



gzf gesundheitszentrum
für Flüchtlinge

gzf gGmbH Willdenowstraße 38 12203 Berlin

Willdenowstraße 38
12203 Berlin
T 030-85 96 00 70
F 030-85 96 00 72
info@gzf-berlin.org
www.gzf-berlin.org
IK 491105883
BSNR 727430300

PIBB | Psychiatrie Initiative
Berlin Brandenburg



**Das IGZ / Interkulturelle Gesundheitszentrum
des GZF/ Gesundheitszentrum für Flüchtlinge in Berlin-Steglitz
bietet für geflüchtete Menschen aus der Ukraine
ab Juli 23 psychotherapeutische Hilfe an**

Flucht und Vertreibung, oft nach Angriffen auf die eigene Stadt oder gar Zerstörung des eigenen Hauses, manchmal sogar verbunden mit dem Tod in eigener Familie oder dem Lebensumfeld, gehören zu den erschütterndsten Erfahrungen, die Menschen wie jetzt im Krieg gegen die Ukraine durchleiden müssen. Oft besteht medizinischer Behandlungsbedarf, für die in Berlin viele Praxen bereitstehen.-

Es ist für geflüchtete Menschen, ihre Gastgeber*innen und Helfer*innen wichtig zu wissen, wann eine professionelle psychiatrische oder psychotherapeutische Hilfe angezeigt ist. Wir geben Ihnen im Folgenden eine erste Orientierung.

So erschütternd die Erlebnisse auch waren und sind, viele seelische Reaktionen, wie u.a. erhöhte Ängstlichkeit, Nervosität, Erschöpfung oder auch Überdrehtheit und Wutausbrüche können als angemessen und gesundheitlich als „normale“ Folgeerscheinung angesehen werden, die zeitnah wieder abklingen können. Das Wichtigste für die Geflüchteten ist zunächst, zur Ruhe zu kommen. Dafür ist eine angemessene, sichere Unterkunft und die Sicherung der menschlichen Grundbedürfnisse und eine Geborgenheit bietende Versorgung der Kinder von entscheidender Bedeutung.

**Folgeerscheinungen von Flucht und Krieg,
die zeitnah abklingen können:**

- erhöhte Ängstlichkeit
- Nervosität
- Erschöpfung
- Überdrehtheit
- Wutausbrüche

So erkennen Sie Behandlungsbedarf:

Psychiatrische Behandlung ist erforderlich, wenn z.B. schon vorher psychiatrische Erkrankungen bekannt waren und Medikamente gegeben wurden. Es sollte zeitnah von einer*inem Psychiater*in geprüft werden, ob diese Behandlungen fortgesetzt werden sollen. Psychiatrische Behandlung sollte außerdem dann erwogen werden, wenn Angst und Grübeln und das Denken an das Erlebte alles andere überschatten und normale Alltagstätigkeit nicht mehr möglich ist. Über Tage und Wochen anhaltende Schlafstörungen können ebenfalls eine Behandlung, ggf. auch mit Medikamenten, erforderlich machen. Diverse körperliche Beschwerden, wie z.B. Kopfschmerzen, übermäßige Müdigkeit und hartnäckige Magen-Darm-Beschwerden, sollten, wenn körperliche Ursachen ausgeschlossen sind, ebenfalls Grund zur Vorstellung im GZF sein.

**Psychiatrische oder psychotherapeutische
Behandlung erforderlich:**

- vorhandene psychiatrische Erkrankungen / Medikamenteneinnahme
- anhaltende Schlafstörungen
- anhaltende Kopfschmerzen, übermäßige Müdigkeit und Magen-Darm-Beschwerden ohne körperliche Ursachen
- bildhaftes Wiederauftreten traumatischer Erlebnisse
- attackenweises Auftreten von Abwesenheit und Verstörung
- Ängste und Depressionen
- Alltagsbewältigung ist nicht mehr möglich

Psychotherapeutische Akutbehandlungen kommen in Betracht, wenn beruhigende Gespräche durch die Unterstützer*innen im Alltag offenkundig nicht ausreichen und längeres Aussprechen und ein verbesserter, veränderter eigener Umgang mit der Situation und mit den Symptomen erforderlich ist. Oftmals treten Symptome auch erst Wochen nach der Ankunft auf, wie z.B. das schwer abwendbare bildhafte Wiederauftreten traumatischer Erlebnisse, Angst, Depressionen bis hin zu attackenweise auftretenden Zuständen von Abwesenheit und Verstörung. Kommt es zu derartigen Zeichen einer posttraumatischen Belastungsstörung, sollte unbedingt psychotherapeutische Behandlung angestrebt werden.

So erreichen Sie uns:

Das IGZ (Interkulturelles Gesundheitszentrum des GZF) bietet ab Juli 2023 psychotherapeutische Behandlungstermine an, wenn eine reguläre Krankenversicherung besteht. Dies setzt voraus, dass eine offizielle Registrierung erfolgte.

Online-Terminvereinbarung:

https://gzf-berlin.org/termin_1.php

Adresse:

**IGZ / Interkulturelles
Gesundheitszentrum des GZF**
Willdenowstraße 38
12203 Berlin