



Klinik
am Steigerwald
Chinesische Medizin und
biologische Heilverfahren

Die Klinikzeitung

22
JAHRE

KLINIK
AM STEIGERWALD



Gesundheit finden

Editorial

„Gesundheit finden“ Der Weg zum Motto 2018

Liebe Leserinnen und Leser,
alle zwei Jahre veranstaltet die Klinik einen Tag der offenen Tür. Jedes Mal wird dafür ein Motto und ein sich daran orientierendes Programm entwickelt. Begonnen hat alles mit „Die Chance für einen Neuanfang“, noch immer trägt der Hausprospekt dieses Motto. Zum Zwanzigjährigen wurde die visionäre Kraft Dr. Schmincke und die Lage der Klinik gleichermaßen durch „Gesundheit mit Weitblick“ betont. Wozu überhaupt immer wieder ein kurzes Motto, für ein so komplexes und erfahrungsreiches Angebot, wie das der Klinik am Steigerwald? Schlägt man im Duden unter Motto nach, findet man die Übersetzung „Murmeln“, ein gemurmelter Leitgedanke, eine Art Mantra. Jetzt also „Gesundheit finden“. Ist das nicht lapidar? Vielleicht nicht. Viele Gedanken, viel Lauschen auf das Murmeln von Patienten stecken darin. Die meisten Patienten haben eine Odyssee von Arzt zu Arzt hinter sich, bevor sie hier in der Klinik oft in beginnender Erleichterung sagen: „Ich habe lange gesucht, nun habe ich endlich einen Ort der Gesundheit gefunden“. Und die andere Erfahrung: spätestens ab Mutzenroth erwartet kein Neuling mehr eine Klinik in diesem Wald. „Da kommt jetzt nichts mehr“...und dann kommt es doch, das Haus im Wald, das auf mögliche Gesundheit hoffen lässt. Der übliche Satz aller Mitarbeiter an anreisende Patienten: „Wenn Sie glauben, dass nichts mehr kommt, fahren Sie einfach weiter.“ Und sie wird im Wald gefunden, die Klinik und oft auch ein Weg zur Gesundheit.



Herzlich,
Michael Brebm & Bettina Meinnert
Redaktion der Klinikzeitung



Pavillon im Klinikgarten, gemalt von Samuel 11 Jahre (Patient 2018)

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Freunde, Förderer und Interessierte

„Gesundheit finden“ lautet das Motto des diesjährigen Tages der offenen Tür.

Aber ist es möglich, Gesundheit zu „finden“? – Wohl kann man, vielleicht nach langer Suche, Menschen oder Methoden ausfindig machen, die versprechen, einem aus seiner Krankheit herauszuhelfen.

Aber wenn ein solcher heilsamer Ort gefunden ist, muss die Suche noch nicht beendet sein. Denn Heilungsprozesse nach chronischer, langwieriger Krankheit setzen Wandlungsfähigkeit voraus und das bedeutet auch, sich selbst und seine Welt neu zu erfinden: Der Mensch wird sein Leben umstellen, alte Gewohnheiten ablegen, neue erwerben,

seine Beziehungen in Familie und Freundschaft auf den Prüfstand stellen; er wird versuchen, darauf zu achten, was für sein Leben wesentlich ist. Vielleicht muss er auch lernen, denn nicht jede Krankheit lässt sich bessern oder gar heilen, sich abzufinden, ohne Groll. Aber das Höchste, was dem kranken Menschen gelingen kann, Fröhlichkeit im Leiden, lässt sich weder suchen noch finden; das ist ein Geschenk.

Mit einem weiten Blick in die herrliche frühlinggrüne Mainebene grüßt Sie

Ihr Christian Schmincke

Tipps aus der Pflege

Dreierlei vom Kümmel



Schwester Elke

Kümmeltee

Zutaten:
1-2 TL Kümmelkörner
auf eine große Tasse Wasser

Die Kümmelkörner mit einem kleinen Mörser nur anstoßen. Danach mit heißem Wasser aufgießen und 10 Min ziehen lassen.

Anwendung: Hilft bei Blähungen, Magen-Darm Beschwerden und krampfartigen Menstruationsbeschwerden

Kümmelöl (äußerlich)

Zutaten:
4 Tropfen Kümmelöl
20 ml Sonnenblumenöl

Das Kümmelöl mit dem Sonnenblumenöl mischen. Einige Tropfen auf die Bauchdecke träufeln und sanft um den Bauchnabel herum einmassieren.

