



Klinik
am Steigerwald

Chinesische Medizin und
biologische Heilverfahren

Die Klinikzeitung



12 Jahre
Klinik am Steigerwald

«Aus Erfahrung anders»

Chinesische Medizin und biologische Heilverfahren

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser, wir bedanken uns wieder für das freundliche feedback zur Sommerausgabe 2008 zum Thema Füße. Ihre Post und Ihre Vorschläge ermöglichen uns mit Freude immer wieder eine neue Zeitung zu erstellen. Wir haben geschrieben über Hände und Handlung, über Füße und Standpunkt, über Aussicht und Hoffnung. Aber was brauchen gerade kranke Menschen so nötig? Geduld. So soll ein kleiner Schwerpunkt in dieser 7. Ausgabe der «Klinikzeitung» dem Thema «Geduld» gewidmet sein.

Krankheiten kommen nämlich immer zur unrechten Zeit, sie kommen, wenn wir sie nun so richtig nicht brauchen können und sie dauern immer etwas länger, als das eigene Gemüt ihnen zugesteht. Die Aufforderung zur Geduld: vom Arzt, vom Partner, von einem selbst ist für den Betroffenen immer eine Zumutung. Geduld bremsst uns. Sie ist notwendig, wenn zwei Welten zusammenstoßen. Die eine Welt ist die bekannte mit den vertrauten Routinen, Wünschen, Erwartungen und Pflichten. Die andere ist die Krankheit mit unvertrauten Erfahrungen, mit ihrer Unerträglichkeit, mit Verhinderungen und unbekanntem Sinn. Wir antworten mit Unverständnis, mit Ärger, mit Angst und Ungeduld, vielleicht auch Trauer. Geduld ist die Fähigkeit, sich auf etwas Unverstandenes einzulassen, eine neue Ordnung zu begreifen und letztlich eine Krankheit durchzustehen.

Wie sehr wünschen wir uns, diesen Prozess beschleunigen zu können. Es erinnert daran, wie man als Kind Radieschen gepflanzt hat und man sie immer ausgraben wollte um zu sehen, ob sie denn schon gewachsen sind.

Das Gras wächst leider nicht schneller, wenn man dran zieht, wie sehr man es auch wünscht. Die einzige Hoffnung ist jedoch: es wächst, auch wenn man es nicht immer sieht.

In diesem Sinne wünscht Ihnen die Redaktion viel Geduld und Hoffnung auf Ihrem Weg.



Bettina Meinnert & Michael Brehm,
Redaktion der Klinikzeitung



Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Freunde, Förderer und Interessierte,

Auch Geduld will gelernt sein. Zunächst muss man natürlich wissen, ob Geduld überhaupt angesagt ist; denn oft genug ist geduldiges Zuwarten genau das Falsche.

Nehmen wir den Börsen-Spekulanten, dessen Aktienkurse über Nacht zu fallen beginnen; oder den Autofahrer, dem jemand auf der falschen Fahrbahnseite entgegen kommt; oder die Frau, die bei der Selbstuntersuchung einen Knoten in der Brust entdeckt. – Abwarten und Tee trinken? Es wird schon werden?

Aber dann fallen plötzlich alle Aktienkurse, vorbei mit kaufen und verkaufen, man muss ausharren; oder der Autofahrer gerät in einen Stau.

Jetzt müssen andere Fähigkeiten aufgerufen werden als Schnelligkeit und Entscheidungsfreude. Es ist die Geduld mit ihren vielen Facetten.

Dabei stellt das Abwarten im Verkehrsstau oder beim Börsen-Crash, so schwer es manchem fällt, doch eine verhältnismäßig leichte Übung dar, weil wir in der Gewißheit leben, dass Stau und Crash irgendwann vorüber gehen. Außerdem, auch dem Stau lässt sich etwas abgewinnen: Ausruhen in der Warteschlange.

Wirkliche Seelenkräfte benötigen wir freilich in ganz anderen Situationen: Geduld mit anderen Menschen und Geduld in der Krankheit. Ertragen, dass Eltern, Partner, Kinder eine ganz eigene Weltsicht haben; zusehen, wie sich ein Angehöriger selbst zugrunde richtet.

Ins Zentrum des Erduldens gelangen wir, wenn wir ernsthaft krank sind. Kommt doch «Patient» von dem lateinischen «Patientia», was meist mit Geduld übersetzt wird. Offensichtlich wird Krankheit seit Alters als etwas verstanden, was dem Menschen widerfährt, was er erleiden muss und nicht abstreifen kann, auch wenn es ihn durch die Hölle führt. Für viele ist dies eine Art Reifeprüfung. Und die wichtigste Voraussetzung, eine solche Prüfung zu bestehen, liegt in der Kraft der Geduld und ihrer Schwester, der Hoffnung. Beide schöpfen aus Quellen, deren Ursprung uns oft verborgen bleibt. Was aber helfen kann, ein Trockenlaufen dieser Quellen zu verhindern, ist menschliche Zuwendung.

Beides, das Sprudeln der Quellen und das Kommen der Zuwendung, kann man nicht erzwingen. Man kann nur lernen, auf die rechte Art darauf zu warten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine erwartungsfrohe Weihnachtszeit.

Herzlich Ihr Christian Schmincke

Tipp aus der Körpertherapie

Qi Gong Übung mit Yuko Fujimoto

Qi Gong – Aktivieren des kleinen himmlischen Kreislaufs

Grundstellung: schulterbreiter Stand, Knie leicht gebeugt, Becken aufgerichtet, Schultern und Arme hängen lassen.

