

Kontakt

UNIVERSITÄTSKLINIKUM JENA

Klinik für Neurologie Schwindelzentrum

Am Klinikum 1
07747 Jena

Telefon: +49 3641 9-325785

E-Mail: schwindelzentrum@med.uni-jena.de

Anfahrt per Straßenbahn

Linie 5 oder 3, bis Haltestelle „Am Klinikum“

Anfahrt mit eigenen PKW

Bitte die Sondertarife des Parkhauses beachten
(Umwandlung des Parktickets in ein Mehrtages-Ticket)



Das Team des Schwindelzentrums freut sich auf Ihren Aufenthalt.

Termine 2025

Januar	06. – 10.01. & 20. – 24.01.
Februar	03. – 07.02. & 17. – 22.02.
März	03. – 07.03. & 17. – 21.03.
April	31.03. – 04.04. & 07. – 11.04.
Mai	05. – 09.05. & 12. – 16.05.
Juni	02. – 06.06. & 16. – 20.06.

Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe

Ferienwohnung Siegfried Irrgang

Alte Dorfstraße 35, 07751 Jena, Tel.: 03641 36 05 59

Pension Wirt am Berg

Alte Dorfstraße 20a, 07751 Jena, Tel.: 03641 33 67 16

Ferienwohnung Templin

Alte Dorfstraße 35b, 07751 Jena, Tel.: 03641 39 66 49

Pension Panorama

Schafberg 22, 07751 Jena, Tel.: 03641 39 66 25

Pension Berghof

Schafberg 4, 07751 Jena, Tel.: 03641 39 66 13

Fair Hotel

Ilmnitzer Landstraße 3, 07751 Jena, Tel.: 03641 76 76



Foto: Anna Schroll/UKJ

Informationen zur Schwindeltherapiewoche

Liebe Patientin, lieber Patient

Wir freuen uns, Sie in der Schwindeltherapiewoche begrüßen zu können. Das Ziel der Therapiewoche ist neben der Wissensvermittlung, Sie vor allem darin zu unterstützen, hilfreiche Strategien für den Umgang mit ihren Beschwerden erwerben und im Alltag anwenden zu können.

Wissenschaftliche Ergebnisse zeigen, dass zwischen körperlichen (somatischen) und psychischen (seelischen) Prozessen ein enger Zusammenhang besteht und sich diese Prozesse stets wechselseitig beeinflussen.

Somit ist die Therapiewoche nach diesem Ansatz ausgerichtet und bezieht sich auf die Zusammenarbeit von psychischer und körperlicher Gesundheit.

Sie werden von einem Team aus Ärzten, MTA's, Psychologen und Physiotherapeuten behandelt.

Die rein organische / neurologische Diagnostik ist in der Regel weitestgehend erfolgt. Für die ganzheitliche Diagnostik werden in dieser Woche ebenso die psychischen Faktoren miteinbezogen, um mögliche ungünstige Verstärker des Schwindels / anderer Beschwerden erkennen und ggf. weiterführende Behandlungsschritte vermitteln zu können.

Insofern ist es wichtig, dass Sie alle medizinischen und ggf. auch psychologischen Berichte / Unterlagen mitbringen bzw. alle Angaben dazu machen (alternativ können Sie ihren Hausarzt um ein „Diagnoseblatt“ bitten).

Ihre Daten werden selbstverständlich gemäß dem Datenschutzgesetz streng vertraulich behandelt und nur mit ihrem Einverständnis an weiterbehandelnde Ärzte / Therapeuten weitergeleitet.

Organisatorisches

Wir bitten Sie, sich am ersten Tag **ab 07:30 Uhr** in der stationären Aufnahme am Haupteingang unseres Klinikums mit ihrer **Chipkarte** und einem **Einweisungsschein vom Hausarzt** anzumelden und erst danach, mit den dort erhaltenen Unterlagen, zu uns ins Schwindelzentrum zu kommen.

1. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung / Sportkleidung und Sportschuhe für die Bewegungs- und Physiotherapie mit.
2. Ein kleines Kissen und eine Decke sind für die Entspannungsübungen mit zu bringen. In den Pausen steht Ihnen der Gruppenraum als Aufenthaltsraum zur Verfügung.
3. Ein Wasserspende-Automat befindet sich im Wartebereich. Bitte bringen Sie eine Trinkflasche zum Befüllen des Wassers mit.
4. Das Mittagessen ist inbegriffen und können Sie täglich in der Cafeteria einnehmen.

Ablaufplan der Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Anmeldung & Begrüßung				
Physiotherapie & Bewegungstherapie	Physiotherapie & Bewegungstherapie	Physiotherapie & Bewegungstherapie	Physiotherapie & Bewegungstherapie	Physiotherapie & Bewegungstherapie
Entspannungstherapie	Psychische & Körperliche Gesundheit	Psychische & Körperliche Gesundheit	Psychische & Körperliche Gesundheit	Psychische & Körperliche Gesundheit
Schwindelschulung & Einführung	Entspannungstherapie	Entspannungstherapie	Entspannungstherapie	Entspannungstherapie
Mittagspause				
Schwindelschulung	Psychische & Körperliche Gesundheit	Psychische & Körperliche Gesundheit	Psychische & Körperliche Gesundheit	Psychische & Körperliche Gesundheit
Einzelgespräche	Einzelgespräche	Einzelgespräche	Visite OA Prof. Axer	Verabschiedung

Bitte beachten Sie, dass es zu Abweichungen im Ablaufplan kommen kann. Einen finalen Plan erhalten Sie zu Beginn der Schwindeltherapiewoche vor Ort. Die Therapie beginnt frühestens 08:00 Uhr und endet spätestens 16:00 Uhr.