Reiz, den "naschende" Familienmitglieder oder ein mit Süßigkeiten gefüllter Schrank ausüben oder ein überhäufte Teller bei den Mahlzeiten, der den Zwang ausübt, alles aufessen zu müssen. Zu den ungünstigen Verhaltensweisen zählen beispielsweise alle Nebentätigkeiten (Fernsehen, Lesen) beim Essen, zu schnelles Essen, aber auch bestimmte Problembewältigungsstrategien (z.B. mangelnde soziale Kompetenz). Es werden gemeinsam mit der Teilnehmerin alternative Verhaltensweisen entwickelt, Strategien zu "bewussterem" Essen trainiert und ihr eventuell nahegelegt, zur besseren Impulskontrolle ein Entspannungsverfahren und /oder die Technik des "Gedankenstop" zu lernen. Außerdem besteht die Möglichkeit am Sozialen Kompetenztraining teilzunehmen, um zu lernen, die bisher "heruntergeschluckten" Gefühle und Bedürfnisse zu artikulieren und Veränderungen der sozialen Situation zu ermöglichen.

5. Selbstverstärkung

Hierzu wird die Teilnehmerin aufgefordert, eine "Verstärkerliste" zusammenzustellen, die Dinge enthält, die für sie ganz persönlich eine Freude darstellen. Gemeint sind Belohnungen, die sich die Teilnehmerin selbst verabreichen kann, wenn sie ihrem Ziel ein Schritt näher gekommen ist. Im Laufe der Zeit werden die Teilziele weiter gesteckt, um einen Verstärker zu erlangen. Die Klientin wird außerdem mit einem sog. "Token-System" vertraut gemacht, das die Kontrolle über "Ausnahmen", also den Konsum hochkalorischer Nahrungsmittel außer der Reihe, erlaubt und ebenfalls eine motivierende Wirkung ausübt. Möglich ist ebenfalls das Selbstverabreichen aversiver Konsequenzen beim Nichterreichen eines gesteckten Ziels ("Selbstbestrafung"). Dieses Prinzip ist jedoch bei Frauen mit geringer Frustrationstoleranz eher contraindiziert. Entscheidend für die erfolgreiche und vor allem langfristige Gewichtsreduktion ist, dass die Frauen das Programm nicht als gravierende Einschränkung der Lebensqualität ansehen. Dies würde Frustration provozieren und wirkt „bestrafend“ für das neu erworbene und (negativ) verstärkend für das alte, ungünstige Ernährungsverhalten. Die Wochen der Entbehrung wollen dann kompensiert werden, und die Folge ist ein Absinken der Motivation und somit ein Rückfall in das alte, ungünstige Ernährungsverhalten. Die Aufgabe der Psychologin besteht am Anfang darin, die Teilnehmerin in Theorie und Praxis der Selbstkontrolle einzuführen. Später wird die Rolle langsam "ausgeblendet", so dass eine Fortsetzung des Programms auch ohne Anleitung am Heimatort möglich wird. Eventuelle Rückfälle sollten in das Programm integriert und nicht als "Versagen" interpretiert werden. Sie sind vielmehr ein Hinweis auf Schwachstellen im Programm oder dessen Umsetzung und bieten die Möglichkeit der Optimierung. Auf diese Weise ist es möglich, eine Resignation und damit einen Therapieabbruch auf Seiten der Patientin zu verhindern.

Diät- und Ernährungstherapeutisches Konzept

Zur Ergänzung des psychologischen und bewegungstherapeutischen Programms finden regelmäßig Treffen der Adipositas-Gruppe mit der Diätassistentin statt. Außerdem wird Gesundheitserziehung zu aktuellen Themen angeboten, z.B. :

- vollwertige Ernährung
- Kinderernährung

Es werden mit den Schulkindern Gruppengespräche über altersgerechte Ernährung durchgeführt. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, mit der Diätassistentin Ernährungsfragen bzw. spezielle Diätprobleme in einer Einzelberatung zu klären.

Angebotene Diäten und Kostformen

- Übergewicht
- Untergewicht
- Hyperlipoproteinämie
- Diabetes mellitus
- Morbus Crohn, Colitus ulcerosa
- Hypertonie
- Zöliakie
- leichte Vollkost

Sonderkostformen

- ovo-lacto-vegetabile Kost
- fettreduzierte Kost
- ballaststoffreiche Kost
- lactosearme Kost
- fructosearme Kost
- allergenarme Kost, z.B. bei Neurodermitis, Pollenallergie

Kinderbetreuung

Angebote

Altersspezifische (bis zu 14 Jahre) Betreuung in Gruppen (ca. 16 Kinder) durch Fachkräfte, neigungsspezifische Angebote wie Fußballspielen, o.ä., Ausflüge in die nähere Umgebung, Aktivitäten im Clubhaus für Schulkinder, Begehen jahreszeitlicher Feste, Bewegungstherapie (findet im Gymnastikraum statt), Mutter/Vater-Kind-Angebote, Abendangebote für Mütter/Väter, z.B. Seidenmalen.

