

CLINICA HOLISTICA ENGIADINA

IM UNTERENGADIN AUF ERFOLGSKURS

Mattias Bulfoni, Initiant der Clinica Holistica in Susch, hat offensichtlich ein wichtiges Thema unserer Gesellschaft aufgegriffen und eine Versorgungslücke entdeckt. Die Spezialklinik für Stressfolge-Erkrankungen hat nach zwei Jahren bereits über 1000 Patienten Hilfe bieten können, knapp 500 davon wurden stationär behandelt. Bereits nach zwei Jahren ist die Klinik an ihrer Kapazitätsgrenze angelangt. Im vergangenen Herbst wurde das nahe gelegene Hotel «Steinbock» gekauft, in welchem neuer Raum geschaffen werden kann.

VON RENÉ CHATELAIN (TEXT)

Wir sitzen im Büro der Chefärztin Dr. Doris Straus, hinter ihr eine Entspannungsliege, ganz in Weiss gehalten. Unsere ketzerische These gleich zu Beginn: «Geben Sie jedem der Patienten fünf Millionen, und die Probleme sind gelöst», will sie auf keinen Fall gelten lassen. Natürlich sind Ängste über Arbeitsplatzverlust – weil man die Leistung nicht mehr erbringen kann – und Zukunftsängste allgemein ein Stressfaktor bei vielen der Patienten. Männer und Frauen sind gleichermaßen betroffen. Aber es geht um mehr und ist viel komplexer: «Die Zeiten sind härter geworden, das weiss jeder. Immer mehr Menschen entwickeln heute infolge anhaltend hoher Belastung eine chronische Erschöpfung und körperliche Beschwerden. Erste Symptome sind häufig körperliche Beschwerden wie Schlafstörungen, Kopf- oder Rückenschmerzen und Verdauungsstörungen. Unter andauerndem Druck am Arbeitsplatz

steigt der persönliche Einsatz auf Kosten von Erholungsphasen und eigenen Bedürfnissen. Konzentrations- und Gedächtnisstörungen stellen sich ein. Die Folge sind oft Selbstzweifel oder Ängste, die erwartete Leistung nicht mehr zu erbringen. Was zuvor eine positive Herausforderung war, löst Widerwillen und Gereiztheit aus. Motivation und Kreativität sinken. Damit beginnt ein schädigender Kreislauf von sinkender persönlicher Leistungsfähigkeit bei gleichzeitig steigendem Einsatz und zunehmender Erschöpfung. Das Durchhalten unter chronischer Stressbelastung kann schliesslich in einen Zustand depressiver Verzweiflung und Aussichtslosigkeit münden.»

SELBSTERKENNTNIS IST DER ERSTE SCHRITT ZUR BESSERUNG

Wer erkennt, dass er «am Anschlag ist» und sich eingesteht, dass es so und ohne professionelle Hilfe nicht weitergehen kann, ist bereits auf dem Weg der Besserung. Dieser Schritt ist aber meist sehr schwierig, denn wer möchte (sich) schon eingestehen, nicht mehr der zu sein, der man mal war. «Viele erleben es wie eine persönliche Niederlage», analysiert Dr. Straus und gibt zu bedenken, dass jeder Fall individuell beurteilt werden muss. Und genau hier sind die Stärken der Spezialklinik. Das Behandlungskonzept basiert auf dem persönlichen Gespräch mit dem Therapeuten, der gemeinsam mit dem Patienten eine massgeschneiderte Beratung und Behandlung entwickelt, die sowohl die Lebenssituation als auch zeitliche Möglichkeiten berücksichtigt. Mithilfe eines klar strukturierten Vorgehens wird der Fokus auf die Bearbeitung der äusseren und inneren Ursachen der aktuellen persönlichen Krise gelegt. Der erste Schritt dabei lautet: Abstand gewinnen – weg von allem. Deshalb sind die relative Abgeschlossenheit des Unter-



Dr. Doris Straus, Chefärztin Clinica Holistica.



CLINICA HOLISTICA ENGIADINA

4,2 Milliarden Kosten jährlich

Wo liegt die Grenze zwischen gesunder Herausforderung und krankmachendem Stress? Eine Studie des schweizerischen Staatssekretariats für Wirtschaft (Seco) von 2010 zeigt auf, dass das Stressniveau in der Schweiz ansteigend ist: 34 Prozent fühlen sich gestresst, 25 Prozent sind Burn-out-gefährdet, 32 Prozent nehmen Medikamente, um die Aufgaben zu bewältigen, 47 Prozent gehen krank zur Arbeit und 30 Prozent leiden branchenunabhängig unter einem Burn-out-Syndrom.

