



Klinik
am Steigerwald

Chinesische Medizin und
biologische Heilverfahren

Die Klinikzeitung

21
JAHRE

KLINIK
AM STEIGERWALD



Gesundheit mit Weitblick

Editorial

„Tue Gutes und sprich darüber“

Liebe Leserinnen und Leser,

Kommunikation ist alles, oder: ohne Kommunikation ist alles nichts. Immer wieder erleben wir, trotz hervorragender Ergebnisse, eine Belegungsflaute. Und es geht uns nicht allein so. Gerade Kliniken, die nachhaltig naturbeil kundlich arbeiten, kennen dieses Problem.

Natürlich! Die gesetzlichen Krankenkassen verweigern die Bezahlung und es ist nicht immer einfach, die anfallenden Kosten als Selbstzahler zu tragen.

„Erfahre Gutes und sprich darüber“. Genauso wie wir in unserer Therapie zusammen mit den Patienten innere Blockaden lösen und eine gute Verbindung zwischen Innen und Außen ermöglichen, ist die Kommunikation über unsere Arbeit in der Klinik unerlässlich.

Der eine Teil ist die professionelle Öffentlichkeitsarbeit, der andere Teil sind die vielen kleinen Erfahrungsberichte von zufriedenen Patienten, das Mund-zu-Mund geführte Wort. Immer wichtiger werden auch die digitalen Medien, die neue Homepage, der Facebook-Auftritt und der YouTube-Kanal.

Ohne Kommunikation ist Stillstand, in jeder Beziehung, ob zum eigenen Körper, zwischen Menschen oder für Kliniken wie unsere. Möge auch diese Zeitung wieder ein Anstoß für Kommunikation über das sein, was hier passiert, damit die davon erfahren, die es noch nicht wissen.



Herzlich

Michael Brehm & Bettina Meinert



Mauro Fedetto bei der liebevollen Herstellung seines vegetarischen Verwöhnprogramms.

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Freunde, Förderer und Interessierte

Nicht ohne Grund ist die Diätetik eine der fünf Säulen in der Chinesischen Medizin. So steht die Ernährung im Zentrum dieser Ausgabe der Klinikzeitung. So geschmacklich ansprechend und befriedigend gutes Essen sein kann, ist es vielleicht dennoch auch bedenkenswert, dass der Mensch eher für den Mangel als für ein „Zuviel“ gemacht ist. Manchmal ist es gesünder den Hunger auch mal ein paar Stunden zu genießen und die „Mitte“ zu entlasten, bevor sie wieder mit leckeren Kreationen in die Pflicht genommen wird.

Bei einer meiner letzten Heilpflanzenexkursionen nach China gab es Frühstück in einer Universitätsmensa. Serviert wurde Reis-Suppe, sogenanntes Reis-Congee, gewonnen durch sehr langes Kochen von weißem Reis mit viel Wasser ohne Salz, Gewürze oder sonstige Zutaten. Es gab keinen Tee oder ein anderes Getränk. Wer wollte, konnte sich von dem üblichen Wok-Geschmor-

ten, Gemüse mit oder ohne kleine Fleisch-Stückchen nehmen. Mit dem Reis-Congee zu Tagesbeginn wollte die Universitäts-Leitung den Studenten und ihrem Verdauungssystem, der „Mitte“, anscheinend etwas Gutes tun. Die Mitte mag es warm. Die leicht verdauliche Reissuppe bringt unsere Mitte sanft in Schwung, damit sie nicht streikt, wenn sie im Laufe des Tages Unterrichts-Stoff in großen Portionen verdauen muss.

Wir sollten also beim Essen nicht immer nur an Vitamine usw. denken. Manchmal ist es wichtiger, dafür zu sorgen, dass unsere Mitte arbeitsfähig und bei Laune ist, bevor wir uns ins Tagesgetümmel stürzen.

In diesem Sinne

Ihr Christian Schmincke

Tipps aus der Pflege

Leibwickel

Beim Leibwickel handelt es sich um eine Wickeltechnik, bei welcher der Bauchraum bis zu den Lenden mit einem feucht-heißen Tuch ummantelt wird. Das Tuch bleibt circa 20 Minuten auf dem Bauch, anschließend sollte man noch 10-15 Minuten nachruhen. Durch die feucht-heiße Wärme wird die chinesische Mitte gestärkt, wodurch die Produktion der Verdauungssäfte angeregt und der Darm geweitet wird. In Folge dessen ist der Verdauungstrakt optimal auf die bevorstehende Nahrungsaufnahme vorbereitet. Um diese Optimierung des Verdauungssystems zu erreichen, empfiehlt es sich den Wickel circa eine Stunde vor der großen Hauptmahlzeit durchzuführen. Neben den positiven körperlichen Effekten trägt der Wickel zudem zur Entspannung und dem Empfinden von Geborgenheit bei.

Sie brauchen

- 1 großes Badetuch (Außentuch)
- 1 kleines Handtuch (Nässeschutz)
- 2 Geschirrtücher (Naturfasern)
- 1 Wärmflasche mit Bezug
- ca. 1L heißes Wasser

Ausführung

- Das große Badehandtuch auf Leibhöhe im Bett ausbreiten.
- Ein Geschirrtuch zweimal falten und fest zusammenrollen.
- Das zweite Geschirrtuch ausbreiten, die erste Rolle mittig einrollen, sodass ein „Bonbon“ entsteht.
- Das „Bonbon“ an den überstehenden Enden greifen und in der Mitte mit ca. der Hälfte des heißen Wassers übergießen.
- An einem Wasserhahn oder an einer Duschstange auswringen.
- Die Wärmflasche mit dem restlichen heißen Wasser flach befüllen.
- Vorsichtig das innere Geschirrtuch aus dem „Bonbon“ auspacken und bei angemessener Temperatur vorsichtig auf den Bauch legen.
- Das kleine trockene Handtuch über das nasse Geschirrtuch legen und wenn möglich unter die Seiten des Körpers schieben.
- Die Wärmflasche darüber legen und mit dem großen Badehandtuch den gesamten Wickel umschließen.
- Circa 20 Minuten ruhen.
- Den feuchten Teil des Wickels entfernen und mit der Wärmflasche auf dem Bauch anschließend für etwa 10 Minuten nachruhen.



Sr. Elke und Maria



Die Lotusblüte öffnet sich ins Licht

Qi Gong Übung mit Mona Blasek

1. Ausgangsstellung: hüftbreit stehen im Parallelstand.
2. Mit einem großen Schritt nach hinten ein Bein auf den Ballen und die Zehen stellen,
3. langsam den Fuß sinken lassen bis die Ferse auch am Boden aufsetzt. Das Gewicht auf das vordere Bein verlagern.
4. Die Arme seitlich ausgebreitet anheben bis sich
5. die Oberarme auf gleicher Höhe wie die Schultern befinden und mit den Unterarmen zusammen einen Kelch bilden.