1. Leicht in die Knie einsinken, Handinnenflächen vor dem Unterbauch aneinander schmiegen, Finger zeigen zum Boden.

2. Die Hände vor dem Bauch aufsteigen lassen, gleichzeitig sich aus den Knien heraus aufrichten, Hände auf Brusthöhe

180 Grad wenden, dass die Finger nach oben zeigen, Aufwärts-Bewegung fortsetzen bis zum Höhepunkt bei noch leicht gebeugten Ellenbogen.

3. Hände und Arme in weitem Bogen vor dem Bauch wieder nach unten führen und gleichzeitig leicht in die Knie sinken.

Bewegungsablauf fünf Mal wiederholen und dann mit der Grundstellung beenden.

Bitte auf entspannte Schultern achten. Die Schultern bleiben während der gesamten Bewegung unten.

Die Übung fördert den kleinen Qi-Kreislauf und wirkt vitalisierend. Immer wenn sich Müdigkeit breit zu machen versucht, mit dieser Übung den kleinen Kreislauf aktivieren. Kommen Sie gut durch den Winter und in das Frühjahr.

Tipp aus der Pflege

Sr. Karina und Sr. Elke



Kartoffel – Wickel

Dank seiner intensiven Erwärmung und Besänftigung sehr geschätzt. Er lindert Husten und wirkt schleimlösend bei Bronchitis. Weiterhin eignet er sich überall dort, wo man Wärme zuführen und gleichzeitig die Ausleitung fördern möchte, wie z.B. bei Rückenschmerz, Blasenentzündung, Nackenverspannungen und Halsweh.

Benötigt werden:

4-6 Kartoffeln (frisch gekocht), Innentuch (Küchenpapier), Zwischentuch (z.B. Baumwollhandtuch), wollenes Außentuch und Befestigungsmaterial (Klebeband).

Die gekochten heißen Kartoffeln werden mit Schale auf das Innentuch gelegt. Das wird eingeschlagen und die Kartoffeln werden mit der Faust zerdrückt bis sie weich sind. Dieses Päckchen aus «Kartoffel in Küchenpapier» wird mit Klebeband zu einer flachen Kompressen verschlossen.

Zum Anlegen eines Brustwickels legt man nun das Außentuch und darüber das Zwischentuch in richtiger Höhe auf das Bett.

Das Kartoffelpäckchen wird nun nach Wärmeprüfung auf die Haut aufgelegt. Achtung: Die Wärme soll erträglich sein; nicht zu heiß (ca. 8–10 Min. nach Wegnehmen der Kartoffeln von der heißen Herdplatte).

Nun wird mit dem Zwischentuch und danach mit dem Außentuch fixiert. Man belässt den Wickel auf der Haut, so lange er als angenehm warm empfunden wird. Danach etwas Öl in die Haut einmassieren und wieder gut warm halten.

Gute Besserung



Craniosacrale Therapie

Zwischen dem Cranium (Schädel) und dem Sacrum (Kreuzbein) zirkuliert innerhalb der Hirnhäute und dem zentralen Nervensystem die Gehirnflüssigkeit. Es existiert eine charakteristische Pulsation, der sogenannte craniale Rhythmus, welcher unabhängig vom Herzschlag ist und vom erfahrenen Therapeuten am ganzen Körper tastbar ist. Die intakte Funktion dieses Systems ist wesentlich für die Nährstoffversorgung und Entgiftung des Nerven- und Immunsystems. Körperliche und seelische Traumata und Einlagerungen von Toxinen oder Schlacken können dieses System beeinträchtigen und zu vielfältigen Symptomen führen.

Der Therapeut fühlt sich mit feinsten Tastbewegungen achtsam in dieses schwingende und fließende System ein, indem er den Bewegungen, Strömungen und Mustern im Innern des Körpers folgt. So kann Genesung von innen nach außen entstehen aus dem Wissen heraus, dass der Körper eine innere Intelligenz besitzt sich selber wieder neu zu ordnen. Der Therapeut dient als geduldiger «Zeuge», anstatt zu reparieren oder Symptommfreiheit zu erzwingen. Der Therapeut bewahrt Respekt vor dem einmaligen individuellen Heilungsweg und begleitet den Patienten auf seinem Weg.



Martin Häfner

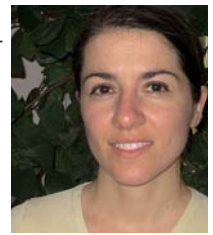
Hier in der Klinik am Steigerwald behandeln Martin Häfner und Thomas Hansen mit Craniosacraler Therapie.

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 wünschten. Bei mehr als 90 Mitarbeitern gibt es immer Bewegungen, neue Mitarbeiter werden eingestellt, andere gehen in den Mutterschutz usw. Hier unser kleiner Personalparcours:



Tanja Hartmann und Andrea Voll

Während des Elternjahres von Ambulanzleiterin Evi Haub leiten Tanja Hartmann und Andrea Voll als erfahrene Mitarbeiterinnen die Geschäfte der Ambulanz.



Anja Horosz,

Ambulanzärztin, kehrt nach der Mutterpause in die ärztliche Arbeit zurück und hilft die große ambulante Patienten-anfrage zu bewältigen.



Hurra, Leander ist da! Evi Haub,

Ambulanzleitung, hat am 16.09.2008 ihren kleinen Sohn zur Welt gebracht und ihr steht die Mutterrolle einfach wunderbar. Das ganze Klinikteam gratuliert und freut sich mit ihr... obwohl sie uns arg fehlt.