Der Schwerpunkt der Arbeit liegt in der altersspezifischen Betreuung der Kurkinder in (möglichst kleinen) Gruppen. Die Erfahrung hat gezeigt, dass die Qualität des Kuraufenthaltes für Mutter/Vater und Kind wesentlich vom Wohlergehen des Kindes bestimmt ist. Uns ist es wichtig zu betonen, dass die Kinder nicht nur betreut werden, sondern sie haben die Möglichkeit, an einem täglich wechselnden Programm teilzunehmen. Dieses beinhaltet Spaß, Abwechslung, Motivation, Gruppenerlebnis, Vermittlung von Inhalten und Techniken und Themenarbeit.

Kurschule

Die Kurschule wird von einem Grund- und Hauptschullehrer durchgeführt, der die Kinder in Gruppen von möglichst nicht mehr als acht Kindern unterrichtet. Alle Schüler nehmen unabhängig von Ferien im eigenen Bundesland am Unterricht teil (Ausnahme Sommerferien). Jedes Kind erarbeitet den von der Heimatschule vorgegebenen Stoff und wird dabei vom Lehrer individuell unterstützt. Alle Schulkinder können auch die Angebote des Kinderclubs nutzen. Vor der Anreise werden den Familien mit Schulkindern Schülerbögen zugeschickt, die in der Schule abgegeben werden. Von den Lehrern wird der Schulstoff für die Zeit der Kur eingetragen. Zur Kur bringen die Schulkinder ihre Schulbücher und die Schülerbögen mit. Am ersten Kurtag werden die Kinder in Gruppen eingeteilt. Entsprechend der Gesamtzahl der Schulkinder findet die Schule für die Kinder verschieden oft statt, z.B. bei 12 Kindern täglich 90 Minuten, bei 24 Kindern alle zwei Tage. Da die Schülerzahl zu den Ferienzeiten höher und in Nicht-Ferienzeiten niedriger ist, hat sich diese Regelung bewährt.

Rechtliche Grundlagen und Voraussetzungen zur Mutter/Vater-Kind-Kur

Was ist eine Mutter/Vater-Kind-Kur ?

Die Mutter/Vater-Kind-Kur kann eine stationäre Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme sein. Im § 23, § 41 und § 24 SGB V ist ihre Zweckbestimmung beschrieben. Danach kann die Krankenkasse in Verbindung mit dem Hausarzt auch dann eine Kur befürworten, wenn keine Krankheit vorliegt. Das Argument des Arztes "Sie sind nicht krank genug für eine Kur" kann für die Vorsorgekur kein Ablehnungsgrund sein. Siehe § 23 Abs. 1 und 2. Im Gegenteil, Krankheit kann die Kurfähigkeit in Frage stellen, weil ein zu sehr geschwächter Gesundheitszustand die Teilnahme am Aktivprogramm einer Kur verhindern könnte. Die **REHA-Kur** beschäftigt sich mit kranken Menschen, die **VORSORGE-Kur** beschäftigt sich mit Menschen, die von Krankheit bedroht sind und einer weiteren Gefährdung ihrer Gesundheit rechtzeitig begegnen wollen.

Für wen ist eine Mutter/Vater-Kind-Kur geeignet ?

Mutter/Vater-Kind-Kuren bilden aus medizinischer Sicht eine Einheit. Das Alter der Kinder liegt in der Regel bis zu 14 Jahren. Für die Indikation einer Mutter/Vater-Kind-Kur ist stets die Gesundheitsgefährdung bzw. Gesundheitsstörung (Krankheit) der Mutter/ des Vaters maßgebend. Mutter/Vater-Kind-Kuren kommen in Betracht wenn:

- das Kind ebenfalls kurbedürftig ist und an einer seiner Indikation entsprechenden Kur mit den erforderlichen medizinischen und sozialtherapeutischen Angeboten teilnehmen kann
- aufgrund des Alters des Kindes zu befürchten ist, dass eine kurbedingte Trennung von der Mutter/ dem Vater zu psychischen Problemen des Kindes führt
- wegen der besonderen Belastung der alleinerziehenden, berufstätigen Mutter ein gemeinsamer Aufenthalt von Mutter und Kind erforderlich ist
- wegen einer besonderen familiären Situation eine Trennung des Kindes von der Mutter/ dem Vater unzumutbar ist
- das Kind während des Kuraufenthaltes der Mutter/ des Vaters nicht versorgt wird und die Durchführung der Mütter/Väterkur daran scheitern kann.