In der Vorstellung bilden Kopf und Arme die Blüte einer Lotusblume.

6. Jetzt dreht der Oberkörper zum vorderen Bein, darauf
7. dreht der Kopf in dieselbe Richtung weiter zur geöffneten Hand.

Dann die Bewegung in umgekehrter Reihenfolge zurück machen, erst den Kopf zurückdrehen, dann den Oberkörper, die Arme sinken lassen und den Fuß auf den Ballen und die Zehen stellen, sich abstoßen und das hintere Bein wieder parallel neben das vordere setzen.

Mit dem anderen Bein wiederholen. (1. – 7.)

Die Stellung fordert den Gleichgewichtssinn heraus, die Verbindung von Unten und Oben ist angesprochen. Durch die Drehung werden beide Aspekte noch einmal verstärkt.

Der Hüftbeuger wird gedehnt, die Rumpfwand muss sich beteiligen. Beide muskulären Aktionen wirken auf die Aufrichtung und Stabilität von Beinen/Rumpf und Nacken/Schultern.



Mit dem Klinik-Boulevard wollen wir uns auch von unserer privateren Seite zeigen und Ihnen gegenwärtig bleiben, ganz so, wie viele ehemalige Patienten es sich wünschen. Bei mehr als 90 Mitarbeitern gibt es immer Bewegungen, neue Mitarbeiter werden eingestellt, andere gehen in den Mutterschutz usw. Hier unser kleiner Personalparcours:



Sandra Schmied, Ärztin

Der kleine Emil entwickelt sich prächtig und so kann die Mama wieder einsteigen ins Team. Sandra Schmied arbeitet zunächst tageweise in der Ambulanz und wird nach und nach weiter Aufstocken. Sie hat gefehlt. Gut, dass sie wieder dabei ist.



Thomas Hansen, Körpertherapie,

ist der neue stellvertretende Leiter der Körpertherapie und behält zwar weiterhin seinen Namen, heiratet aber auch. Er heiratet seinen Partner Raphael am 11.08.2017. Die Mitarbeiter gratulieren von Herzen und wünschen beiden ein glückliches Leben miteinander.



Elke Meinl, Station

der Vorname bleibt, der Nachname ändert sich. Elke Meinl löst Elke Rufer in der Leitung unserer größten Abteilung ab. Die stellvertretende Leitung bleibt in erfahrenen Händen bei Maria Albert. Elke Meinl arbeitet seit vielen Jahren im Stationsteam. Nun stellt sie sich der Herausforderung das Team zu leiten. Wir haben keine Zweifel, dass das mit ihrer umsichtigen und freundlichen Art hervorragend gelingen wird.

Anna Kleinhenz, Hauswirtschaft

Eine weitere Instanz der Klinik hat uns Ende des Jahres 2016 verlassen, da sie in den wirklich wohlverdienten Ruhestand gegangen ist. Ein Hauswirtschaftsteam ohne Anna erscheint fast unvorstellbar. Über Jahre war ihr Anblick für Mitarbeiter und Patienten so vertraut, für jeden hat sie neben ihrer gründlichen Arbeit immer ein humorvolles und warmherziges Wort gehabt. Dr. Schmincke, als einer ihrer größten „Fans“, wird sie besonders vermissen. Wir danken für ihren Einsatz und ihre Arbeit und wünschen ihr einen aktiven Ruhestand.



Mona Blasek, Körpertherapie

Nach zweieinhalb Jahren in der Schweiz kommt Mona Blasek mit vielen neuen Erfahrungen, zur Freude von Patienten und Mitarbeitern, zurück ins Team der Körpertherapie. Im Lehrinstitut für Psychotonik bei Annelies Wieler hat sie ihr psychotonisches Wissen vertieft, hat viel Erfahrung in körpertherapeutischer Gruppenarbeit gesammelt und lässt die neuen Erfahrungen in ihre Behandlungen einfließen. Herzlich Willkommen zurück.



Karin Walterspiel, Ärztin

Das Ärzteteam bekommt Verstärkung in einer kompetenten neuen Fachärztin für Allgemeinmedizin mit Zusatz für Psychotherapie und Naturheilverfahren. Die Münchnerin war unter anderem 7 Jahre in der Psychoonkologie tätig. Bereits im Medizinstudium hat sie erste Erfahrungen mit Akupunktur, Tai Chi und Qi Gong gesammelt. In ihrer Freizeit tanzt sie gern argentinischen Tango, was sie mit einigen Mitarbeitern teilt. Herzlich willkommen im Team.



Sibylle Hahner, Verwaltung

Wer ist das? Am Bild erkennen sie natürlich alle. Den Mitarbeitern und Patienten seit 20 Jahren hier in der Klinik, als Sibylle Brincker bekannt, heiratet ihren langjährigen Partner und nimmt den Namen ihres Mannes an. Seit dem 22.07.2017 heißt sie also Sibylle Hahner. Alle Mitarbeiter gratulieren von Herzen und wünschen viel Glück für das gemeinsame Leben.



Elke Rufer, Station,

hat sich nach 15 Jahren entschlossen, sich beruflich zu verändern. Ab 1. Juli leitet sie die Tagespflege in Gerolzhofen, die von der AWO neu aufgebaut wird. Als Stationsleitung erschien sie als „feste Instanz für alle Zeiten“. Zum Glück hat sie ihr Team so gut aufgestellt, dass es unter neuer, erfahrener Leitung perfekt weiter arbeiten wird. Wir wünschen ihr viel Freude an der neuen Arbeit und werden sie vermissen. Danke für die jahrelange gute Zusammenarbeit.



mit im Team:

Beate Bachus,
Sibylle Hahner (ehem. Brincker)
Rosa Kalteis
Birgit Mayer-Bedenk (ohne Bild)
Diana Wagner

10 JAHRE

mit dabei ist:
Jan Hendriksen



20 JAHRE



Das Klinikteam
gratuliert



Nahrungsmittelunverträglichkeit aus chinesisches



Dr. Christian Schmincke

Mit dem Begriff „Nahrungsmittelunverträglichkeit“ bezeichnet man ganz allgemein die Überempfindlichkeit von Personen gegenüber Speisen, die von der Mehrheit der Bevölkerung ihres Kulturkreises vertragen werden.

