

psychiatrie
st.gallen
nord

Haben Sie gut geschlafen?

Referat am Montag
Fokus psychische Gesundheit

Dr. med. Stefan Telser
Oberarzt
Leiter Ambulante Erwachsenen-
psychiatrie Rorschach
Schlafmedizin (SGSSC, DGSM)

St.Gallen
Montag, 19.08.2019

19.30–21.00 Uhr
Hauptbahnhof
Bahnhofplatz 2
1. Stock, Zimmer 122

Wil
Montag, 26.08.2019

19.30–21.00 Uhr
Psychiatrie St.Gallen Nord
Zürcherstrasse 30
Restaurant C03

Eintritt frei
ohne Voranmeldung

psychiatrie
st.gallen
nord

Wie autonom sind Patienten wirklich?

Referat am Montag
Fokus psychische Gesundheit

André Böhning
Katholischer Seelsorger
Psychoonkologe
Systemischer Supervisor
und Coach

St.Gallen
Montag, 23.09.2019

19.30–21.00 Uhr
Hauptbahnhof
Bahnhofplatz 2
1. Stock, Zimmer 122

Wil
Montag, 30.09.2019

19.30–21.00 Uhr
Psychiatrie St.Gallen Nord
Zürcherstrasse 30
Restaurant C03

Eintritt frei
ohne Voranmeldung

psychiatrie
st.gallen
nord

Krank durch Stress? Wie weiter?

Referat am Montag
Fokus psychische Gesundheit

Andreas Haller, med. pract.
Oberarzt Psychotherapie Station A13
Stationäre Erwachsenen-
psychiatrie Wil

St.Gallen
Montag, 21.10.2019

19.30–21.00 Uhr
Hauptbahnhof
Bahnhofplatz 2
1. Stock, Zimmer 122

Wil
Montag, 28.10.2019

19.30–21.00 Uhr
Psychiatrie St.Gallen Nord
Zürcherstrasse 30
Restaurant C03

Eintritt frei
ohne Voranmeldung

psychiatrie
st.gallen
nord

Bipolar – was ist das?

Referat am Montag
Fokus psychische Gesundheit

Bernhard Winkler, med. pract.
Oberarzt Suchttherapie
Erwachsenenpsychiatrie

St.Gallen
Montag, 18.11.2019

19.30–21.00 Uhr
Hauptbahnhof
Bahnhofplatz 2
1. Stock, Zimmer 122

Wil
Montag, 25.11.2019

19.30–21.00 Uhr
Psychiatrie St.Gallen Nord
Zürcherstrasse 30
Restaurant C03

Eintritt frei
ohne Voranmeldung

Himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt

Die bipolare Störung ist durch das phasenweise Auftreten von extremen, seelischen Stimmungen gekennzeichnet, die wie zwei gegensätzliche Pole – also bipolar – erscheinen. Diese Stimmungsschwankungen gehen deutlich über das normale, alltägliche Niveau hinaus. Sie reichen von schweren Depressionen bis zu manischen Phasen mit gesteigertem Antrieb und Euphorie. Aufgrund des unberechenbaren Verlaufs und der extremen Gefühlsschwankungen führt die bipolare Störung oft zu erheblichen Konflikten im beruflichen und privaten Umfeld der Betroffenen – so z.B. zur Trennung vom Partner oder zum Verlust des Arbeitsplatzes.

Bernhard Winkler erläutert neben den Hintergründen der bipolaren Störung deren Behandlung. Es werden gut wirksame Medikamente wie auch psychotherapeutische Behandlungsverfahren angewandt.

Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Psychiatrie St.Gallen Nord
Edith Scherer, Angehörigenberatung
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil
Telefon 071 913 12 98
edith.scherer@psgn.ch

www.psgn.ch

Individuell aus der Krise finden

Stress kennen wir alle. Je nachdem kann der Stress so belastend werden, dass er zu körperlichen und/oder psychischen Erkrankungen führt. An Stress erkrankte Menschen bekunden oft Mühe damit, die beruflichen Anforderungen mit den persönlichen Ressourcen in Einklang zu bringen. Eine stressbedingte Erkrankung alleine zu bewältigen, ist schwer zu schaffen. Der richtige Weg ist in vielen Fällen, fachkundige Unterstützung anzunehmen und sich aus dem üblichen Leben in eine neutrale Umgebung zurückzuziehen. Dank individueller und behutsamer Behandlung ist es möglich, seelische Stabilität sowie die gewohnte körperliche und geistige Leistungsfähigkeit wiederzuerlangen.

Andreas Haller gibt Einblick in die Behandlung stressbedingter Erkrankungen in der Psychiatrie.

Die Station A13 für stressbedingte Erkrankungen ist ein gemeinsames kantonales Angebot der Psychiatrie St.Gallen Nord und Psychiatrie-Dienste Süd (Psychiatrie St.Gallen).

Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Psychiatrie St.Gallen Nord
Edith Scherer, Angehörigenberatung
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil
Telefon 071 913 12 98
edith.scherer@psgn.ch

www.psgn.ch

Patientenautonomie – zwischen Wunsch und Wirklichkeit

Autonomie und Selbstbestimmung von Patienten sind hohe gesellschaftliche Werte in unserer Zeit. Beide wurden in den letzten Jahren politisch gestärkt. Doch funktioniert das auch in der Praxis? Ja und Nein.

Mit Behandlungs- und Patientenverfügungen ist zwar die vom Patienten bestimmte Richtung einer Behandlung und Therapie vorgegeben, doch schaffen sie auch Graubereiche, wo neue Entscheidungen anstehen. Zudem gibt es oft Kompetenzbeschränkungen, sodass Vertrauen gegenüber dem medizinischen Personal erforderlich wird. Schon daran wird schnell deutlich, dass sich der Wunsch nach Autonomie in der medizinischen Praxis nicht so einfach verwirklichen lässt.

André Böhning beschreibt das noch nutzbare Potenzial und die Grenzen von Autonomie.

Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Psychiatrie St.Gallen Nord
Edith Scherer, Angehörigenberatung
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil
Telefon 071 913 12 98
edith.scherer@psgn.ch

www.psgn.ch

Wach in der Nacht, schläfrig am Tag

Schlafstörung ist ein Sammelbegriff für Störungen des Schlafens, des Träumens, des Wachseins und der inneren Uhr. Wenn der Schlaf nicht zur gewünschten Zeit kommt, nicht erholsam ist, Fehlleistungen im Wachen – in Beruf und Freizeit – auftreten, erzeugt das Hilflosigkeit und Anspannung. Intensive Bemühungen, sich selbst zu behandeln, scheitern. Man ist ohnmächtig im eigenen Körper.

Stefan Telser vermittelt eine kleine Kulturgeschichte des Schlafens, Informationen über Körperfunktionen in Schlaf und Wach bei Mensch und Tier wie auch Wissen über schlafmedizinische Untersuchungen und Behandlungen. Er zeigt auf, wie man gute Voraussetzungen schafft, damit der Schlaf kommen kann. Denn es heisst ja: Wer sich gut bettet, schläft gut!

Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Psychiatrie St.Gallen Nord
Edith Scherer, Angehörigenberatung
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil
Telefon 071 913 12 98
edith.scherer@psgn.ch

www.psgn.ch