

Die Klinik, die auch ein Hotel ist

Um Menschen mit einem Burnout zu helfen, nutzt die Klinik Schützen in Rheinfelden einen ganzheitlichen Ansatz. Hier sind psychisch Kranke und Hotelgäste unter einem Dach. **Von Irène Dietschi**

Jetzt stampfen Sie beim Ausatmen mit beiden Füßen fest auf den Boden», sagt Andreas Haude in seinem alemannischen Dialekt. Der Patient, ein Mittvierziger mit eingesunkener Haltung, folgt der Aufforderung des fröhlichen Physiotherapeuten erst zaghaft – doch dann gewinnt er rasch Vertrauen in den dynamischen Bodenkontakt. «Und jetzt?», fragt Haude, «wie spüren Sie jetzt Ihre Füße, wo Ihren Atem?»

Es ist Dienstagnachmittag in der Klinik Schützen, Rheinfelden. Der mosaikbelegte Fussboden und der dezente Eukalyptus-Duft erinnern schwach daran, dass sich in diesem Teil des früheren Kurhauses einmal der Bädertrakt befand. Jetzt ist hier die Physiotherapie samt Bewegungsraum untergebracht – ein wich-

tiger Teil des Therapiekonzepts im «Schützen». Nach dem Stampfen schaut der Patient überrascht auf: «Es kribbelt in den Fusssohlen», sagt er, seine Schultern gerade rückend, «und den Atem spüre ich in meiner Mitte.» Die Übung ist eine von zahlreichen Werkzeugen der Physiotherapie, die beim Patienten mit wenig Aufwand ein verändertes Körpergefühl bewirken sollen: «Indem sie sich bewegen, erkennen die Patienten: Ich hab es in der Hand, etwas zu tun», sagt Haude. «Das nennt man Selbstwirksamkeit.»

Die Klinik Schützen ist eine Privatklinik für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie, mit 100 Betten und gegen 700 Eintritten jährlich eine der grössten hierzulande. 60 Prozent der Patienten sind nur grundversichert. Der Behandlungsansatz der stationären Thera-



Physiotherapeut Andreas Haude.



CEO Samuel Rom.

pie ist «ganzheitlich psychosomatisch», das heisst: Neben der Psyche werden körperliche und soziale Aspekte genauso gewichtet. Für Andreas Haude etwa wäre eine rein körperliche Physiotherapie nur die halbe Miete, denn: «Psyche und Körper bilden eine Einheit», sagt er. Depressive zum Beispiel müssten sich unbedingt bewegen, um aus der inneren Antriebslosigkeit herauszufinden.

Öffentliche Jazzkonzerte

Das Besondere der Klinik Schützen: Sie ist gleichzeitig ein Hotel. Kranke und Gesunde begegnen sich hier seit den bescheidenen Anfängen der Klinik im Jahr 1982 unter einem Dach, ebenso im Hotel Eden, das im Jahr 2000 dazugekommen ist. Nahe dem Bahnhof liegt das Hotel Schützen mitten in der lebendigen Rheinfelder Altstadt. Nebst einem regen Seminar- und Gastrobetrieb wird hier auch Kultur gepflegt – öffentliche Jazzkonzerte, Theater, Lesungen; auf dem Veranstaltungskalender stehen bekannte Namen wie der Jazz-Bassist Buster Williams, das Kabarett Birkenmeier oder der Schriftsteller Rüdiger Safranski.

«Das Klinik-im-Hotel-Konzept ist weltweit einzigartig», sagt der langjährige CEO Samuel Rom nicht ohne Stolz. Der «Schützen» hebe sich dadurch auch von anderen privaten Psychiatriekliniken ab, die wohl alle eine luxuriöse Hotellerie pflegten und oft sehr schön gelegen, aber auch ziemlich isoliert seien. «Wir halten diese Isolation für ein falsches Signal, weil es den Patienten bedeutet, dass man sie vor ihrer Umgebung schützen muss», sagt Samuel Rom. Im «Schützen» gelte ein anderes Prinzip, ergänzt Hanspeter Flury, Chefarzt und ärztlicher Direktor der Klinik: «Den Patienten bleibt das öffentliche Leben zugänglich, und sie fühlen sich als Klinik- und Hotelgast zugleich.»

Allerdings: Auch in Rheinfelden sind die Patienten geschützt. Das Hotel Eden

ANZEIGE

20 Jahre Innovation



Neue Wege in der Medizin

Bei Novartis gehen wir die grössten medizinischen Herausforderungen unserer Gesellschaft mit wissenschaftlicher Innovation an. Unsere Forscherinnen und Forscher treiben die Wissenschaft voran, um das Verständnis von Krankheiten zu vertiefen und neue Produkte zu entwickeln, die unerfüllte gesundheitliche Bedürfnisse befriedigen. Unsere Leidenschaft gilt der Erforschung neuer Methoden, um das Leben zu verbessern und zu verlängern.