Es handelt sich hier ganz offensichtlich um eine moderne Krankheit oder besser: Krankheitsfamilie. Sie hat in den letzten Jahren und Jahrzehnten in einem Maße zugenommen, dass die Medizin in Forschung und Therapie gewaltig hinterherhinkt. So leiden heute in Europa, um nur einmal eine Störung herauszugreifen, fünf mal so viele Menschen an Glutenunverträglichkeit wie vor 50 Jahren.

Hochschulinternisten sprechen von einem der ungelösten Probleme der modernen Gastroenterologie.

■ Einig ist sich die medizinische Wissenschaft in zwei Punkten:

1. Alle Labor- oder sonstigen technischen Untersuchungen zur verlässlichen Identifizierung einer bestimmten Unverträglichkeit sind mit großen Unsicherheiten behaftet. Die Folge kann sein, dass der Patient immer wieder in Zweifel gestürzt wird, ob er dieses oder jenes essen darf, was die Unbefangenheit bei der Nahrungsaufnahme und damit in manchen Fällen auch die Verträglichkeit beeinträchtigt.

2. Innerhalb der Schulmedizin gibt es keine Heilungsmöglichkeit (wenn man einmal von der Akutbehandlung einer gefährlichen allergischen Reaktion absieht). Darüber hinaus bleibt für die Betroffenen nur konsequentes Vermeidungsverhalten. Lebensmittelindustrie und Handel haben sich auf diese Situation eingestellt und bieten entsprechende Spezialdiäten wie z.B. Glutenfreie Lebensmittel für Patienten mit echter (oder vermeintlicher) Zöliakie.

■ Die Beschwerden

Das Symptom-Spektrum einer Nahrungsmittelunverträglichkeit ist vielfältig. Im Vordergrund stehen Magen-Darm-Beschwerden wie Völlegefühl, Übelkeit, Unruhe im Bauch, Brennen, Blähbauch, häufige Winde, Schmerzen, Durchfälle, Verstopfung. Auch blutige oder schleimige oder übel riechende Stuhlgänge werden berichtet. Speziell Allergiker leiden unter Juckreiz, Kribbeln und Brennen der Mundschleimhaut; die allergische Reaktion kann die Haut in Mitleidenschaft ziehen mit Quaddel-Bildung, Ekzem-Schüben, Schwellung von Hals und Gesicht. Letzteres, zusammen mit einem Anschwellen der Schleimhäute von Rachen und Kehlkopf kann zu akuter Luftnot und, bei Übergreifen auf die Bronchien, zu Asthma-Anfällen führen.

Unverträglichkeitsreaktion kann Symptome zeigen, wie bei einer „echten“ Lebensmittelvergiftung.



©rainbow33 - stock.adobe.com





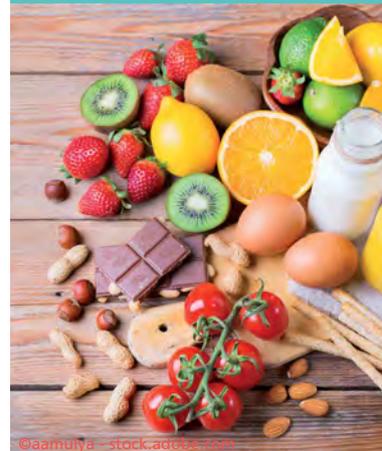
Unverträglichkeiten aus chinesischer Sicht

Gar nicht so selten sehen wir auch Patienten, bei denen die Unverträglichkeitsreaktion tiefere Schichten erreicht. Dies äußert sich in Symptomen, wie denen einer „echten“ Lebensmittelvergiftung z.B. nach Fisch oder verdorbenen Speisen: Müdigkeit, schwere Abgeschlagenheit bis hin zur Depression, Kreislaufstörungen, Weichteil- und Gelenkschmerzen, bisweilen Fieber. In diesen Fällen haben die durch die Nahrungs-Fehlverarbeitung gebildeten Gifte oder Entzündungsstoffe die schützende Schleimhautbarriere durchbrochen und sind in eine tiefere Schicht eingedrungen, die in der Chinesischen Medizin „das Blut, die Säfte“ („Xue“) genannt wird.

■ Zur Diagnostik

Goldstandard ist der Provokationstest, den jeder (außer bei Vorliegen einer Neigung zu schweren allergischen Reaktionen) daheim durchführen kann. Dazu werden drei Tage lang zuverlässig als verträglich erwiesene Speisen genossen. Im Extremfall können das z.B. Kartoffeln oder Reis-Suppe (Reis-Congee) mit Butter und Salz sein. Nach dem anschließenden Genuss des verdächtigen Lebensmittels sollten sich jetzt die erwarteten, individuell typischen Symptome einstellen und anschließend unter Schonkost innerhalb von weiteren drei Tagen abklingen. Bei unsicherem Ausgang sollte der Versuch wiederholt werden.

Nahrungsmittelunverträglichkeit ist vielfältig



■ Der empfindliche Oberbauch

Sie werden zwar nicht zu den Nahrungsmittelunverträglichkeiten im engeren Sinne gerechnet, sind aber doch recht verbreitet: Zu nennen sind die Leber-Galle-Patienten, die Fettiges, Gebratenes oder Rohkost, ferner die Magenempfindlichen, die nichts Saures, keinen Zucker, keinen Kaffee, keine alkoholischen Getränke usw. vertragen.

Eine Behandlung erfolgt hier natürlich nur dann, wenn die erforderliche Einschränkung des Speiseplanes dem Patienten zu hohe Opfer abverlangt. Bewährt haben sich chinesische Arzneirezepturen, auch Akupunkturprogramme, zur Regulierung der Verdauungsfunktion.

Einzelne Krankheitsbilder:



■ Laktose-Intoleranz

Viel von sich Reden gemacht haben in den letzten Jahren die Laktose- und Fruktose-Intoleranz, also die Unverträglichkeit von Milchzucker in Milchprodukten bzw. Fruchtzucker in Obst, was sich in vielfältigen Verdauungsbeschwerden nach dem Genuss von Milchprodukten (oder mit Fruktose gesüßten Getränken) äußert. Sie beruht im ersten Fall auf einem Mangel des

Verdauungsenzyms Laktase. Als Erklärung für das Aufkommen und die Häufung dieser modernen „Seuchen“ kursieren verschiedene Theorien, die mir aus biochemischer Sicht nicht besonders einleuchtend erscheinen. Auch die Frage, warum diese Erkrankung in den letzten Jahren zugenommen hat und ob dies überhaupt der Fall ist, bleibt letztlich ungeklärt.