Bettina Treutlein mit Isabel

Bettina aus der Ambulanz hat eine zweite Tochter geboren. Isabel kam am 17.09.2008 gesund zur Welt. Herzlichen Glückwunsch!



Ronja Süß mit Finn

Und der Kindersegen in der Ambulanz reißt nicht ab. Ronja Süß freut sich als dritte im Bunde über die Ankunft von Sohn Finn am 15.10.2008. Alles Gute für Mutter und Kind von allen! Bald lohnt sich wirklich eine Klinikkindergruppe ...



Jana Öchsner

Die Ambulanz hat Zuwachs bekommen durch eine neue junge Auszubildende. Jana Öchsner hat im August ihre dreijährige Ausbildung zur medizinischen Fachangestellten begonnen. Mit ihrer ruhigen Art ergänzt sie das Ambulanzteam wunderbar.



Dr. Karin Hof-Schüssler

Seit September arbeitet auf unserer Station eine neue Ärztin. Es wirkt schon jetzt so, als gehörte die Fachärztin für Anästhesie schon lange zum Ärzteteam. Wir freuen uns, dass sie da ist.



Ute Macho-Romeis

macht ein 9-monatiges Praktikum in der Klinikverwaltung im Rahmen ihrer Ausbildung zur Kauffrau im Gesundheitswesen. Sie passt sich bereits klasse in unsere Verwaltung ein.



Mechthild Vizl

Unsere Gärtnerin Mechthild Roth hat geheiratet und heißt nun Mechthild Vizl. Herzlichen Glückwunsch und alles Gute für die Zukunft.

Neue junge Hilfen in der Pflege

Bastian Aumüller, David Winkelmann, Michael Kundmüller, Katharina Höfer, Jasmin Schäfer unterstützen in ihren neuen Rollen als Zivis, FSJler und FÖJler das Pflegeteam. Sie alle bereichern den Klinikalltag durch ihre freundliche Art und jugendliche Einsatzfreude.



Winter-Ragout aus Maronen mit Curry und Rosinen aus dem Küchenkabinett von Burgl Weiß

4 Personen, ca. 20 Minuten

Zutaten:

- 2 EL Rosinen
- 1 Zwiebel
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 400 g geschälte, gekochte Maronen
- 200 ml Sahne
- 1 TL Curry-Pulver

Rosinen 15 Min. in heißem Wasser einweichen. Inzwischen Zwiebel abziehen, sehr fein würfeln und in heißem ÖL glasig schwitzen. Maronen zugeben und leicht anrösten.

Sahne und Currypulver verrühren und angießen.

Rosinen abtropfen lassen und untermischen. Bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. köcheln lassen.

Tipp: Das Ragout schmeckt hervorragend zu Basmatireis.



«Was bedeutet für Sie Geduld?»

Patientenumfrage

Die Redaktion hat Patienten gefragt, was für sie das Thema Geduld in ihrer Lebenslage bedeutet. Es entstand folgende Sammlung von Spontanäußerungen und Zitaten. Danke an alle, die mitgemacht haben. Die Zitate sind teils anonym, teils mit Namen abgegeben worden.

GEDULD ZU HABEN UND ABZUWARTEN, IST OFTMALS NICHT LEICHT. – WENN ICH ERKANNT HABE, DASS ES DEN WEG BRAUCHT, UM DAS ZIEL ZU ERREICHEN, HAT SICH MEINE GEDULD GELOHNT. *C. Bücker*

OHNE GEDULD UND DEKÖKTCHEN WIRD'S IM STEIGERWALD NIX, GEGEN MTX. *M. Bläse 9 Jahre*

WARTEN, ZEIT NEHMEN FÜR'S HINHÖREN, ZEIT NEHMEN FÜR DINGE, DIE AUFMERKSAMKEIT FORDERN. *Patient (anonym)*

GIB MIR DIE GELASSENHEIT HINZUNEHMEN, WAS ICH NICHT ÄNDERN KANN. GIB MIR DIE KRAFT ZU ÄNDERN, WAS ICH ÄNDERN KANN. UND GIB MIR DIE WEISHEIT ZWISCHEN DEN BEIDEN ZU UNTERSCHIEDEN. *Friedrich Oettinger ev. Theologe 1702–1782*

RÜCKSICHT, RUHE, ETWAS AUF SICH ZUKOMMEN LASSEN. *A. Leistner*

AUSHARREN – DRANBLEIBEN – NICHT AUFGEBEN. *A. Dolge*

«GEDULD, DU UNERHÖRTES WORT», IMMER WIEDER VON VORNE ANFANGEN, OHNE ZU VERZAGEN. *H. Reiff-Geppert*

AUCH DIE LÄNGSTE REISE BEGINNT MIT EINEM SCHRITT. FÜRCHTE DICH NICHT VOR DEM LANGSAMEN VORWÄRTSGEHEN, FÜRCHTE DICH NUR VOR DEM STEHENBLEIBEN. *aus China*

RUHE BEWAHREN, AUCH WENN ES SCHWER FÄLLT. *R. Mieble*

VON DER FAMILIE UNTERSTÜTZUNG BEKOMMEN, ZU SICH SELBST FINDEN, KRANKHEIT ANNEHMEN. *J. Yazici*

AHME DEN GANG DER NATUR NACH. IHR GEHEIMNIS IST DIE GEDULD. *Ralph Waldo Emerson US-amerikanischer Philosoph 1769–1811*

GEGEN SCHMERZEN DER SEELE GIBT ES NUR ZWEI HEILMITTEL: HOFFNUNG UND GEDULD.