Anwendung: Hilft bei Verdauungsstörungen und Blähungen

Kümmellikör

Zutaten:
5 EL Kümmelkörner
200 gr Kandiszucker
750 ml Wodka

Die Kümmelkörner im Mörser oder in der Kaffeemühle fein mahlen, mit dem Kandiszucker und dem Wodka in eine Flasche füllen und verschließen. Vier Wochen warm und möglichst sonnig ruhen lassen. Wenn der Zucker aufgelöst ist, den Ansatz filtern und wieder einige Tage ruhen lassen.

Anwendung: Empfiehlt sich nach einem guten und deftigen Essen



© fotolia.com - mirzamk

Die Wolken teilen

*Den Himmel sehen und trübe Gedanken vertreiben.
QiGong-Übung
mit Isy Becker*



In dieser Übung stellt man sich vor, inmitten von Wolken zu stehen, die mit den Armen geteilt werden um den Blick freizumachen und so alle dunklen Wolken zu vertreiben.

1. Hüftbreit stehen, Knie leicht gebeugt, aufrechter Stand, Schultern gelassen, Arme fallen.

2.–4. In den Knien leicht einsinken, jetzt kreuzen die Unterarme vor dem Unterbauch und heben sich, als würden sie von unsichtbaren Bindfäden an den Handgelenken nach oben gezogen, bis über den Kopf in den wolkenreichen Himmel, Handflächen zeigen zum Körper. Schultern bleiben so gelassen wie möglich.

5.–6. Die Unterarme drehen jetzt die Handflächen nach vorne und weiter zur Seite.

7.–9. Dabei machen die Arme eine weite Bewegung im Bogen zur Seite und nach unten, als würde man mit den Handflächen Wolken auseinander-schieben, dabei strecken sich die Beine in die Ausgangsposition.

Die Bewegung 10 x wiederholen.

Die Übung bewirkt eine Stärkung von Schultern und Schultergelenken, eine Minderung von Atemnot und Herzklopfen, das Nieren-Qi wird gestärkt und damit die Lebensenergie erhöht.

Einblicke in den Zauberberg

Mit dem Klinik-Boulevard wollen wir uns auch von unserer privaten Seite zeigen und Ihnen gegenwärtig bleiben, ganz so, wie viele ehemalige Patienten es sich wünschen. Bei mehr als 100 Mitarbeitern gibt es immer Bewegungen, neue Mitarbeiter werden eingestellt, andere gehen in den Mutterschutz usw. Hier unser kleiner Personalparcours:



Frank Eschenbach

arbeitet seit dem 1.1.2018 in unserem Pflgeeteam auf der Station. Der gelernte Altenpfleger hat über 17 Jahre im Dr. Loew Haus in Gerolzhofen gearbeitet und wollte sich beruflich verändern. Da sickerte die Info von Elke Meinel, Stationsleitung, über das private Netzwerk genau im richtigen Moment an seine Ohren. Wir sind froh über den dritten Mann im Team.

Leonie Stenglein

macht von April bis November 2018 ein Praktikum und verstärkt das Pflgeeteam. Die Berufsschullehrerin bereitet sich bei uns auf ihre zukünftige Berufsschultätigkeit vor. Sie wird vor allem Krankenschwestern und Pfleger unterrichten, aber auch andere Auszubildende. Herzlich Willkommen und eine gute Zeit.



Margit Schwarz

unterstützt ab Juni unser Kuchenteam. Ursprünglich hatte sie Interesse an einer hauswirtschaftlichen Tätigkeit bei uns. Über eine befreundete Mitarbeiterin erfuhr sie von der Möglichkeit in der Küche mitzuarbeiten. Wir wünschen ihr einen guten Start in unserem Kuchenteam.



10 JAHRE

mit dabei sind:

20 JAHRE

mit dabei sind:



Isy Becker, Michael Brehm, Gerlinde Roth, Petra Fischer-Desch, Conny Mittenzwey, Anja Schuler (ohne Bild)



Hiltrud Wolf, Dr. Karin Hof-Schübler

Spargelspitzen auf Risotto

Spargeltraum

Zutaten für 4 Personen

- 300 g weißer Spargel
- 200 g grüner Spargel
- 1 Zwiebel
- 3 EL Butter
- 400 g Risotto-Reis
- 2-3 EL Weißwein
- 3/4 l Gemüsebrühe
- 50 g geriebener Parmesan
- Salz und Pfeffer



Zubereitung

Den Spargel schälen, in Stücke schneiden und in 3/4 l Wasser 13–15 Min. garen, dann Spargelspitzen beiseite legen.