Essen wird zum
Problemthema



Die moderne Konsum-
gesellschaft überfordert



Dr. Schmincke erklärt
die Meridianbahnen



■ Zöliakie

Ein weiteres Spezialkapitel innerhalb der Nahrungsproblematik stellt die Zöliakie dar, die Unverträglichkeit gegenüber den Kleberanteilen (Gluten) unserer Hauptgetreide Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste und, in geringerem Umfang, auch Hafer. Zugrunde liegt eine allergisch ausgelöste Entzündung der Dünndarmschleimhaut, die sich über einen Autoimmunprozess verselbständigt hat, was zum allmählichen Abbau der Dünndarmzotten führt. Das Vollbild der Erkrankung

lässt sich über bestimmte Laborwerte und Gewebsveränderungen nachweisen. Allerdings besteht hier eine große diagnostische Grauzone mit zweideutigen Befunden. So gibt es viele Menschen, bei denen eine Zöliakie im strengen Wortsinne nicht nachgewiesen ist, die aber gleichwohl diese Getreide, insbesondere Weizen nicht vertragen und auf andere Getreide ausweichen. Auch dies ein weites Feld, das sich wiederum berührt mit dem aktuellen Thema des „bösen“ Weizens.

■ Nahrungsmittel-Allergie

Vielleicht am besten erforscht sind die Lebensmittelallergien. Grundlage ist meist eine allgemeine Allergie-Bereitschaft etwa gegen Pollen, Tierhaare usw., die ja bekanntlich darin besteht, dass an sich harmlose Stoffe Entzündungen an den Schleimhäuten auslösen.

Die Symptome haben wir oben beschrieben. Hier sind oft ungekochtes Obst oder Nüsse die Auslöser. Besonders sensibel auf diese Nahrungsmittel reagieren die betroffenen Allergiker in „ihrer“ Pollensaison.

■ Nahrungsmittelunverträglichkeit im engeren Wortsinn

Mit dem eigentlichen Problemthema konfrontieren uns Patienten, die zahllose Nahrungsmittel nicht vertragen, ohne dass eine definierte Allergie oder Magen-Darm-Störung nachgewiesen werden könnte. Dies dürfte inzwischen wohl die größte Gruppe sein. Hier kann das noch tolerierte Lebensmittelspektrum in manchen Fällen z.B. auf Kartoffeln mit Mandelöl oder eine ähnliche Minimalkost zusammengeschrumpft sein.

Was bei diesen Menschen Lebensfreude und Vitalität erheblich beeinträchtigt, ist – zusätzlich zu den häufigen Magen-Darm-Beschwerden, der Müdigkeit, Weichteilschmerzen, Gewichtsverlust – der Zwang, ständig nach verträglichen Speisen Ausschau halten zu müssen und von gemeinschaftlichen Mahlzeiten weitgehend ausgeschlossen zu sein. „Essen“, das der Gesunde mit Genuss und Geselligkeit assoziiert, wird zum Problemthema.

Chinesische Therapie

Bei unseren chinesischen Therapien mittels Arzneirezepturen (gelegentlich unterstützt durch Akupunkturen) unterscheiden wir verschiedene Behandlungsphasen oder -stufen: Die Akutbehandlung kann Reizerscheinungen an den Atmungsorganen und gegebenenfalls der Haut (bei allergischen Reaktionen) lindern und den quälenden Bauchbeschwerden die Spitze nehmen.

Die mittel- und langfristig orientierte, auf nachhaltige Besserung zielende Behandlung, bedarf, um besser verständlich zu sein, eines kurzen Ausfluges in die Frühzeit der menschlichen Ernährung.

In der Frühzeit der menschlichen Zivilisation war nicht alles besser, aber vieles anders. Nehmen wir das Essen. Es ging eher karg zu. Wenn, selten genug, Nahrung im Überfluss vorhanden war (gute Beute, reiche Ernte, Feste), wurde reingehauen. Das war auch sinnvoll: Der Kühlschrank war noch nicht erfunden. Deshalb musste auf die körpereigenen Speicher zurückgegriffen werden. Was dann in guten Zeiten als Körperfett, Körperstärke und Körpereiweiß „eingelagert“ wurde, darauf konnte in den folgenden mageren Wochen oder Monaten zurückgegriffen werden. Das heißt, nicht nur in Notzeiten gab es regelmäßig Hunger. Der Stoffwechsel stand un-

ter dem ständigen Gesetz von Ebbe und Flut. Jede Klimazone, jede Kultur, jede Zeit hat ihren eigenen Speiseplan entwickelt. Er umfasst alle die Naturprodukte, die Menschen dieses Kulturkreises in ihrem Lebensraum finden oder herstellen können, die sie danach auch mögen und vertragen. Die jungsteinzeitlichen Ackerbauern entwickelte notwendigerweise eine ganz andere Esskultur als die Eskimos. Diese Prägung von Geschmack, Stoffwechsel und Verdauungsfunktionen ist eine Anpassungsleistung unseres Organismus. Mitakteure in diesem hochsensiblen Regulationssystem sind das Darmhirn, das darm-assoziierte Immunsystem und die körpereigene Bakterienflora, unser individuelles Mikrobiom.

Eine eher sparsame Ernährung mit regelmäßigen Hungerphasen hält gesund, leicht und fit (hierzu gibt es inzwischen zahlreiche wissenschaftliche Studien). Denn eine Ebbe-Und-Flut-Ernährung führt zu einem regelmäßigen Recycling unserer gespeicherten Reserven und hält die Dynamik der aufbauenden und abbauenden Stoffwechselsysteme auf Trab. Mit dem Tagesfasten wird sozusagen immer wieder die Reset-Taste gedrückt: Das Verdauungssystem kann sich neu ordnen, Reinigungs- und Reparaturarbeiten durchführen, sich regenerieren. (Magen und Darm zählen in der TCM zu den „Durchgangsorganen“, die, wie es heißt „mal voll, mal leer“ sind.)

Die reichen Gesellschaften der heutigen Zeit ächzen unter der Bürde eines maßlosen „Warendrucks“ in allen Lebensbereichen, auch in denen der Ernährung. Die Grenzenlosigkeit der Bedürfnisweckung und -befriedigung in der modernen Konsumgesellschaft überfordert durch Quantität, fragwürdige Qualität und übertriebene Vielfalt die Anpassungsfähigkeit unserer Verdauungs- und Stoffwechsel-Organen. Das Nicht-Mehr-Stattfinden von reinigenden Infekten lässt entzündliche Altlasten anwachsen, was zusätzlich Schleimhautschäden begünstigt.