Mutter-Kind-Kuren bieten gute Voraussetzungen für:

- gemeinsame gesundheitsfördernde, sportliche und musische Aktivitäten
- eine Verbesserung der Mutter-Kind-Beziehung
- die Nutzung des Lernfeldes Kind-Mutter-Dritte
- die Vermittlung von pädagogischen Hilfen
- die Einsicht in Ursachen und Bedingungen von kindlichen Verhaltensauffälligkeiten durch Einzelarbeit und Gruppenarbeit

Wer zahlt die Kur ?

Alle Krankenkassen sind laut SGB V verpflichtet Mutter/Vater-Kind-Kuren voll zu finanzieren. Die Mütter/Väter selbst tragen nur den gesetzlich vorgeschriebenen Eigenanteil.

Wie hoch sind die gesetzlichen Zuzahlungen ?

Die Zuzahlung, der sogenannte Kureigenanteil, beträgt pro Kurtag 10,00 € pro Erwachsenen. Die Krankenkassen berechnen den Anreise- und Abreisetag jeweils als ein Kurtag, so dass man auf eine Zuzahlung von insgesamt 220,00 € kommt. Kinder und Jugendliche von 0 bis 18 Jahren sind von der Zuzahlung befreit.

Heben Sie jede Quittung auf !

Für jede Zuzahlung, die ein Versicherter leistet, bekommt er z.B. von Ärzten, Apothekern oder auch von uns als Kurklinik eine personifizierte Quittung. Heben Sie diese Quittungen gut auf. Das gilt natürlich auch für die Quittungen Ihres Ehepartners oder Kindes. Wenn die Zuzahlungen Ihre persönliche Belastungsgrenze erreicht haben, sollten Sie sich an Ihre Krankenkasse wenden. Diese prüft dann für Sie, ob Sie für den Rest des Jahres von Zuzahlungen befreit werden können.

Der Gesetzgeber hat verfügt, dass der Arbeitgeber bei einer Mutter/Vater-Kind-Kur keinen Jahresurlaub anrechnen darf.

Wo kann eine Mutter/Vater-Kind-Kur beantragt werden ?

Beantragen Sie die Mutter/Vater-Kind-Kur bei Ihrer Krankenkasse. Bei der Auswahl der Einrichtung haben Sie ein Mitspracherecht. Zusammen mit den Experten in den Geschäftsstellen können für Mutter/Vater und Kind die richtigen Entscheidungen getroffen werden, nach dem Motto:

Die richtige Kur zur richtigen Zeit am richtigen Ort

Die Barmer Ersatzkasse verfügt seit einigen Jahren bundesweit über Vertragskliniken, die über Erfahrungen mit Mutter/Vater-Kind-Kuren verfügend einen hohen Qualitätsstandard garantieren. Kuranträge gibt es in den Geschäftsstellen der Krankenkassen. Anträge müssen mit Hilfe eines Arztes/Ärztin ausgefüllt werden. Achten Sie darauf, dass inhaltlich die Anträge ausführlich Ihr Krankheitsbild und Ihre psycho-soziale Situation in Familie und Beruf beschreiben. Das Ergebnis des Kurantrages muss sein, dass die Maßnahmen am Heimatort erschöpft sind. Notfalls können Sie in einer Anlage noch weitere Angaben über Ihre persönliche Lebenssituation dem Kurantrag anfügen.

Kurtermine der Kurklinik Miramar 2009

Kurgang	Zeitraum	Kurgang	Zeitraum
KG 01	07.01. – 28.01.2009	KG 09	24.06. – 15.07.2009
KG 02	28.01. – 18.02.2009	KG 10	15.07. – 05.08.2009
KG 03	18.02. – 11.03.2009	KG 11	05.08. – 26.08.2009
KG 04	11.03. – 01.04.2009	KG 12	26.08. – 16.09.2009
KG 05	01.04. – 22.04.2009	KG 13	16.09. – 07.10.2009
KG 06	22.04. – 13.05.2009	KG 14	07.10. – 28.10.2009
KG 07	13.05. – 03.06.2009	KG 15	28.10. – 18.11.2009
KG 08	03.06. – 24.06.2009	KG 16	18.11. – 09.12.2009

Kontakte

Wir senden Ihnen gerne Prospekte und weitere Information zu.
Sie können uns auch schreiben.
Unsere Adresse lautet:

**Kurklinik Miramar
Jäcker GmbH & Co KG
Südstrand 5
23775 Großenbrode**

Fernruf: 04367 – 7180
Telefax: 04367 – 718155
Internet: www.kurklinikmiramar.de
Email: Kurklinik.Miramar@t-online.de

Ihre Ansprechpartner sind:

Geschäftsführerin	Doris Jäcker
Kurleitung	Klaus Jäcker
Sachbearbeiter Kuren	Joachim Baumgarn
Ärztliche Leitung	Brigitte Dreyer, MPH
Psychologischer Dienst	Christiane Rauch, Dipl.-Psychologin