



# Ambulante Psychotherapie im Alter

Die Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie bietet Patient\*innen über 65 Jahren evidenzbasierte störungsspezifische Psychotherapie im Alter an, die sich von den Ansätzen der kognitiv-behavioralen und systemischen Psychotherapie ableiten.

In den letzten Jahren wurden spezielle Formen der Psychotherapie entwickelt, die sich auf im Alter häufige Themen wie den Rollenwechsel im Kontext der Berentung, den Umgang mit körperlichen Gebrechen aber auch Verlust und Einsamkeit konzentrieren. Auch Patient\*innen mit leichteren kognitiven Defiziten können mit diesen Techniken wirksam behandelt werden. Die Behandlungsmöglichkeiten sowie -aussichten von psychischen Störungen im Alter sind weitgehend dieselben wie im früheren Lebensalter. Insbesondere gilt dies auch in der Behandlung der depressiven Störung, was durch einige Wirksamkeitsstudien gut untermauert wird.

Bei der sorgfältigen Abklärung der psychischen Erkrankung sowie bei der Klärung von Therapiezielen werden ebenfalls das familiäre und soziale Umfeld mitberücksichtigt und bei Bedarf miteinbezogen. Unsere psychotherapeutischen Behandlungen finden je nach Indikation im Einzel-, Paar-, Familien-, oder Gruppensetting statt. Aktuell bieten wir eine offene Gruppe für Patient\*innen mit Depressionen und/oder Ängsten an.

Sofern gewünscht, bieten wir begleitend auch eine fachärztliche medikamentöse Therapie an. Eine gegebenenfalls erforderliche Medikation installieren wir sorgfältig, im Bewusstsein darum, dass Wechselwirkungen mit bereits verordneten Medikamenten auftreten können und/oder dass ein Teil der älteren Menschen Medikamente nicht gut verträgt.

## ANMELDUNG UND AUFNAHME

Die Anmeldung erfolgt in der Regel durch die Hausärzt\*in oder niedergelassene Fachärzt\*innen. Wir legen Wert auf eine ärztliche Zuweisung, damit unnötige Belastungen für Patient\*innen durch Doppelspurigkeiten und Wiederholungen von teurer Diagnostik vermieden werden können.

## KONTAKT

### UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

#### Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie

#### Ambulante Alterspsychiatrie

Case Management  
Murtenstrasse 21  
3008 Bern  
Telefon 058 630 70 04  
E-Mail: [alterspsychiatrie@upd.ch](mailto:alterspsychiatrie@upd.ch)  
[www.upd.ch](http://www.upd.ch)

#### Altersgruppe

Erwachsene 65 +

#### Zielgruppen

Gesamtspektrum der psychiatrischen Erkrankungen im Alter wie Krisen, Anpassungsstörungen, Insomnie, Depressionen, Angst- und Zwangserkrankungen, Persönlichkeitsstörungen, Partnerschaftskonflikte und suchtspezifische Erkrankungen.

#### Versorgung

Grundversorgung  
Spezialversorgung

#### Typ

Ambulantes Angebot

#### Finanzierung

Grundversicherung der Krankenkasse