In einem Topf die anderen Spargelstücke mit der kleingeschnittenen Zwiebel in 1 EL Butter (alternativ Sojabutter) andünsten. 400 g ungekochten Risotto-Reis (Arbono oder Carnazoli) dazugeben, mit 2-3 EL Weißwein und 2 Schöpfkellen Spargelwasser ablöschen, dann nach und nach mit der Gemüsebrühe angießen und jeweils einkochen lassen, bis der Reis bissfest ist. Zum Schluss 2 EL Butter und den Parmesan untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf dem Teller anrichten und zuletzt die Spargelspitzen auf den Reis setzen. Bon Appetito.

Ihr Mauro Fedetto



Fibromyalgie aus Sicht der Chinesischen Medizin

von Dr. Christian Schmincke

Bezüglich der rheumatologischen Einordnung des FMS herrscht in der Literatur ein ziemliches Wirrwarr. Wir wollen hier der Einfachheit halber zwischen Weichteilschmerz mit Müdigkeit und Weichteilschmerz ohne Müdigkeit unterscheiden. Das erste ist für uns das „klassische“ FMS, wobei viele unserer Aussagen auch auf andere Formen des FMS zutreffen. Überschneidungen bestehen auch zum Müdigkeitssyndrom (CFS).

Zu den Symptomen der „klassischen“ FMS gehören:

1. diffuse Schmerzen im Bereich von Muskeln, Sehnen, Weichteilen, grundsätzlich symmetrisch re und li, gelegentlich unter Einschluss der Gelenke, Steifheit und Schwellungsgefühl der Gliedmaßen, allgemeine Schmerzüberempfindlichkeit
2. Druckschmerzhaftigkeit bestimmter Punkte an Rumpf und Gliedmaßen, an Muskel-Sehnen-Übergängen („Tender-Points“)
3. dauernde schwere Abgeschlagenheit, schnelle Erschöpfung nach körperlicher Betätigung, immer wieder Müdigkeitsanfälle, was die Alltagsplanung erschwert
4. ständiges Erkältungs- oder Fiebergefühl
5. chronische Schleimhaut-Irritationen, unproduktive Infekte, Allergien, Reizdarm, Nahrungsmittelunverträglichkeiten
6. allgemeine Labilität: Periodenstörungen, Erregungszustände, Schlafstörungen, Depressionen, Wetterfühligkeit
7. Beschwerde-Verschlimmerung möglich durch Wetter, Regelblutung, seelische und kräftemäßige Überlastung, Nahrungsmittel, Infekte

(Symptom 1. bis 4. definieren die Krankheit, Symptom 5. bis 7. finden sich häufig)

Zur konventionellen Diagnostik des Fibromyalgie-Syndroms

Konventionelle Diagnostik: Die Diagnose ergibt sich aus den geschilderten Symptomen, Labor- und Röntgenuntersuchung sind meist unauffällig, die Tender-Points mögen für manche eine diagnostische Hilfe sein. Ein Akupunkteur, für den das diagnostische Abtasten von Körperregionen zur Standard-Diagnostik gehört, findet bei FMS-Patientinnen zahllose drucksensible Stellen auch außerhalb der „Tender-Points“. Bisweilen ist das gesamte Unterhautgewebe so berührungs- und druckempfindlich, dass eine normale Akupunktur in der Anfangsphase der Behandlung schlicht unmöglich ist.

Über die Behandlung

Die üblichen Rheuma-Mittel helfen kaum, auch Antidepressiva sind eher eine Notlösung („damit überhaupt etwas geschieht“). Interessant sind neuere Untersuchungen, die zeigen, dass regelmäßiges Bewegen trotz Schmerz und gegen den Schmerz dauerhaft helfen kann.

In der Klinik am Steigerwald sind seit 1996 über 500 Patienten mit der Diagnose Fibromyalgie stationär und in der Regel auch poststationär ambulant behandelt worden. Es handelte sich vorwiegend um schwere Verlaufsformen dieser Erkrankung. Unser multimodales Therapiekonzept stützt sich auf Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), vor allem der Chinesischen Arzneitherapie, wenn möglich Akupunktur, Moxibustion, QiGong, westliche und östliche Körpertherapien, vegetarische Ernährung und pflegerische Anwendungen, wie Schröpfen, Auflagen, Blutegel usw.