Die Schweizer Volkswirtschaft kosten Stress am Arbeitsplatz und dessen medizinische Folgen und Arbeitsausfälle jährlich 4,2 Milliarden Franken (Seco-Studie 2000).



Die Idee von Mattias Bulfoni für die Clinica Holistica entsprang dem Wunsch, der Abwanderung im 200-Seelen-Dorf Susch entgegenzuwirken. Der Initiant ist heute Mehrheitsaktionär und Verwaltungsratspräsident der Burn-out-Klinik.

engadins und die imposante Bergwelt beste Voraussetzungen, um aus der Distanz zur Belastungssituation Ruhe und Übersicht zurückzugewinnen. Der Patient lernt die häufig vernachlässigte Selbstsorge zu entwickeln, seine Situation zu analysieren und Schritte zur Verbesserung derselben einzuleiten.

Die gesunde Lebensweise in der Klinik mit viel Sport und Erholung, die Begleitung durch 44 geschulte Mitarbeiter und das Anwenden von neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen helfen dabei – und der Erfolg des Konzeptes ist offensichtlich: 75 Prozent der Patienten befinden sich bereits einen Monat nach Behandlung wieder im Arbeitsprozess. Um Nachhaltigkeit zu gewährleisten, erfolgt nach dem durchschnittlich vier Wochen dauernden Aufenthalt eine ambulante Weiterbehandlung, die ebenfalls von der Klinik in Susch selbst oder in der ambulanten Zweigstelle in Zürich angeboten wird.

Die Clinica Holistica Engiadina in Susch ist die einzige Klinik in der Schweiz, welche sich ausschliesslich auf Stressfolgeerkrankungen und Burn-out spezialisiert hat. Seit Anfang 2011 ist die Clinica Holistica Engiadina Listenspital des Kantons Graubünden. Demzufolge können sich nicht nur Begüterte, sondern auch allgemein Versicherte in Susch behandeln lassen, wenn sie von ihrem Arzt eingewiesen werden. Auch ausserkantonale kann sich jeder, auch ohne Zusatzversicherung, für eine Behandlung in Susch entscheiden. Die Qualität der Behandlung und die hohe Patientenzufriedenheit sind mittlerweile über die Kantonsgrenzen hinaus bekannt, sodass Patienten aus der ganzen Schweiz und dem umliegenden Ausland in die Clinica Holistica Engiadina eingewiesen werden.

ERWEITERUNG DER KAPAZITÄTEN

Da bereits nach zwei Jahren die Kapazitätsgrenze erreicht worden ist und immer längere Wartezeiten auf einen Therapieplatz in Kauf genommen werden mussten, wurde am 1. Oktober 2012 das Hotel «Steinbock» gekauft. 20 neue Patientenzimmer und sechs zusätzliche Therapieräume werden geschaffen und das Personal um ein Drittel auf 60 erweitert. Im Frühling 2013 wird der Umbau und die Renovierung abgeschlossen sein.

Mehr Informationen auf www.clinica-holistica.com



RESTAURANT «SUSASCA»

Gutes und gesundes Essen

Die Patienten in der Clinica werden auch kulinarisch verwöhnt. Dafür sorgt Küchenchef Marcus Schleicher, dem «GaultMillau» 14 Punkte attestiert. Er zelebriert in seinem Angebot auch die Aromen der Kräuterküche und hat sich mittlerweile einen Namen in der ganzen Region gemacht. Es gibt am Mittag wie am Abend à la carte zu essen. Gäste wie Einheimische schätzen inzwischen die Gastfreundschaft und hohe Qualität im Restaurant «Susasca». Im speziellen «Gourmetstübli» kann man das einmalige Bergpanorama mit dem Piz Linard bewundern – eine Sgraffito-Arbeit des Münstertaler Künstlers Duri Fasser.

Das Restaurant ist für die Öffentlichkeit jeden Tag, ausser Montag, jeweils ab 9.00 Uhr geöffnet. Im Angebot stehen verschiedene Menüs ab CHF 15.–. Die Weinkarte bietet Weine aus der Bündner Herrschaft, der Schweiz, Italien, Frankreich und Spanien. Veranstaltungen und Bankette können jeden Tag gebucht werden bis zu 30 Personen, grössere Gruppen auf Anfrage.

Mehr Informationen auf www.susasca.ch