■ Stufen der Therapie

Reinigung: Nahrungsstoffe und deren Abbauprodukte, die sich im Bereich der Schleimhäute und Gewebsräume angesammelt haben, identifizieren und ausscheiden. Damit soll die Dauer-Überforderung des „Darmhirns“ beendet werden. Es soll wieder im Stande sein, eine klare Unterscheidung zwischen gut und schlecht (chinesisch „klaren und trüben Energien“) zu fällen. Nebenbei werden mit diesem Therapieschritt auch entzündliche Stoffe ausgeschieden. Die hier verwendeten Rezepturen können sehr drastisch wirken und vorübergehend zu Müdigkeit und gehaltvollen Ausscheidungen führen.

■ Schleimhaut-Aufbau und -Regeneration

Dieser Rezeptur-Typ liefert Feuchtigkeit, und ordnet das Zellwachstum. Er wird im Anschluss, gelegentlich auch in Kombination mit den Reinigungs-Rezepturen eingesetzt.

■ Entzündungs-Regulierung

Insbesondere bei allergisch oder autoimmunologisch bedingten Unverträglichkeiten werden Heilpflanzen gegeben, die Atemwegsinfekten den Weg bereiten sollen und, wenn diese sich in Form von Husten, Schnupfen, Halsweh melden in einer Weise wirken, dass gehaltvolle Schleimabsonderungen über die Atemwege angeregt werden. Die immunologische Forschung sagt: Jeder gut durchgestandene bakterielle Infekt holt das Immunsystem ein Stückchen von dem allergischen „Irrweg“ zurück.

Unter der Therapie werden die Patienten zunächst ihre bewährte Schonkost fortführen. Im Laufe der Zeit können dann Stück für Stück verloren gegangene Nahrungsmittelprovinzen wieder in Besitz genommen werden. Natürlich wird sie vorsichtig und stets bereit sein, wieder einen Schritt zurück zu gehen, wenn sie einmal zu mutig war.

Die Behandlung verlangt Geduld. Als Belohnung am Schluss aber wird der Besuch im Biomarkt wieder ungetrübte Freude bereiten und bei Einladungen wird der Satz „Das darf ich nicht essen“ der Vergangenheit angehören.



Der Satz „Das darf ich nicht essen“ wird der Vergangenheit angehören



Die alten Volksweisheiten, dass gutes Essen Leib und Seele zusammenhält oder dass Liebe durch den Magen geht sind gerade unter chinesischer Betrachtung sprich-wörtlich zu nehmen.

So spielt die Küche, die Ernährung, hier in der Klinik für unsere Patienten eine große Rolle. Wer verstanden hat, dass Nahrungs-



Die Köche: Mauro Fedetto, Burgl Weiß, Jörg Mandel und Diätassistentin Elke Römmelt

Unsere Köche – die heimlichen Therapeuten

mittel eine Wirkung haben, dass sie kühlend, wärmend, süß, sauer, salzig, bitter, scharf wirken, dass sie in der Chinesischen Medizin wie Arzneipflanzen klassifiziert werden, kann einen Bezug zu unserer wichtigen Arzneitherapie herstellen.

Das Thema der Verschlackung und Verschleimung, gerade durch tierisches Eiweiß, insbesondere Milcheiweiß wird unseren Patienten in vielen Vorträgen und Einzelgesprächen vermittelt. Die Diätetik ist nicht ohne Grund ein wichtiger Stützpfeiler in den 5 Säulen der chinesischen Therapie.

Neben der Wirkung ist aber der Genuss ein entscheidender Faktor zur Heilung von Körper und Seele. „Das schmeckt mir zu gesund“, gilt ja inzwischen als geflügeltes Wort, um der manchmal genussfeindlichen Ökokost zu begegnen. Die Kunst ist also: Gesund, biologisch und genussvoll.

Die drei Köche bei uns in der Klinik beherrschen diese Kunst, und die Freude auf das Mittagessen lässt so manche schmerzhaftere Akupunktur erträglich erscheinen, könnte man scherzhaft sagen.

Seit 18 Jahren leitet der Küchenchef Mauro Fedetto zusammen mit Burgl Weiß unser Geschmacksteam in der Küche. Seit neuestem mit im Team ist Nachwuchskoch Jörg Mandel, der in die jahrelang gesammelten Erfahrungen im Kreieren einer genussvollen vegetarischen Küche unter chinesischen Aspekten eingeführt wird. „Das Wichtigste hier bei uns ist ein gutes Geschmacksempfinden oder einfach die Neugier darauf, ein vegetarisch richtig geschmackvolles Essen zu kochen“ erklärt Burgl Weiß. Jeden Tag ein abwechslungsreiches Buffet der Geschmacksexplosionen zu zaubern, das gelingt den drei Köchen.

Ergänzt wird das Team von Elke Römmelt, die sich als Diätassistentin um das Diätbuffet kümmert und Beratungen durchführt.

„Viele Patienten kommen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten, da ist es wichtig ein gutes Essen im Rahmen der individuellen Möglichkeiten anzubieten.“ Wie wichtig dieses Thema ist, zeigt, dass pro Woche zwei Vorträge zum Thema Ernährung statt finden, sowohl von Chefarzt Dr. Schmincke als auch von Elke Römmelt.

Und der Küchenchef? Selbst Veganer, schafft es seit Jahren, für Patienten und Mitarbeiter wirklich immer wieder unglaublich gute Freuden aus Gemüse zu kochen. Patienten und Mitarbeiter verneigen sich davor. Unvorstellbar, dass er nächstes Jahr in Rente geht. Um so wichtiger, dass mit Burgl Weiß und Jörg Mandel vollwertige vegetarische Küche auf höchstem Niveau weitergeht und Mauro bis dahin noch das Geheimnis der einen oder anderen Sauce verrät.

Natürlich sind die ärztliche Behandlung mit chinesischen Arzneien und Akupunktur, die Körpertherapie und die Behandlungspflege das Wesentliche der Therapie. Für die Patienten aber sind vielleicht unsere Köche doch auch heimliche Therapeuten?