 NOVARTIS



Die Isolation ist ein falsches Signal, weil es den Patienten bedeutet, dass man sie vor ihrer Umgebung schützen muss.

liegt inmitten eines weitläufigen Parks. Zwei Stockwerke des Viersternehotels bestehen aus reinem Klinikbetrieb, wo spezialisierte Pflegefachpersonen rund um die Uhr für die Patienten da sind. Nur im obersten Stockwerk wohnen Hotelgäste. Jeder Patient und jede Patientin, erklärt Hanspeter Flury, erhalte für die Dauer des Aufenthalts - durchschnittlich etwa fünf Wochen - einen massgeschneiderten Behandlungsplan mit dem Ziel, die seelische Abwärtsspirale zu stoppen, die Betroffenen aus ihrem Loch zu führen und Anschlusslösungen für den beruflichen Alltag zu finden. «Nachher sind nicht sämtliche Probleme gelöst», sagt der Chefarzt, «aber die Symptome bessern sich, und Patienten lernen, einen besseren Umgang damit zu finden.»

Schöpferischer Akt

Zentrales Behandlungselement ist die Psychotherapie. Pro Woche nehmen die Patienten an drei bis vier Sitzungen teil, entweder einzeln oder in Gruppen. Seinen Genesungsprozess beschreibt ein Burnout-Betroffener so: «In den psychotherapeutischen Gesprächen bei meiner Ärztin begann ich zu verstehen, dass ich nicht einfach das Opfer einer beruflichen Belastungssituation geworden war, sondern selber die Belastungen mit eigenen hohen Ansprüchen, geringer Flexibilität und fehlender Selbstsorge noch verstärkt hatte. Bereits von der Klinik aus begann ich mir Gedanken über eine Neuorganisation meiner Arbeitssituation zu machen und einiges neu zu regeln.»

Neben dieser seelischen Auseinandersetzung sind die Patienten auch körperlich und kreativ gefordert. Kunst, Musik, Ergotherapie, Yoga, Gartenpflege - ein ganzer Strauss von Therapien steht zur Verfügung. Ein paar Gehminuten vom Hotel Schützen entfernt steht das Gebäude der ehemaligen Zigarrenfabrik Wuhrmann, das zuoberst das Atelier für Kunsttherapie beherbergt. In dem hohen Raum, der noch den würzigen Duft einer vergangenen Tabakmanufaktur ausströmen scheint, leitet Therapeutin Sabine Lukács die Patienten an, ihr Inneres und Unbewusstes mittels Farbe und Papier oder auch mit Tonerde auszudrücken. «Es geht nicht primär um Kunst, aber zweifellos ist es ein schöpferischer Akt, der den Patienten auch Freude macht und, wichtiger noch, das Gefühl von Selbstwirksamkeit vermittelt», sagt Lukács. Nicht die Analyse, sondern das Erlebnis steht im Vordergrund.

Mit jedem Pinsel- oder Fingerstrich auf dem Papier kommt der Patient oder die Patientin mit tieferen Schichten des Bewusstseins in Kontakt. «Das ist ein höchst emotionaler Akt», sagt Sabine Lukács, «es wird hier viel geweint, gelacht und gestaunt.» Vor allem das Staunen sei bei vielen charakteristisch, die Erkenntnis: «Ich kann es ja ausdrücken.» Die Ursache seelischer Pein gerät dann buchstäblich auf den Tisch.



Bei der Kunsttherapie unter der Leitung von Sabine Lukács (rechts) steht nicht die Analyse, sondern das Erlebnis im Vordergrund.



Das Hotel Eden befindet sich in einem Park, der ganz auf Erholung ausgerichtet ist. Auch ein Solebad gehört dazu.

Ausgewählte Therapien

1. Antidepressiva und ihre Alternativen

Hinter einer Depression steht oft ein Mangel des Botenstoffs Serotonin. Die Standardtherapie - neben Psychotherapie - sind Antidepressiva: Sogenannte Wiederaufnahmehemmer bewirken, dass die Konzentration von Serotonin, aber auch von Dopamin oder Noradrenalin im synaptischen Spalt zwischen den Nervenzellen erhöht wird. Da diese Medikamente Nebenwirkungen haben und in einem Drittel der Fälle nicht wirken, sind Alternativen gesucht.

Grosse Hoffnungen setzen Wissenschaftler auf Ketamin - ein Narkosemittel aus den 1960er Jahren, dessen psychoaktiver Effekt vor kurzem entdeckt wurde.



Jochen Mutschler, Chefarzt der Privatklinik Meiringen.

«Ketamin wird intravenös verabreicht und kann depressive Symptome innerhalb weniger Stunden zum Verschwinden bringen», sagt Jochen Mutschler, Chefarzt an der Privatklinik Meiringen, wo die Therapie erfolgreich im Einsatz ist. In Meiringen wird auch das Nervengift Botox gespritzt. Ein so «geglättetes» Äusseres bringt bei manchen Betroffenen die Depression zum Verschwinden.

Eines der bewährtesten antidepressiven Mittel aus dem grossen Arsenal der Komplementärmedizin ist das Johanniskraut. Der dabei beteiligte Wirkungsmechanismus ist aber noch ungeklärt.
Irene Dietschi

ANZEIGE

visana.ch/service

super

Wir empfehlen Ihnen genau die Zusatzversicherungen, die Sie auch wirklich brauchen. Das ist Service.

visana
Rundum gut betreut.