Pythagoras griech. Philosoph um 570–497/496 v. Chr.

UNERFÜLLTES ABWARTEN, GEDULD MIT SICH SELBER HABEN, HARTNÄCKIG SEIN. *A. Schachtzabel*

SICH ZEIT NEHMEN –WARTEZEIT POSITIV SEHEN – ZEIT, AUSDAUER UND KLEINE SCHRITTE. *C. Rieger-Barth*

BEHARRLICHKEIT UND AUSDAUER *C. Dörffel*

ES IST DAS, WAS INNERLICH AUFGERUFEN WERDEN MUSS, WENN MAN GERADE DAS GEFÜHL HAT, DASS ES JETZT BESTIMMT NICHT MEHR GEHT. *B. Meinnert*

MIT DEM GLÜCK MUSS MAN ES MACHEN, WIE MIT DER GESUNDHEIT: ES GENIEßEN, WENN ES GÜNSTIG IST, GEDULD HABEN, WENN ES UNGÜNSTIG IST, UND ZU GEWALTSAMEN MITTELN NUR IM ÄUSSERSTEN NOTFALL GREIFEN. *Francois Duc de La Rochefoucault französischer Schriftsteller 1613 – 1680*

WIE BEI MOMO UND DEM STRASSENKEHRER. IMMER NUR DEN NÄCHSTEN METER SEHEN, DER ZU FEGEN IST, NIE DIE GANZE STRASSE ÜBERBLICKEN WOLLEN. *Patient (anonym)*

GEDULD IST, MIT GLEICHMUT WARTEN ZU KÖNNEN. *U. Schäfer*

UNGEDULD IST ANGST. *Stefan Zweig deutscher Schriftsteller 1881–1942*

GEDULD HEISST, SICH UND ANDEREN RAUM ZU GEBEN. *M. Trautvetter*

MIT GEDULD UND SPUCKE FÄNGT MAN EINE MÜCKE. *J. Ritter*

ABWARTEN – RUHIG BLEIBEN. *H. Waasmann*



Nachruf auf Dieter Ulbricht, einen der Gründungsväter der Klinik am Steigerwald

Am 29. Oktober ist Dieter Ulbricht im Kreise seiner zahlreichen Kinder, Enkel und Urenkel daheim in Groß-Gerau gestorben.

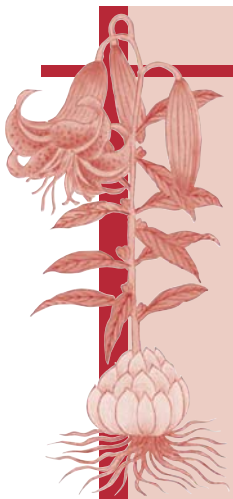
RA Dieter Ulbricht, ehemals Justitiar einer Weltfirma und Freund der Familie war schon einige Jahre pensioniert, als er mich irgendwann im Jahre 1995 anrief und mich nach Groß-Gerau einlud. Dort eröffnete er mir zu meiner Überraschung, dass er Lust hätte, da wir doch jetzt eine Klinik gründen wollten, uns die notwendigen Verträge zu entwerfen und uns überhaupt mit

juristischem Rat zu helfen. Ich nahm das Angebot gerne an und wir, mein Bruder und ich, waren glücklich, in den schwierigen und oft hektischen Monaten des Klinik-Aufbaus einen so freundlich-ruhigen und kompetenten Berater an unserer Seite zu haben. Der Gesellschaftsvertrag der Klinik am Steigerwald GmbH & Co KG ist sein Werk und auch bei den Kaufverhandlungen mit der Firma Kugelfischer kamen die entscheidenden Impulse von ihm. Leider ist es uns nicht gelungen, Dieter Ulbricht für seine riesige

Hilfe eine halbwegs angemessene Gegengabe zukommen zu lassen. Er wollte nichts. Er hatte Freude daran, Dingen, die er für unterstützenswert hielt, auf den Weg zu helfen.

Seine Kinder schreiben, mit den Worten des Buches Hiob: "Er starb alt und lebenssatt". Uns bleibt die dankbare Erinnerung an einen wunderbaren Menschen.


Christian Schmincke



PNP-Studie mit neuem Schwung

von Dr. Christian Schmincke

Zu den Krankheitsbildern in der Klinik am Steigerwald, deren Behandlungsergebnisse sich besonders gut auswerten lassen, gehört die Polyneuropathie. Seit 1998 haben wir ca. 500 Patienten mit diesem Krankheitsbild stationär behandelt. Bereits im Jahr 2000 haben wir einen ersten Anlauf genommen, die sehr vielversprechenden Behandlungsergebnisse mit Hilfe spezieller Fragebögen und routinemäßig durchgeführter neurologischer Untersuchungen zu dokumentieren. Die Arbeit, die in Ermangelung einer eigenen Forschungs-Planstelle abgebrochen werden musste, wollen wir jetzt wieder aufnehmen.

Bei der Polyneuropathie handelt es sich um eine entzündlich-degenerative Erkrankung der peripheren Nerven, die vorzugsweise Arme und Beine betrifft. Ursachen können sein: Zuckerkrankheit, Alkoholismus, Umwelt-Gifte, Medikamente, immunologische und bösartige Grunderkrankungen. In den meisten Fällen ist eine genaue Ursache nicht bekannt.