Zucchini-Involtini mit Pesto rosso und geschmolzenen Tomaten



Zutaten für 4 Personen

600 g Zucchini
3 EL Olivenöl
7 Stiele Basilikum
250 g Kirschtomaten
Salz

Pesto:

1 Knoblauchzehe
1 Bio-Orange
75 g Mandelstifte oder -blättchen
50 g Parmesan am Stück
3 EL Olivenöl

Außerdem:

Backpapier
Zahnstocher
zum Fixieren

Zubereitung

1. Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen, Zucchini putzen und längs in ca 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Olivenöl bestreichen, salzen und ca. 30 Min goldbraun backen.
2. Inzwischen für das Pesto Knoblauch schälen und grob hacken, die Orange heiß waschen, trocken reiben, Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Mandeln in der Pfanne ohne Fett anrösten. Den Parmesan reiben, Knoblauch, Mandeln, Orangenschalen, Parmesan und Öl pürieren, dabei soviel Orangensaft dazu geben, bis das Pesto streichfähig ist. Mit Salz abschmecken.
3. Zucchini abkühlen lassen, Basilikum kalt abbrausen, trocken schütteln und Blätter abzupfen, ca. 1/3 für die Garnitur beiseite legen. Zucchini-
4. Tomaten waschen, Öl in der Pfanne erhitzen, Tomaten darin 3-4 Min anschwitzen, salzen und pfeffern. In-voltini mit geschmolzenen Tomaten und Basilikum bestreut servieren.



Guten Appetit
Ihre Burgl Weiß

Sommerküche

Hier kommen Sie zu Wort

Die Klinik war mein Lichtblick

Eine Patientin mit CFS (chronisches Müdigkeitssyndrom) und schwerer Nahrungsmittelunverträglichkeit berichtet

Aktiv, engagiert, voll im Leben, beruflich auf der Überholspur... Das war mein bisheriges Leben, bis im Frühjahr 2014 plötzlich und unerwartet mein Kreislauf richtig Probleme machte.

Ohne Vorwarnung sackte der Blutdruck z.B. während der Autofahrt zur Arbeit ab, Schwindel, kalter Schweiß und Übelkeit stellten sich ein. Hinzu gesellten sich Herz-Rhythmus-Störungen immer dann, wenn ich zur Ruhe kam. Heftige Kopfschmerzen wurden dazu noch mein ständiger Begleiter.

Mit Bioresonanztherapie konnte ich mich halbwegs bis ins Frühjahr 2015 retten. Doch dann kam der Super Gau dazu – mich überfiel zusätzlich eine unbeschreibliche permanente Müdigkeit. Von morgens bis abends müde. Diese Müdigkeit hat sich im Laufe der Zeit so verstärkt, dass ich morgens nicht mehr zur Arbeit fahren konnte, ich mich spätestens gegen Mittag zum Schlafen für 2–3 Stunden hinlegen musste, weil ich völlig erschöpft war. Danach kam ich aber auch nicht mehr wirklich auf die Beine. Die Müdigkeit blieb.

Da ich in leitender Position arbeite und daher noch ein Homeoffice habe, konnte ich zumindest für einige Monate meinen Job weiter stemmen.

Aber damit nicht genug – alle Symptome prägten sich wieder stärker aus, die Müdigkeit wurde bleiern schwer, hinzu kamen Schlafstörungen, Vergesslichkeit, Konzentrationsstörung, stand ich immer öfter neben mir, fühlte mich wie benebelt und es entwickelte sich eine mittelschwere Lebensmittelallergie, welche Bauchschmerzen, Durchfälle, einen Vitaminmangel und einen erheblichen Gewichtsverlust mit sich brachte. Mein Leidensdruck wurde immer größer – ich musste nun auch noch meine Essgewohnheiten radikal ändern und monatelang Essenspläne führen, um jedes Lebensmittel sowie Gewürze (welche noch erlaubt waren) nur alle 4 Tage zu verwenden, um die vom Immunsystem gebildeten Allergene auszuschalten. Das ist für mich eine ziemlich frustrierende Situation gewesen. (Unverträglichkeiten auf u.a. Gluten, Hefen, Soja, Laktose und Laktase, Eier, div. Gewürze und auch auf verschiedene Kräuter und Gemüsesorten).

Mein Alltag – kaum noch zu schaffen – die Ärzteschaft ratlos – und ich inzwischen ein Wrack!

Da fand ich zum Glück eine TCM-Ärztin, die nun endlich das Puzzle zusammengesetzt hat, und da hatte ich

erstmal eine Diagnose und einen Namen für das ganze Chaos: CFS-Syndrom. Verursacht durch Viren – vermutlich meine verschleppte Grippe im Winter 2012.

Jetzt konnte man zwar das Ganze benennen, aber für diese seltene Erkrankung gibt es aus schulmedizinischer Sicht weder einen konkreten therapeutischen Ansatz, geschweige denn eine Aussicht auf Heilung, da es noch zu wenig erforscht ist.

Somit habe ich mich entschlossen auf eigene Kosten im Juli 2016 in die Klinik am Steigerwald stationär zu gehen.

Und das war die beste Entscheidung, die ich treffen konnte! Dieser Aufenthalt hat mich ein ganzes Stück wieder ins Leben zurückgebracht.

Nach der ersten Woche mit Akupunktur, Körpertherapie und Dekokten bin ich morgens aufgewacht und bemerkte, dass mein „Geist“ aufgewacht ist, sich der Nebel aus dem Kopf verzogen hat, als wenn mir jemand einen Deckel abgenommen hätte.

Nach der zweiten Woche:

- die bleierne Müdigkeit ist verschwunden und auf ein erträglicheres Maß zurückgegangen, sodass ich inzwischen an manchen Tagen mit nur 1,5 Std Mittagsschlaf den Tag gut durchstehe
- bis auf Gluten muss ich auf fast nichts mehr verzichten auf meinem Teller!
- die Kopfschmerzen sind sehr selten geworden
- die Verspannungen haben sich gelöst
- Gewichtszunahme
- kann die Konzentration länger halten und nicht mehr nur 10 Minuten wie vorher
- bin nicht mehr so vergesslich

Ich bin total begeistert von diesem Erfolg, dem ganzen Klinikkonzept, wie auch vom gesamten Ärzte-, Pflege- und Behandlungsteam. Ich habe hier zum ersten Mal erfahren, dass sich für den Patienten nicht nur Zeit genommen wird, sondern auch zugehört wird und man wird als Mensch wahrgenommen und nicht als „Fall“.

Ich bin zuversichtlich, dass sich meine Beschwerden mit den Dekokten weiterhin verbessern werden und ich mein aktives Leben wieder zurückbekomme!

Melanie Hainz, Patientin 2016



Das Sommerkochbuch

vegetarische Gerichte aus der Klinikküche
von Mauro Fedetto

12,- € inkl. Versand

nur über die Klinik erhältlich

rufen Sie an unter Tel.: 0 93 82 / 949-207

oder schicken Sie eine Mail an: info@tcmklinik.de

Großes Interesse am PNP- und RLS-Ratgeber von Dr. Schmincke



Im März war es endlich soweit. Der lange angekündigte Ratgeber aus dem Springer-Verlag ist erschienen.