Unsere grundsätzliche Herangehensweise lässt sich wie folgt skizzieren:

- Die Chinesische Medizin geht „individualisierend“ vor, d. h. die westliche Diagnose allein reicht als Grundlage der Behandlung nicht aus. Es muss vielmehr zusätzlich zur westlichen eine chinesische Diagnose erhoben werden.
- Diagnosewerkzeuge sind eine außerordentlich detaillierte Krankenbefragung sowie spezielle körperliche Untersuchungen. Dies sind in erster Linie eine eingehende Betrachtung der Zunge und eine Tastung der Pulse über der daumenseitigen Arterie an beiden Handgelenken.
- Auf diesem Wege soll die Frage beantwortet werden, auf welche Weise das Gesamtsystem Mensch in der Vergangenheit aus der Balance geraten ist und wie der momentane individuelle Reaktionsstatus beschrieben werden kann.
- Aufgabe der Therapie ist es, Belastungen der Vergangenheit abzuarbeiten und das physiologische Kräftegleichgewicht wiederherzustellen.

Die Theorie hinter der Behandlung

Unsere erfreulichen therapeutischen Erfolge bei den genannten Diagnosen verdanken wir einem Krankheitsmodell des FMS, das die Fibromyalgie als immunologische Störung begreift. Von entscheidender Bedeutung für die Entstehung



Pulstastung mit Dr. Schmincke



Nacken-, Schulterbehandlung



Sinnliche Wahrnehmung der Heilkräuter



Fußbehandlung

Die neue Informationsseite www.fibromyalgie-tcm.de ist online.

Hier können Sie sich über alles rund um das Thema Fibromyalgie informieren. Ursachen, Therapien mit TCM, Tipps zur Selbsthilfe, Erfahrungsberichte von Patienten finden Sie auf dieser Seite, die ständig erweitert wird. Schauen Sie doch mal rein.



des FMS sind unterdrückte, nicht wirklich zur Ausheilung kommende Infekte der Atmungs- bisweilen auch der Urogenital-Organen oder des Darmes. Dabei lassen sich als Ursache dieser Immunschwäche immer wieder psychisch bedingte Abgrenzungsstörungen, nicht selten auch Missbrauchserlebnisse in der Kindheit ausmachen.

Eine besondere Rolle spielt in diesem Zusammenhang die EBV-Infektion. Da die meisten Erwachsenen EBV-Antikörper im Blut haben, ist die Aussage „EBV macht FMS oder CFS“ nicht besonders zielführend. Wir fragen deshalb, um diesen Zusammenhang zu präzisieren, immer danach, ob der Epstein-Barr-Virus wirklich ein Pfeiffersches Drüsenfieber mit Lymphknotenschwellung, ausgeprägtem Krankheitsgefühl und nachfolgenden Müdigkeitsphasen hervorgebracht hat.

Chinesisch gesehen könnte man das FMS als Musterbeispiel für ein steckengebliebenes Infektgeschehen bezeichnen. Das typischerweise immer wieder aufflackernde Erkältungsgefühl verweist deutlicher als bei anderen rheumatischen Erkrankungen auf den Ursprung dieses Krankheitsprozesses. Der Abwehrvorgang „hängt“, der Infekt findet keine adäquate Ausleitung. Es besteht ein Zustand ineffektiver, immunologischer Daueraktivierung. Der Infekt-Wiederholungszwang kostet Kraft und lässt den Prozess in die Tiefe sinken. Da der Entzündungsprozess kein Ventil findet, sammeln sich gewebsgebundene, entzündliche Altlasten an.

Müdigkeit, Schmerzen und die „inneren“ Symptome finden so ihre Erklärung. Phasengerecht an den Verlauf angepasste Arzneipflanzen müssen helfen, die Gewebe und Schleimhäute von Altlasten zu befreien, die Schleimhautorgane zu ernähren und das Entzündungsgeschehen in physiologisch sinnvolle Bahnen zu leiten. Die nachhaltige Besserung von Schmerzen und Müdigkeit stellt sich ein, wenn das Immunsystem wieder Infekte mit produktivem Husten und Schnupfen hervorbringt.