Beschwerden sind: Taubheitsgefühle, Missempfindungen, Überempfindlichkeit, Schmerzen, Gefühlsverlust. Im weiteren Verlauf finden sich oft Koordinationsstörungen mit Schwierigkeiten beim Gehen auf unebenem Boden oder im Dunkeln und schließlich Lähmungen.

Die Entwicklung beginnt meist an den Füßen mit Fremdkörpergefühl unter den Fußsohlen und schwindendem Boden-

kontakt, steigt dann auf über Unterschenkel, Oberschenkel bis zum Rumpf. Hände und Arme sind meist später betroffen.

Viele Patienten, die unter Polyneuropathie leiden, haben sozusagen als Zweiterkrankung das sogenannte restless-legs-Syndrom, bei dem, häufig mit Eintritt der nächtlichen Bettruhe, die Beine von Unruhe und einem kaum bezähmbaren Bewegungsdrang ergriffen werden. (Diese Erkrankung reagiert noch schneller und nachhaltiger auf die chinesische Arzneitherapie als die Polyneuropathie.)

Die Diagnose der Polyneuropathie ruht auf drei Säulen: 1. Anamnese mit genauer Registrierung der von dem Patienten wahrgenommenen Beschwerden und Behinderungen, 2. einer körperlichen Untersuchung der sensiblen und motorischen Nerven-Funktion und 3. elektrischen Messungen über an Armen und Beinen angebrachten Nadel- oder Klebe-Elektroden.

Die konventionelle Medizin bietet verschiedene Therapie-Optionen: Meist beschränkt man sich, wenn indiziert, auf spezielle schmerzwirksame Epilepsie-Medikamente, die allerdings den Krankheitsverlauf selbst nicht positiv beeinflussen können. Darüber hinaus, eher selten, verordnete Mittel haben den Nachteil, dass der Körper gegen ihre Wirkung im Lauf der Jahre resistent wird und dass


außerdem mit Nebenwirkungen und medikamentösen Langzeitschäden gerechnet werden muss.

Es kann jetzt schon verraten werden, dass wir in allen sorgfältig dokumentierten Fällen eine nachhaltige, über Jahre anhaltende Besserung der Polyneuropathie in allen drei Krankheitsparametern nachweisen konnten: Im subjektiven Befinden und Bewegungsverhalten, im körperlichen Untersuchungsbefund und in der elektroneurographischen Messung.

Um diese ausgesprochen positiven Ergebnisse einer größeren Fachöffentlichkeit zugänglich zu machen, sind wissenschaftliche Publikationen geplant und in Vorbereitung. Zunächst sollen einzelne Behandlungsverläufe exemplarisch dargestellt werden, als nächsten Schritt planen wir eine Sammlung von 20 – 30 gelungenen Behandlungsfällen und schließlich soll eine prospektive Studie folgen, bei der jeder Behandlungsfall der Klinik am Steigerwald mit einer nach Geschlecht, Alter, Schwere der Erkrankung usw. ähnlich gelagerten konventionellen Behandlung verglichen wird (Methode der matched pairs). Dankenswerterweise hat die neurologische Abteilung des Leopoldina Krankenhauses in Schweinfurt uns ihre Unterstützung und Kooperation für dieses Forschungsprojekt zugesagt. Wir sind sicher, dass wir mit diesen Arbeiten die Wirksamkeit der chinesischen Medizin in der Behandlung der Polyneuropathie belegen können.

Der pflanzliche Therapiehelfer

Salbei, lat.: *Salvia officinalis*, *Salvia miltiorrhizae*



Salbei-Tee ist nicht jedermanns Sache. Wer aber mit seinem kräftigen Geschmack zurechtkommt, der profitiert schnell von seiner wohltuend reinigenden und klärenden Wirkung. Vom Salbei werden hierzulande nur die Blätter verwendet. Als Gewürz für Fleisch und andere kräftige Gerichte oder leicht angeröstet als Salbeibutter; zu Spagetti nimmt man am besten die frischen Blätter. Für die Verwendung als Heil- oder Haushaltstee empfiehlt sich eher die getrocknete Pflanze. Man genießt den Tee ganz frisch aufgebriht, denn wenn er steht, verliert er schnell an Würze und dunkelt nach. Man nehme nur wenige Blätter zum Aufguss, zu stark gebriht vertreibt sein seifig-herber Geschmack leicht die Gäste. Salbeitee ist eines der besten

Mittel für Mundspülungen und zum Gurgeln. Er reinigt, mobilisiert Schleim, festigt die Schleimhaut. Ich kenne kein besseres Mittel für diese Zwecke. Unsere Kräuterbücher empfehlen den Salbei auch noch bei übermäßigem Schwitzen, zum Abstillen und für 1000 andere Indikationen.

Einen engen Verwandten des europäischen Salbeis finden wir im chinesischen Arzneischatz wieder, *Salvia miltiorrhizae*. Hier werden die Wurzeln verwendet, auch reicht das Aufgießen nicht, die Wurzeln müssen eine halbe Stunde ausgekocht werden. Die Salbeiwurzel fördert die Blutbewegung in den kleinen Gefäßen, löst Blutstauung auf. Ihre bewegende Wirkung fördert den Stoffaustausch im Bereich der Endstrombahn und damit



die Gewebsernährung.

