

Novitats - Einblicke in die Clinica Holistica

Neue Möglichkeiten der ganzheitlichen Diagnostik und Behandlung

Kooperation im Bereich Schlafmedizin mit ambulanter Polygraphie und Trainingsmonitoring durch Messung der Herzratenvariabilität

Liebe Zuweiserinnen und Zuweiser
Liebe Leserinnen und Leser

Gut Ding will Weile haben... Das erste Halbjahr 2019 liegt bereits hinter uns und nach viel Arbeit wird es Zeit, Ihnen unsere gesammelten Neuigkeiten endlich mitzuteilen. Diese drehen sich vor allem um die eher technischen Grundlagen unserer ganzheitlichen Behandlung. Bisherige Erfahrungen mit der Schlafdiagnostik haben uns aufgezeigt, dass etwa 10 - 20 % unserer PatientInnen an einer Schlafapnoe leiden. Durch eine Kooperation mit dem Schlaflabor der [Klinik Lengg](#) in Zürich haben wir daher neue Diagnostikmöglichkeiten erschaffen, an denen wir Sie als ZuweiserInnen direkt vorbereitend beteiligen wollen. Durch eine engere Zusammenarbeit kann für Betroffene eine optimale Behandlung möglich werden.

Und: Die Clinica wächst! Wir informieren Sie kurz über unsere räumliche Erweiterung in Susch. Nicht zuletzt wollen wir Ihnen als ZuweiserInnen eine neue Form der Zufriedenheitsbefragung eröffnen, damit wir auch auf diesem Feld näher mit Ihnen in Kontakt treten können.

Aber auch die Wissenschaftlichkeit ist bei unserem Tun weiter ein wichtiges Anliegen. Auf dem diesjährigen SGPP-Kongress werden wir im Zentrum einer Session die Ergebnisse unserer letztjährigen Stresstudie präsentieren. Das Team im Sportbereich erhielt zudem die freudige Nachricht, dass für die kommenden Jahre die Mittel zur Verfügung stehen, eine grosse Trainingsstudie unter Betreuung von unserem wissenschaftlichen Beirat Prof. Dr. med. Arno Schmidt-Trucksäss durchzuführen. Die neuen Geräte zur Messung der Herzratenvariabilität werden dazu die Grundlage bieten.

Viel Spass beim Lesen der Novitats und
Herzliche Grüsse aus den Engadiner Bergen,
Ihr Michael Pfaff

Schlafmedizin



Neues Angebot für Zuweiser: Vorgespräch Plus!

In der Clinica Holistica wurde seit Beginn, d.h. mit der Konzeption einer spezifischen Behandlung von PatientInnen mit Stressfolgeerkrankungen, ein Augenmerk auf die biologischen Variablen gesetzt, die zu verminderter Belastbarkeit und „Stressvulnerabilität“ beitragen. So war die Untersuchung der Schlafqualität und die Erholbarkeit des Schlafes schon immer ein Aspekt, der bei unserem Assessment von Bedeutung war. Aufbauend auf die Erfahrungen der letzten Jahre haben wir, seit dem vergangenen Sommer, nun die Diagnostik und Behandlung von Schlafstörungen mit der Unterstützung des schlafmedizinischen Zentrums der Klinik Lengg in Zürich intensiviert. Dessen Leiter, med. pract. Aribert Bauerfeind, und seine erfahrenen

somnologischen Experten ergänzen unser Team, um vor und während der Therapiephase zu einem besseren und erholsameren Schlaf unserer PatientInnen beizutragen. Die Entwicklung telemetrischer Therapiemodalitäten (Fernüberwachung) hat es uns erlaubt, nicht nur die Diagnostik, aber auch die Behandlung schlafmedizinischer Störungen vor Ort in Susch zu initiieren bzw. fortzuführen. In Zukunft wollen wir unser Behandlungsangebot noch stärker für die bestmögliche Genesung unserer PatientInnen anpassen. Dazu möchten wir ein Screening der Schlafqualität etablieren und eine erste Auswertung in Zusammenarbeit mit Ihnen und den PatientInnen möglichst schon mit dem obligaten Vorgespräch verbinden. Ziel ist, den Aufenthalt in Susch von Anfang an für eine Therapie gut diagnostizierter somnologischer Störungen nutzen zu können.

Das Angebot - Ablauf und Möglichkeiten der Zusammenarbeit

Messung der Herzratenvariabilität (HRV)



Unser Herz schlägt nicht immer im gleichen Takt. Die Unterschiede in den RR-Abständen der Herzfrequenzkurve werden in der Herzratenvariabilität gemessen. Je flexibler unser Herz schlägt, umso besser scheint der Parasympathikus aktivierbar zu sein.

Diese Werte sind für uns und unsere PatientInnen von grossem Interesse. Zum einen kann der Status des vegetativen Nervensystems bestimmt werden. Andererseits erlaubt die Messung eine Therapie- und Trainingsempfehlung.

In der Clinica Holistica erfolgt die HRV-Messung

im Rahmen des Befundes in der Sporttherapie. Hierfür wurde bisher der Root Mean Square of Successive Differences (RMSSD) bestimmt und eingeschätzt. Auf dieser Basis gibt es eine Empfehlung die Entspannungsfähigkeit zu trainieren und ein moderates Ausdauertraining durchzuführen.

Aktuell testen wir ein neues System, um die HRV noch genauer bestimmen zu können und den PatientInnen noch individuellere Therapie- und Trainingsempfehlungen aussprechen zu können.

[Weitere Informationen](#)

Eine gute Zusammenarbeit und Ihre Zufriedenheit liegen uns am Herzen!

Als Teil unserer Qualitätssicherung möchten wir ab Herbst 2019 eine dauerhafte Zuweiserzufriedenheitsbefragung durchführen. Nach Versand des Abschlussberichts erhält jeder Zuweiser von uns einen Link zu einer kurzen Onlinebefragung. Die Befragungsergebnisse sind einem Fall

zuordenbar, sodass wir bei etwaigen Problemen schnelle und gezielte Massnahmen setzen können.

Ihre Meinung ist uns sehr wichtig und unterstützt uns darin weiterhin eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen gewährleisten zu können!

Erweiterung der Clinica Holistica



Die Clinica Holistica erweitert sich um ein Ende April 2019 gekauftes Gebäude. Mit dem Kauf des alten Engadinerhauses auf der gegenüberliegenden Strassenseite wird der Standort Susch gefestigt. Neben Büroräumlichkeiten und einem Rückzugsraum in der alten Engadinerstube gibt es mehr Platz für Therapien. Vor allem die Sporttherapien erhalten neue schöne Räumlichkeiten. Zudem wird für die erfolgreich implementierte Klettertherapie eine Kletter- und Boulderwand entstehen.

Die Umbauarbeiten werden innerhalb des nächsten Jahres durchgeführt. Die Eröffnung des nun dritten Gebäudes der Clinica Holistica ist für 2020 vorgesehen.

Mit dem neuen Gebäude wird ein Mehrwert für die Klinik und unsere PatientInnen geschaffen. Es entstehen neue Möglichkeiten unser Therapieangebot weiterzuentwickeln und die Qualität wird weiter erhöht.

GANZHEITLICH ENGAGIERT

Clinica Holistica Engiadina SA

Plaz 40

CH-7542 Susch

Tel.: +41 81 300 20 30

Fax: +41 81 300 20 40

info@clinica-holistica.ch

www.clinica-holistica.ch