Der psychische Faktor

Aus unserer Sicht muss das FMS als primär körperliche Erkrankung ernst genommen werden. Die Tatsache, dass die Diagnose „Fibromyalgie“ sich allein auf Symptomatik und körperliche Untersuchungen stützt, weil technische Befunde (Labor, Röntgen, usw.) nicht zu erheben sind, teilt das FMS mit vielen anderen „körperlichen“ Erkrankungen. Zu nennen wären Migräne, seronegative Polyarthritis, Neuralgien...

Die Neigung mancher Ärzte, die Betroffenen gleich in die psychosomatische oder psychiatrische Ecke abzuschieben, wird häufig von Betroffenen beklagt. Die etwas schlichte Schlussfolgerung: „Röntgen – kein Befund, Labor – kein Befund, dann wird es wohl die Psyche sein“ ist weder logisch noch menschlich vertretbar.

Denn erstens gibt es überhaupt keinen Grund für die Annahme, gestörte körperliche Funktionen müssten immer apparatdiagnostisch darstellbar sein; das Gegenteil ist vielfach belegt. Zweitens ist es genauso unsinnig, vorauszusetzen, eine psychisch betonte Störung dürfe sich nicht z. B. in der Veränderung von Laborwerten ausdrücken.

Natürlich sollte bei jeder Krankheit der Faktor Psyche mitbedacht werden:

1. Eine Schwächung der Abwehrkraft wird begünstigt durch psychische Belastungen und Abgrenzungsprobleme, meist in der Kindheit.
2. Das FMS stellt aufgrund der Vielfalt und Wechselhaftigkeit der Beschwerden hohe Anforderungen an die psychische Verarbeitungsfähigkeit der Betroffenen. Ständige Versagenerfahrung ebenso wie der verzweifelte Kampf um die soziale und medizinische Anerkennung der eigenen evident erlebten Leiden kann depressiv machen.

Ausblick

Auch für die Chinesische Medizin sind Fibromyalgie-Patienten eine therapeutische Herausforderung. Ist eine langfristige Begleitung mit chinesischen Arzneimitteln, z.T. mit Akupunktur oder verwandten Methoden, Körpertherapie, QiGong und Ernährung möglich, können Besserungen bis hin zur vollständigen Remission der Erkrankung im Einzelfall erreicht werden. Dabei sind meist Zeiträume von mehreren Jahren zu bedenken.



QiGong Einzelstunde



Dr. Schmincke bei der Moxibustion



Dr. Schmincke erklärt die chinesische Therapie



QiGong in der Gruppe



Bauchbehandlung

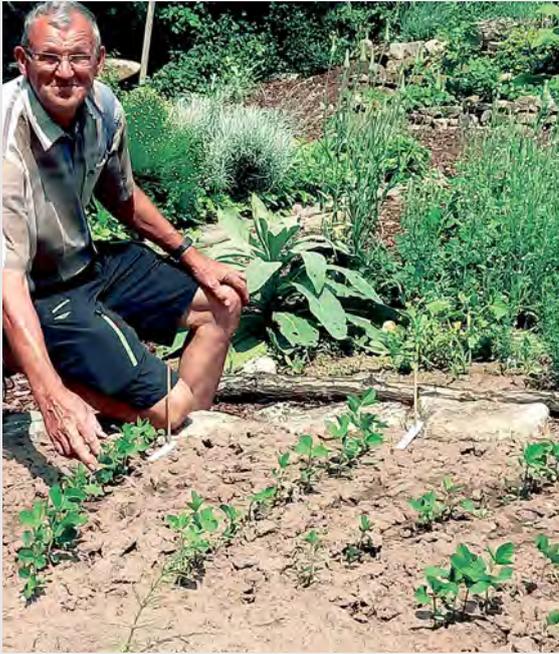


intuitives Bogenschießen



Patientin trinkt Dekott





Gärtner Josef Meyer erklärt den Sojaanbau

Das Soja Experiment 1000 Gärten

Die Klinik nimmt an dem Anbauversuch der Sojapflanze in Deutschland teil, das initiiert wird von der Universität Hohenheim zusammen mit der Taifun Tofu GmbH. Ziel ist es, die Sojapflanze auch in Deutschland heimisch werden zu lassen. Dazu ist eine auf breitem Fundament aufbauende Erforschung der unterschiedlichen Sojapflanzen-Spezies nötig. Es geht um das Wissen der optimalen Merkmale bezüglich Aufzucht in gemäßigten bzw. kalten Klimazonen, Proteingehalt und Verarbeitung zu hochwertigem Bio-Tofu.