Die stauungslösende Kraft der *Salvia milt.* beruhigt den Geist. Die Pflanze spielt deshalb eine wichtige Rolle in Beruhigungs- und Schlafrezepturen sowie bei Durchblutungsstörungen, etwa bei Arterienverkalkung. Natürlich ist die *Salvia* auf geeignete andere Pflanzen als Rezepturpartner angewiesen, um ihre spezifischen Wirkungen zu entfalten, und die Verordnung derartiger Rezepturen setzt wiederum eine individuelle Diagnosestellung nach den Regeln der TCM voraus.

Hier kommen Sie zu Wort

Eine Patientengeschichte: Mit Geduld durch Schatten zum Licht

Mit dem Jahrhundertsommer im Jahr 2003 beginnt meine Zeit in der Klinik am Steigerwald.

Nach Monaten voller Untersuchungen und Operationen, im Dschungel der Schulmedizin, erinnerte ich mich an ein Prospekt der TCM-Klinik. Eine chronische Entzündung in meinen Augen minderte meine Sehkraft bis auf wenige Prozente. Als Folge eines Unfalls im Jahr 1998 konnte ich mich nur unter großen Anstrengungen und mit Dauerschmerzen fortbewegen. Der Schwerpunkt meines Leidens lag in meinem Bauch. Die Liste der Nahrungsmittelunverträglichkeiten erweiterte sich kontinuierlich. Pausenlos krampfte und schmerzte mein Bauch, wässrige Diarrhoen und spontanes Erbrechen nach jeder Mahlzeit gehörten zum Alltag. Eher pessimistisch, ungeduldig, verschlossen und mit wenig Hoffnung auf baldige Genesung reiste ich in die Klinik am Steigerwald. Alles kam ganz anders.

Es gab Ärzte die genau hinschauten, die mich ernst nahmen, die mir zuhörten. Das Pflegepersonal trat mir mit Zeit, Verständnis und Freude gegenüber. Die Körpertherapeuten sahen meinen Körper und meine Seele als eine Einheit, ich war herzlich willkommen und keine Nummer.

Nach drei Wochen Behandlung mit Dekokt kehrte mein Augenlicht zurück. Die Puls- und Zungendiagnose zeigte, dass ein Kälteeignis für meinen sehr geschwächten Allgemeinzustand verantwortlich war. Plötzlich erinnerte ich mich, dass ich als 6-jährige schwer auf den unteren Rücken stürzte. Seither war meine Nierenfunktion und damit die Ausleitung meiner körpereigenen Giftstoffe nicht mehr intakt. Die ausleitenden Maßnahmen der Chinesischen Medizin zeigten ihren Erfolg und die massiven Einlagerungen verschwanden, somit auch meine Unbeweglichkeit.

Leider verschlechterte sich jedoch mein Allgemeinzustand von Tag zu Tag. Mir war bewusst, ich muss auf der physischen und psychischen Ebene zurück bis zu dem Tag, an dem sich ein Schalter in mir umlegte und mir war klar: das wird ein langer Weg. Eines Tages bekam ich Post mit dem Spruch «Fürchte dich

nicht vor dem langsamen Vorwärtsgen, fürchte dich nur vor dem Stehenbleiben.» Nicht nur für mich, sondern für alle Beteiligten, meine Familie und Freunde, für das Personal in der Klinik am Steigerwald hieß es, mit viel Geduld, Liebe, Fürsorge und dem Blick für das Wesentliche in eine ungewisse Zukunft gehen mit einer ganz großen Portion Hoffnung.

Immer wieder gab es Rückschläge: Meine inneren Organe meldeten sich mit den verschiedensten Reaktionen, mehrfache Sepsen und andere lebensbedrohliche Situationen sorgten oft dafür, dass jeder neue Tag zu einem Geschenk wurde.

Die Nahrungsaufnahme erfolgte über einen Port und eine Dünndarmsonde, ganz nach dem Motto: so viel Chinesische Medizin wie möglich und so wenig Schulmedizin wie nötig.

Durch die Behandlung mit den chinesischen Kräutern, der Akupunktur, den psychotherapeutischen Sitzungen, den körpertherapeutischen sowie naturheilkundigen Maßnahmen und durch die zielorientierte Kleingruppenarbeit in einer therapeutischen Untergruppe wurde aus dem ständigen Überleben mein neues Leben.

Während meiner stationären Aufenthalte habe ich mich immer kreativ beschäftigt, gemalt, geschrieben, manchmal sehr zurückgezogen gelebt und oftmals mit viel Spaß und Freude den Tag mit den Mitpatienten erlebt. Seit gut zwei Jahren lebe ich ohne Sonde und Port. Zwar mit einem eingeschränkten Speiseplan, aber ich genieße es zu essen. Heute bin ich sehr froh, dass meine Krankheit mein Leben nicht mehr beherrscht, sondern dass ich lebe mit der Krankheit. Ich arbeite wieder und neben vielen Hobbys führe ich ein völlig selbständiges Leben. Die stationären Aufenthalte sind weniger und kürzer geworden. Ich habe mir zu Hause ein gut funktionierendes therapeutisches Netz aufgebaut und werde ambulant sowie telefonisch durch die Klinik mitbetreut. Es ist noch ein langer Weg, heil zu werden und ich muss noch viel Dekokt trinken, aber schon Pythagoras sagte: «Gegen Krankheiten gibt es nur zwei Arzneien: Hoffnung und Geduld».

Claudia Keller 34 Jahre, Patientin der Klinik

Wo sind eigentlich unsere ehemaligen Stationsärzte?