Im Vorfeld fragten wir beim Verlag nach, wie schnell ein Nachdruck erfolgen könne. Am Telefon vernahmen wir ein trockenes Husten mit einer erstaunten Stimme. Die Experten sind der Meinung, dass sich Ratgeber grundsätzlich nur langsam verkaufen. Zwei Wochen nach Erscheinen waren jedoch bereits 750 Exemplare allein auf die Nachfrage über die Klinik verkauft worden und wir orderten nach. Die Verlagsexpertin musste schlucken. Mittlerweile haben auch die Buchhändler große Nachfrage angemeldet. Ein unmittelbarer Nachdruck war unumgänglich geworden.

Die Verkaufszahlen bestätigen, dass die Krankheitsbilder Polyneuropathie und das Restless-Legs-Syndrom viel

mehr Menschen betreffen, als man im Alltag vermutet. Dankbar wird von Betroffenen der Ratgeber bestellt und studiert. Insbesondere die Tipps zur Selbsthilfe, aber auch das Verständnis über die möglichen Ursachen der beiden Krankheiten werden im Ratgeber sehr geschätzt.

Die Klinik verkauft den Ratgeber sowohl über die Ambulanz als auch versandkostenfrei über die Homepage oder per telefonischer Bestellung unter 09382 / 949-0. Über den Buchhandel ebenfalls zu beziehen:

**Christian Schmincke,
Ratgeber Polyneuropathie
und Restless Legs
Verlag: Springer Medizin 2017;
19,99 €**

www.tcmklinik.de

Online Auftritt
in neuem Gewand –
Ihre Meinung ist gefragt

Klinik am Steigerwald
Chinesische Medizin und biologische Heilverfahren

- Klinik für Chinesische Medizin
- Therapien
- Krankheitsbilder
- Schritte in die Klinik
- Patientenerfahrungen
- Service
- Mediathek

Klinik am Steigerwald: Krankenhaus für chronisch kranke Menschen

Die Klinik am Steigerwald ist ein Krankenhaus für chronisch kranke Menschen. Behandelt wird mit Chinesischer Medizin, biologischen Naturheilverfahren und schulmedizinischen Methoden. Viele chronisch kranke Menschen benötigen für die Entwicklung eines individuellen Therapiekonzepts zu Beginn ihrer Behandlung einen stationären Krankenhausaufenthalt. Dadurch stehen sie unter ständiger ärztlicher Kontrolle und unsere Ärzte erkennen wie Patienten auf therapeutische Impulse der Chinesischen Medizin und Naturheilverfahren sowie auf arzneitherapeutische Verordnungen reagieren. So kann die Behandlung individuell entwickelt und dem Genesungsprozess entsprechend angepasst werden.

Ein wichtiger Pfeiler der Behandlung ist das Gespräch zwischen Arzt und Patient in den täglichen Visiten. Wenn Patienten verstehen, was im Zuge der Therapie geschieht, können sie sich aktiver am Gesundheitsprozess beteiligen. Außerdem bringt das Verlassen des häuslichen und beruflichen Umfeldes meist auch die nötige Freiheit für den Patienten, sich auf die neue Behandlung einzulassen.

Unsere Infoseiten über die häufigsten Krankheitsbilder:

- ADHS
- Allergie
- Arthrose
- Burn-out-Syndrom
- Diabetes
- Fibromyalgie
- Migräne und Kopfschmerzen
- Morbus Crohn/Colitis ulcerosa
- Müdigkeitssyndrom/CFS
- Neurodermitis
- Polyneuropathie
- Rheuma
- Rückenschmerzen
- Schmerzkrankungen

Veranstaltungen
25.07. 14:00-15:30 - Führung durch die Klinik

Über ein Jahr hat die Kommunikationsabteilung der Klinik, Frau Meinert und Herr Brehm, zusammen mit der Agentur Robst PR und der Geschäftsleitung am Relaunch des Internetauftritts gearbeitet.

Ein neues schlichtes und frisches Design, ein gut übersichtliches Menü und die Möglichkeiten sich endlich auch online zu Infotagen anzumelden, Bücher zu bestellen, Kurse zu belegen sowie ein News Bereich sind nur einige wichtige Veränderungen, die umgesetzt wurden.

Insgesamt ist die Homepage keyword-optimiert, die Texte sind in „Portionen“ unterteilt und haben somit eine bessere Lesbarkeit, gerade auch in der mobilen Nutzung für Smartphone und Tablet.

Eine Besonderheit sind die Infoseiten zu vielen Krankheitsbildern, die nun auch nach und nach multimedial mit vielen

Infos rund um das Krankheitsbild aufbereitet werden. Als Beispiel möge dazu die bereits fertigen Infoseiten „Polyneuropathie“ und „Restless-Legs“ dienen.

Die Anschaulichkeit dessen, was hier an therapeutischer Arbeit passiert in Text und Bildern, eine gute Übersichtlichkeit und eine schnelle klare Seite waren der innere Auftrag. Die Technik schritt voran, eine Modernisierung war nötig. Wir danken an dieser Stelle Tino Frieling, der 16 Jahre (damals als Schüler, heute Volljurist) unsere alte Seite programmiert und betreut hat. Es war eine unkomplizierte und verlässliche, humorvolle und effektive Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern der Klinik.

Herr Frieling reicht den Staffeln des Webmasters an Frau Robst von Robst PR Hannover weiter, die bereits seit 5 Jahren als PR Agentur die Kommunikationsabtei-

lung der Klinik berät und nun ihre Beratung um den Online-Bereich erweitert hat.

Wir bitten die Leserinnen und Leser sich auf der Homepage neugierig umzusehen und uns gern ein Feedback auf unserer Facebook-Plattform oder per Mail zu geben. Fehlt Ihnen noch etwas? Was können wir noch besser machen? Was gefällt Ihnen?

Außerdem freuen wir uns, wenn Sie uns auf Facebook liken und folgen.

Die Klinik bietet Traditionelle Chinesische Medizin in moderner Adaptation an den Westen und den Menschen von heute. Genauso müssen die etablierten Formen der gedruckten und gesprochenen Worte in der Kommunikation ergänzt, ständig erweitert und verbessert werden, um neue Kommunikationskanäle, ganz nach dem Motto: Tue Gutes und „schreibe auch online“ darüber.