Seit Anfang Mai 2018 sind die 12 x einen Meter langen Reihen der Soja-Saatbänder im Klinikgarten eingepflanzt. Sie sind nach einer

guten Woche gekeimt und werden demnächst in die Blüte-Phase übergehen.

Josef Meyer, unser Klinikgärtner, betreut den Anbauversuch und ist zuständig für die Gärtner-Logbuch-Eintragungen, wie Keimung, Zahl der Blüten und der Schoten, Etagenbildung der Pflanzen usw. Ein elektronisches Aufzeichnungsgerät misst ständig die Temperatur. Der Klinikgarten hat übrigens die Nr. 13.464, das Projekt „1.000 Gärten“ ist somit überaus erfolgreich. Unterstützt wird das Soja-Anbau-Projekt vom Forschungszentrum Jülich und dem Bundesministerium für Bildung und Forschung. Wir werden weiter berichten.

Chinesische Heilkräuter im Garten



Fahnen für die chinesischen Heilpflanzen im Klinikgarten

Rohdrogen, so der korrekte Apotheker-Ausdruck für die chinesischen Heilkräuter, lernen unsere Patienten normalerweise als getrocknete Ingredienzien der Rezepturmischung kennen, die ihnen die Ärzte nach kundiger Diagnose verschreiben. Oder, falls die Rezepturen schon abgekocht ausge-

händigt werden, in Form der wässrigen Extrakte, als Dekokte. Wir wollten dies ändern. Zumal ja bis zu 20 dieser Heilkräuter mittlerweile auch in Bayern angebaut und vertrieben werden. Doris Hofstetter und das Gartenteam haben dazu einige dieser Pflanzen besorgt. In den Hochbeeten werden sie vorgezogen. Das Gartenteam sucht dann geeignete Gartenstellen, die ihrem natürlichen Habitaten ähneln und pflanzen sie aus. Alle Chinesischen Heilpflanzen bekommen eine kleine Stofffahne, auf der sie mit lateinischem und deutschem Namen gekennzeichnet sind.

Küchenverstärkung



Küchenteam mit Chefkoch Samuel

Es ist Ende April und Samuel Decker ist ein Star unter den Patienten der Klinik. Der Junge unternimmt vieles zusammen mit Kliniklehrerin

Natascha Reiter. Neben den therapeutischen Impulsen und pädagogischen Projekten hat Samuel Freude daran, den im Klinikwald fast überall wachsenden Bärlauch zu sammeln. Das kräftig nach Knoblauch riechende Kraut findet den Weg in die Klinikküche. Dort verarbeitet Samuel unter tatkräftiger Anleitung der Küchenchefinnen den Bärlauch zu Pesto und serviert ihn seinen Mitpatienten. Zum Dank dafür bemalen ihm seine neuen Genuss-Freunde eine Schürze. Für kurze Zeit übernimmt Samuel die Küche als neuer Chefkoch.



Werke der neuen „Jungen Wilden“

Junge Künstler am Werk

Im Rahmen der ADHS-Behandlung wird mit den Kindern auch kreativ gearbeitet. Mancher junge Patient zeigt sich begabt. So zieren schöne Bilder oder Platzsets jetzt das Haus.

Im Teehaus ist eine Reihe von Bildern zu bewundern, die nur mit Naturmaterialien geschaffen wurden.

Hier kommen Sie zu Wort



Warum Mobbing Neurodermitis verursacht

und wie ich durch chinesische Medizin meine Gesundheit wieder gefunden habe.

Ich bin Rechtsanwaltsfachkraft und eine vitale Frau. Ich arbeitete bei einem kommunalen Energieunternehmen und die Arbeit machte mir Freude. Zweieinhalb Jahre ging alles gut. Dann bekam ich einen neuen Abteilungsleiter und alles in meinem Leben änderte sich. Verbale Ausfälle, persönliche Grenzüberschreitungen und berufliche Ungleichbehandlungen führten bei mir zu einem Dauerstress Thema. Ich konnte nach der Arbeit nicht mehr gut abschalten, war ständig erschöpft, hatte schwere Schlafstörungen und auf der Arbeit wurde das Karussell nur noch mehr angestoßen. Einmal musste ich sogar notfallmäßig vom Arbeitsplatz in eine Klinik gefahren werden.