Diese Frage unserer Leserinnen und Leser greifen wir gerne auf. Auch in den folgenden Ausgaben wollen wir hier von «Ehemaligen» berichten.



Matthias Lechner

Der beliebte Arzt aus Wien war von 1999 bis 2004 als Stations- und Ambulanztätig in der Klinik am Steigerwald. Seit Sept. 2004 wissenschaftlicher Assistent am Zentrum für TCM und Komplementärmedizin der Donau-Universität Krems.

Er organisiert und unterrichtet unter anderem auch Masterlehrgänge für TCM. Wissenschaftlich arbeitet er über die Wirkung Chinesischer Arzneirezepturen bei Arthrose des Knies und der Hüfte. Matthias Lechner unterhält weiterhin eine eigene Praxis in Wien.



Rita Winkler

Die ehemalige Oberärztin Rita Winkler hat von 1999 bis 2004 in der Klinik am Steigerwald gearbeitet und wird noch immer von vielen Patienten vermisst.

Seit 2004 macht Frau Winkler ihre Facharzt Ausbildung in innerer Medizin und Allgemeinmedizin. Nebenbei betreibt sie eine private TCM-Praxis, die sie nach und nach immer mehr ausbauen möchte. Sie lebt in Grassau und braucht und genießt die Berge in ihrem Leben. Im Rahmen von Fortbildungskursen unterrichtet Rita Winkler regelmäßig hier in der Klinik.



Irina Christ

Die warmherzige ehemalige Stationsärztin Irina Christ war von 2005 bis 2007 in der Klinik am Steigerwald tätig. 2007 hat sie ihren kleinen Sohn Valentin zur Welt gebracht und genießt seither die Mutterfreuden. Nebenbei betreibt auch sie eine TCM-Praxis in Gerbrunn bei Würzburg.

Frau Christ hilft bei den Stationsärzten aus, wenn krankheits- oder urlaubsbedingt Engpässe entstehen. Weiterhin besteht im Rahmen von Fortbildungen enger Kontakt mit der Klinik.

Den Kontakt zu allen drei Ärzten geben wir gerne weiter. Melden Sie sich unter: 09382/949203 bei Michael Brehm

Fotoprojekt von Luzia Schmincke

Luzia Schmincke, Tochter von Dr. Christian Schmincke, studiert seit drei Jahren in Berlin Fotodesign. Sie möchte ihre Abschlussarbeit in einem ganz besonderen Projekt umsetzen. Durch die Tätigkeit ihres Vaters hat auch sie sich jahrelang mit alternativer, insbesondere Chinesischer Medizin befasst. Ihr Interesse ist es nun, Gesichter und Lebensgeschichten von Menschen zu porträtieren, die ihr Lebens- und Krankheitsweg zur Chinesischen Medizin, bzw. in die Klinik am Steigerwald geführt hat.



Luzia Schmincke hat vor, von November 2008 bis ca. Mai 2009 immer wieder in der Klinik mit Patienten zu sprechen und Großformatfotos in schwarz-weiß zu erstellen. Es soll ein Buch mit ausdrucksvollen Portraits und vielfältig beschriebenen Wegen zur TCM entstehen. Luzia Schmincke sucht auch auf diesem Wege Patienten, die Lust hätten, sich an diesem Projekt zu beteiligen. Bei Interesse melden sie sich gern bei Bettina Meinnert oder Michael Brehm Tel. 0 93 82 / 949-203.

Gestaltung in und um die Klinik am Steigerwald

Die nach und nach wachsende Gestaltung der Klinik nach Leitlinien, die dem Geist des Hauses entsprechen sind allen Mitarbeitern ein großes Anliegen. Zuständig für die Gestaltung innen und außen ist das Einrichtungsteam. Dazu gehören Dr. Christian Schmincke, Sibylle Brincker, Monika Rottler, Doris Hofstetter, Klaudia Hamak und Evi Haub (in Elternzeit). Stetig entstehen immer wieder neue kleine und große gestalterische Veränderungen im Klinikgebäude und im Gartenbereich.

Im vergangenen Jahr sind z.B. die Infoecke im Foyer und der Eingangs- und Kontaktbereich im Patientenhaus wunderbar neu gestaltet worden und auch das Panoramazimmer hat neues Licht,

neue Farbe und eine neue Inneneinrichtung erhalten. In diesem Sommer wurde der bisher dunkle Übergang zwischen Patientenhaus und Haupthaus licht gestaltet und durch Setzung eines Findlings und Gestaltung von Bänken und Blickfängen zu einem Ort des Innehaltens und Aufenthaltes «neu erschaffen».

Maßgebliche Arbeit bei Ideenfindung und Umsetzung leistet auch der freie Mitarbeiter und künstlerische Berater der Klinik Bernd Hennig, der immer wieder für einige Wochen im Jahr kommt, und das Einrichtungsteam, Mitarbeiter und auch die Patienten mit seinen Ideen begeistert. Viele Patienten genießen es, ihm bei der Arbeit zuzusehen.



Neuer Findling im Klinikgarten

Kulturprogramm in der Klinik – drei Veranstaltungen



«Balsam für die Seele» mit der Schweinfurter Pianistin Jutta Müller-Vornehm und dem Würzburger Violinist Florian Meierott war eine Veranstaltung, die der romantischen Musik aus vier Jahrhunderten gewidmet war.