Neue Kunst als Begleiter für Patienten von Künstlerin Stefanie von Thun



Die Idee ist so einfach wie bestehend. Auch ein kleines Kunstwerk kann als Begleiter bei einem Krankenhausaufenthalt wirken. Künstlerin Stefanie von Thun, seit vielen Jahren durch persönliche Erfahrung mit der Klinik am Steigerwald verbunden, gestaltet in einer Schichttechnik, die an alte Ikonentechnik erinnert, aus verschiedenen Materialien wie Erden, Wachse und Edelmetalle, Bildtafeln, die im Ensemble gehängt im Panoramazimmer der Klinik zu sehen sind. Jede Bildtafel ein Unikat, das auch für sich allein jeden Raum bereichert. Die Idee: Jeder Patient darf

sich bei Anreise in die Klinik „ seine“ Bildtafel aus dem Ensemble auswählen. Für diese Bildtafel ist ein Nagel am Patientenbett vorgesehen. Das Kunstwerk begleitet den Patienten während seines Aufenthaltes. Verliebt sich der Patient in das Kunstwerk, kann er es zum Ende des Aufenthaltes kaufen, ansonsten wandert es zurück in den Pool. Da viele Patienten „ihre“ Bildtafel erworben haben, hat die Künstlerin Stefanie von Thun nun „ nach geliefert“ und 20 neue Kunstwerke geschaffen, damit diese schöne Aktion weitergehen kann.

Eine runde Sache

BUND Naturschutz spendet Baumbank für die Klinik am Steigerwald

Die Klinik am Steigerwald für Chinesische Medizin auf der alten Waldesruh und der BUND Naturschutz treffen sich nicht am sprichwörtlichen runden Tisch, sondern an einer runden Bank.



Ehemalige Patienten der Klinik, mit Kontakten zum Bund Naturschutz, Landesverband Hessen (Ortgruppe Karben Niddatal) haben eine runde Baumbank für eine kleinen Anhöhe zwischen der Klinik und dem Parkplatz gestiftet.

Einige Vereinsmitglieder vom BUND Hessen reisten mit den ideengebenden Patienten an, um die Bank „ einzusitzen“.

Sowohl zukünftige Patienten, Mitarbeiter und Spaziergänger werden sich an

diesem sinnträchtigen Symbol für Ganzheitlichkeit, Nachhaltigkeit und „ zur Ruhe kommen“ erfreuen. Schön ist der Blick durch das Laub der umgebenden Eichen. Die Bank bietet einen Rückzugsort in unmittelbarer Nähe des Hauses.

Chefarzt Dr. Schmincke würdigte die Spende bei einer kurzen Ansprache und hob die Gemeinsamkeiten zwischen BUND und Klinik, insbesondere die Heilsamkeit der Naturverbundenheit, hervor.

Im Anschluss erkundete die Gruppe den Steigerwald mit Besuch der Ebracher Abtei und abschließendem Privatkonzert.



Jahrestreffen der DECA-Ärzte

zur ständigen Optimierung der Chinesischen Arzneitherapie

Vom 21.6. – 25.6. fand das jährliche Treffen der DECA-Ärzte in Baumburg statt. Chefarzt Dr. Schmincke und einige seiner Assistenz-Ärzte haben sich wie immer rege beteiligt.

Die DECA ist die Gesellschaft für die Dokumentation von Erfahrungsmaterial der Chinesischen Arzneitherapie. Die Ärzte der DECA haben sich zur Aufgabe gemacht die Chinesische Arzneitherapie für den europäischen Patienten von heute ständig weiter zu entwickeln. Sie sind der Überzeugung, dass die volle Wirksamkeit der chinesischen Arzneien sich nur entfalten lässt, wenn die Methode angepasst wird. Einerseits sind bestimmte Erkrankungen von heute, wie z.B. die Migräne, im alten China nicht beschrieben worden, andererseits entwickelten sich die Krankheiten im alten China vor dem Hintergrund eines körperlich anstrengenden und verzehrenden Arbeitsalltag mit Mangelernährung. Heutige Krankheiten entwickeln sich dagegen häufig bei Bewegungsmangel und tendenzieller Überernährung. Auf dem Treffen werden sowohl aktuelle medizinische Entwicklungen anhand von Patientenfällen und Behandlungsabläufen diskutiert und in ihrer Bedeutung für die zukünftige Arzneitherapie eingeschätzt als auch gesundheitspolitische Entwicklungen mit möglichem Einfluss auf die Chinesische Medizin besprochen.

Wir brauchen Ihre Hilfe,
damit wir helfen können!

Heilungschancen für junge Menschen

Leider ist unser Gesundheitssystem noch nicht in der Lage, sich im Sinne eines aufgeklärten Methodenpluralismus für erprobte alternative Verfahren und Sichtweisen zu öffnen. So bleiben schwer kranke Menschen unbehandelt oder sind gezwungen, schädigende Nebenwirkungen von Medikamenten in Kauf zu nehmen. In dieser «Schattenzone» der etablierten Medizin finden wir nicht selten Kinder und junge Menschen, denen krankheitsbedingt eine normale Entwicklung und Teilnahme am Leben verwehrt bleibt. Gerade bei ihnen fühlen wir uns zum Handeln aufgerufen.

Klinik am Steigerwald-Stiftung
Stiftungsvorstand: Patrick Kling
Bettina Meinnert
Tel. 0 93 82 / 949 - 201
Fax 0 93 82 / 949 - 209
stiftung@tcmklinik.de



Termine

Patienteninformationstage

Polyneuropathie und Restless Legs

■ Samstag 04.11.2017

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

■ Sonntag 05.11.2017

Anmeldung und weitere Infos bei
Christa Bärthlein Tel. 09382/949-207

Lebenspflege – Kurse für alle

Lungen Qi Gong

mit Tomo Masic
Sa. 16.09.2017 – So. 17.09.2017

Lebendige Grenzen

mit Mona Blasek
Sa. 07.10.2017 | 9.00 – 18.00 Uhr

Qi Gong Yangsheng – Die 8 Brokatübungen

mit Gabriele Stellwaag
Sa. 21.10.2017 | 9.30 – 17.00 Uhr

Akupressur & Co. – Hilfe zur Selbsthilfe

mit Beate Bachus
Mi. 25.10.2017 | 9.00 – 12.00 Uhr
Vertiefung am
Di. 28.11.2017 | 15.00 – 18.00 Uhr

Wohlfühl für den Rücken

mit Isy Becker
Sa. 25.11.2017 | 10.00 – 18.00 Uhr

Führungen durch die Klinik

mit Vortrag über die Klinikarbeit:

jeweils dienstags
von 14.00 Uhr bis ca. 15.30 Uhr

| 22.08.2017 | 19.09.2017 |

| 17.10.2017 | 14.11.2017 |

| 12.12.2017 |

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.

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 möchte, dass folgende Person regelmäßig
von der Klinikarbeit erfährt.
Bitte schicken Sie die Zeitung auch an:

Name

Straße

Postleitzahl, Ort

Coupon

Coupon