Der Stress schlägt sich in Hitzeempfindungen im Gesicht und Hals-Bereich nieder, juckende Rötungen, Schwellungen bis zum Dekolleté. An normale Arbeit war in diesen schweren Phasen nicht mehr zu denken. Klinisch litt ich an einer schweren Neurodermitis vor allem im Gesicht und am Dekolleté. Ursache: berufliche Ungleichbehandlung, auf Deutsch: ich war ein Mobbingopfer.

Fünf Jahre meines Lebens ging ich durch die Hölle. Die Lebensqualität lag am Boden. Teilweise konnte ich wegen der schweren Symptome nicht das Haus verlassen. Ein Sozialleben war manchmal kaum mehr vorhanden. Der starke Juckreiz im Gesicht führte zu Schlaflosigkeit, die Schlaflosigkeit zu schwerer Erschöpfung. Wenn ich mir Bilder von damals anschau, kann ich kaum glauben, dass ich das war.

Für mich wurde schnell klar, dass Cortison, das einzige therapeutische Angebot, nicht hilft. Ich hatte den Eindruck, Cortison macht es auf die Dauer nur noch schlimmer. Einen Tipp bekam ich von unerwarteter Seite. Im Rahmen der arbeitsrechtlichen Auseinandersetzung mit meinem

Mobber und den Verantwortlichen der Geschäftsführung, brachte mich eine Beraterin der Arbeitskammer Saarland auf die Idee, es mit Chinesischer Medizin zu versuchen, ich sollte mich bei der Klinik am Steigerwald melden.

Hier in der Klinik kam ich schnell wieder auf die Beine. Die Chinesischen Arzneien und die Akupuncturen sind ein Lebenselixier für mich gewesen. Der Druck auf meine Haut verringerte sich von Tag zu Tag, eine ganz erstaunliche Entwicklung. Für Chefarzt Dr. Schmincke ist meine Krankengeschichte kein Buch mit sieben Siegeln gewesen. Er hat das super erklärt. Bei mir ist der psychische Druck am Arbeitsplatz direkt auf das Immunsystem durchgeschlagen und hat eine schwere Neurodermitis verursacht. Für die Chinesische Medizin sind Haut und Schleimhautsystem sowohl Abgrenzungs- als auch Immunorgane. Gerät ein Mensch unter starken seelischen Druck, wie bei Mobbing-situationen, können die Außenhaut, aber auch die Schleimhäute sich entzünden.

Die Therapie mit den chinesischen Dekokten hat sehr geholfen. Natürlich haben auch das Ernährungskonzept und das QiGong ihren Teil getan. Die Entzündungs- und Leberwerte normalisierten sich in gleichem Tempo wie die Haut. Nach einer Anfangsverschlimmerung ist die Genesung in den zwei Wochen Aufenthalt gut vorangekommen. Für mich war der Klinikaufenthalt ein entscheidender Schritt fürs ganze Leben.



Bei der Pulstastung durch Dr. Schmincke

Sylvie Krach, 44 Jahre



Alles Gewinner

Am 29.4.2018 fand ein Tischtennis-Turnier in der Klinik am Steigerwald statt. Organisiert wurde es von der Kliniklehrerin Natascha Reiter. Teilgenommen haben von links nach rechts Michaela Ludwig, Jörg Widmann, Samuel Decker, Natascha Reiter, Ja'n Winter. Gewinner des Turniers ist Jörg Widmann. Er bekommt als 1.Preis ein Kochbuch des Hauses. Herzlichen Glückwunsch.

Unterstützen Sie uns mit Ihrer Spende oder werden Sie Fördermitglied!

Als Patient oder Freund der Klinik am Steigerwald haben Sie Einblick in unsere Arbeit erhalten. Wenn Sie geneigt sind für eine gute Sache Geld zu geben, können Sie mit einer ein- oder mehrmaligen Geldspende diese Arbeit unterstützen. Dies ist steuerlich absetzbar, da der Verein als gemeinnützig anerkannt ist.



Förderverein
Chinesische Medizin
in Deutschland e.V.

Förderverein Chinesische Medizin
in Deutschland e.V.
c/o Klinik am Steigerwald
Waldesruh, 97447 Gerolzhofen

Tel. 09382 / 949-230
info@tcm-forschung.de
www.tcm-forschung.de

Patienteninformationstage

Ablauf der Veranstaltungen

Um 11.00 Uhr hält Chefarzt Dr. Schmincke einen ausführlichen Vortrag zum jeweiligen Krankheitsbild. Anschließend gibt es Zeit für Fragen. Um 13.00 Uhr bekommen Sie ein leckeres vegetarisches Mittagessen. Um 14.00 Uhr berichten ehemalige Patienten über ihren Krankheitsverlauf und ihre Behandlungserfahrungen in der Klinik.