Karina Erhard (Flöte) und Georg Karger (Kontrabaß) hingegen präsentierten mit ihrer Musik einen experimentellen Stil. Der musikalische Bogen führt

von Klassik, über Moderne und Tango zum Jazz. Das Duo «outside voices» – ihre Instrumente machen die höchsten und tiefsten Töne in der klassischen Musik – lebte vom Ausloten und Zusammenführen der Extremlagen seiner Instrumente, von harmonisch ineinander übergehenden und konkurrierenden Sequenzen. In ihren Erklärungen machten sie darauf aufmerksam, dass in den Anfängen der klassischen Musik und zu

Zeiten Bachs die Interpretationsfreiheit des Musikers hoch geschätzt wurde und die Noten eines Musikstückes nur den Rahmen für diese Virtuosität darstellten. Die Improvisation in der alten Musik hatte daher einen ähnlich hohen Stellenwert, wie heute bei bestimmten Jazz-Stücken. Dem Duo «Cafe Sehnsucht», mit Achim Hofmann am Piano und Silvia Kirchof, Gesang, ist ein wunderbarer musikalischer Lauf durch das liebe Leben, besser Liebesleben, gelungen. In den Liedern von Otto Reutter, Claire Waldmann, Zahra Leander, Marlene Dietrich und Hans Albers besangen sie den ersten Kuß, die schwärmerische jugendliche Liebe, das reife Liebesbegehren bis hin zur kabarettistischen Anleitung für das Ableben. Achim Hofmann rezitierte neben der virtuellen Pianobegleitung Gedichte von Erich Kästner und Heinrich Heine. Patienten und externe Besucher haben die musikalischen Darbietungen sehr genossen. Einzelne Veranstaltungen hätten eine größere Öffentlichkeit verdient.

Termine

Heilbronner Gesundheitstage

Samstag und Sonntag,
21. – 22. März 2009

Die Veranstalter haben ihre Gesundheitstage in einen Ärzte- und einen Publikumstag unterteilt. Gewidmet sind beide Tage der integrativen Medizin. Es geht um die Integration von schulmedizinischen und naturheilkundlichen Ideen, um den weiten Bereich der ergänzenden Behandlungskonzepte. Die Klinik wird zum ersten Mal dort mit einem Stand vertreten sein.

Gesundheitstage Bad Kissingen

Freitag – Sonntag
24. – 26. April 2009

Mit Vorträgen von Dr. Schmincke

Auch in 2009 nimmt die Klinik mit einem Messestand an den Gesundheitstagen in Bad Kissingen teil.

Dr. Schmincke hält zwei Vorträge, Samstag 25.4.2009 um 15.00 Uhr mit dem Thema: Chinesische Medizin für die westliche Welt, und am Sonntag 26.4.2009 um 14.00 Uhr mit dem Thema: Chinesische Medizin – Hilfen bei Krankheiten am Bewegungsapparat, Rheuma, Arthrosen, Rückenbeschwerden.

Eintritt frei

Bauchtag

Sonntag, 14. Juni 2009



Die große Nachfrage nach dem letzten «Bauchtag» macht diesen dritten Termin unabdingbar. Wer die detaillierte Information zu den Hilfen aus der chinesischen Medizin bei Colitis Ulcerosa und Morbus Crohn an diesem Tag erhalten möchte, sollte sich möglichst schnell anmelden bei Wolfgang Korn, Tel. 09382-949207

Teilnahme incl. Mittagessen und Getränke 20 Euro

Tag der offenen Tür

Sonntag, 19. Juli 2009

Der neue Tag der offenen Tür findet auch in 2009 wieder parallel zum Gerolzhöfer Weinfest statt. Von 14.00 – 18.00 Uhr zeigt das Team der Klinik den Besuchern alles rund um die Chinesische Medizin und biologischen Heilverfahren. Für das leibliche Wohl sorgt unsere vegetarische Küche mit genussvollen Leckereien.

Polyneuropathie - Tag

Sonntag, 29. November 2009

Gleiches gilt auch für diesen neuen Polyneuropathie-Tag. Bereits zum fünften Mal richtet die Klinik einen PNP-Tag aus. Die Anfrage ist ungebrochen hoch. Anmeldung bei Wolfgang Korn, Tel. 09382-949207, Teilnahme incl. Mittagessen und Getränke 20 Euro

Führungen durch die Klinik

mit Vortrag über die Klinikarbeit

Dienstag, 20.01., 24.03., 28.04.,
19.05., 23.06.
jeweils von 14.00 – 15.30 Uhr

Kursangebote für Laien

Die Physiotherapeuten der Klinik bieten regelmäßig Kurse an, z.B. Wochenendkurse in taoistischem Qi Gong oder Meditationskurse.

Bei Interesse schicken wir Ihnen gerne das Kursprogramm zu.

Nähere Informationen:

Doris Hofstetter: 09382/949-233

Oder informieren Sie sich auf unserer homepage: www.tcmklinik.de

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

Liebe Patientinnen und Patienten!

Diese Klinikzeitung ist unser Weihnachtsgruß an Sie. Möchten Sie auch im nächsten Jahr kostenlos die halbjährlich erscheinende Klinikzeitung beziehen, füllen Sie bitte den Bestellcoupon aus und schicken ihn an uns zurück. Herzlichen Dank.

Gleiches gilt auch für alle anderen interessierten Personen.

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 Wolfgang Korn

Impressum

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

Grafische Umsetzung
Weyhe, Grafikdesign
Tübingen

Titelbild
Luzia Schmincke

Druck Buch & Druck
Teutsch, Gerolzhofen

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