



Betriebsärztlicher Dienst

Psychosomatische Sprechstunde im Betrieb

Ein Angebot für alle Beschäftigten der Uniklinik Köln

» Grundlage:

In der Arbeitswelt wurde die Frage lange vernachlässigt, wie viele Mitarbeiter am Arbeitsplatz unter Stress, Ängsten, Depressionen und anderen psychischen Problemen leiden.

Heute schätzt man, dass innerhalb eines Jahres fast jeder dritte Erwachsene in Deutschland unter irgendeiner Art von psychischen Problemen leidet. Diese zeigen sich sehr unterschiedlich - schließlich fühlt sich jeder ab und zu gestresst, niedergeschlagen oder verunsichert.

Aber wenn diese Gefühle länger als zwei Wochen anhalten, Sie vom Essen, Schlafen oder der Arbeit abhalten, wenn Ihre persönlichen Beziehungen darunter leiden oder Sie sich selbst Schaden zufügen, ist es definitiv Zeit, nach Hilfe zu fragen.

» Ziele des Angebots:

- › frühzeitige Beratung bei psychischen / psychosomatischen Problemen
- › Vorbeugen von schweren Krankheitsverläufen („damit Stress nicht zur Krankheit wird“)
- › Unterstützung bei der Bewältigung bereits vorhandener Erkrankungen

» Inhalte:

- › Ressourcen- und lösungsorientierte Beratung
- › Berücksichtigung der jeweiligen Kontexte
- › Bei Bedarf Vermittlung von weiterführender Therapie

› Ort:

Betriebsärztlicher Dienst, Robert-Koch-Str. 10, Gebäude 53, 2. Etage

› Termine:

Terminvereinbarung erbeten, Betriebsärztlicher Dienst Telefon: 0221 478-6091

› Kontakt:

Hilde Lindlohr, Fachärztin für Arbeits- und Allgemeinmedizin, Betriebsärztin
Sozialmedizin, Psychotherapie, Systemische Therapie und Beratung (SG), Mediation
E-Mail: hilde.lindlohr@uk-koeln.de – Telefon: 0221 478-6704

Die Daten bleiben streng vertraulich beim Betriebsarzt und werden dem Arbeitgeber nicht übermittelt!