Nach einer kurzen Pause beginnt die Abschlussrunde zum Thema Kostenübernahme und Aufnahmeformalitäten für einen Klinikaufenthalt. Nach Ende der Veranstaltung können Interessierte bei einer Führung die Klinik besichtigen.

Polyneuropathie und Restless Legs

Sa., 11.08.2018
Sa., 06.10.2018

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

So., 12.08.2018

ADHS

So., 07.10.2018

Die Tagesveranstaltung kostet incl. Mittagessen 25,- Euro pro Person und ist auf 50 Teilnehmer begrenzt. Eine vorherige verbindliche Anmeldung ist erforderlich. Anmeldung und weitere Infos bei Christa Bärthlein Tel. 09382/949-207

Lebenspflege

Kurse für alle

Leben in Resonanz mit dem Sein Teil 3

mit Thomas Hansen und Raphael Schmid
Fr., 21.09. – So., 23.09.2018

Akupressur & Co. – Hilfe zur Selbsthilfe

mit Beate Bachus
Di., 09.10.2018 | 9.00 – 12.00 Uhr

QiGong Yangsheng – Die 8 Brokatübungen Teil 2

mit Gabriele Stellwaag
Sa., 20.10.2018 | 9.30 – 17.00 Uhr

Herz-QiGong

mit Tomo Masic
Sa., 27.10. – So., 28.10.2018

Yoga-Workshop

mit Jana Nungesser
So., 04.11.2018 | 9.00 – 13.00 Uhr

Weg des Pinsels

mit Dorothee Wittmann-Klemm
Sa., 10.11.2018 | 10.00 – 16.30 Uhr

Wohlfühl für den Rücken

mit Isy Becker
Sa., 11.11.2018 | 10.00 – 18.00 Uhr

Anmeldung bei Doris Hofstetter:
fortbildung@tcmklinik.de
Tel. 0 93 82 / 949-233



Heilungschancen für junge Menschen

Wir brauchen Ihre Hilfe, damit wir helfen können!

Patrick Kling

Tel. 0 93 82 / 949 - 201
Fax 0 93 82 / 949 - 209
stiftung@tcmklinik.de

Führungen durch die Klinik

mit Vortrag über die Klinikarbeit:
jeweils dienstags

von 14.00 Uhr bis ca. 15.45 Uhr

| 28.08.2018 | 25.09.2018 |

| 23.10.2018 | 27.11.2018 |

| 11.12.2018 |

Interessierte können Einblick in die Klinik nehmen und werden eingehend über die angewandten Behandlungsmethoden und das zugrunde liegende Konzept informiert.

Anmeldung unter Tel. 0 93 82 / 949-230

Die genauen Zeiten zu den einzelnen Veranstaltungen der Klinik finden Sie jeweils drei Wochen vorher unter www.tcmklinik.de oder erhalten Sie telefonisch in der Klinik unter Tel. 09382 / 949-207.

Die Klinikzeitung & Das Abonnement

Bei Interesse schicken wir Ihnen gerne «Die Klinikzeitung» der Klinik am Steigerwald kostenfrei zu. Sie erscheint halbjährlich.

Couvertierung und Versand erledigt für uns die Seubert Lettershop GmbH Würzburg.

Einfach Coupon ausfüllen und an uns schicken:

Klinik am Steigerwald

PR-Abteilung
97447 Gerolzhofen
oder per Fax
0 93 82 / 949-209
oder Sie rufen an:
0 93 82 / 949-207

Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechts
PR-Abteilung der
Klinik am Steigerwald
Michael Brehm
Bettina Meinnert

Grafische Umsetzung
Weyhe, Grafikdesign
Tübingen

Fotos
Klinik am Steigerwald

Ja, bitte schicken Sie mir kostenfrei und regelmäßig «Die Klinikzeitung» zu.

Name

Straße

Postleitzahl, Ort

Telefon

Ich bin, bis auf schriftlichen Widerruf, damit einverstanden, dass meine Daten zum Versand der Klinikzeitung von der Klinik verwendet und an einen Versendungs-service weitergegeben werden dürfen. (Gemäß DSGVO)

Datum, Ort

Unterschrift

Coupon

Coupon