

Clinica Holistica Engadina

Meilenstein gegen die Stigmatisierung von Burnout

Am 10. September 2010 wurde das Eröffnungssymposium der Clinica Holistica Engiadina, der ersten Schweizer Fachklinik für Stressfolgeerkrankungen, durchgeführt. Unter der Leitung der Chefärztin Doris Straus wurde das Konzept dieser Klinik vor ca. 100 Fachspezialisten vorgestellt. Der wissenschaftliche Beirat informierte über den neuesten Stand der Burnout-Forschung.

Burnout ist das populäre Schlagwort für eine ernstzunehmende, stressinduzierte Systemerkrankung mit vielgestaltiger Symptomatik von hoher Komplexität. Die mit Burnout einhergehende Gesamtmorbidität und Mortalität, insbesondere infolge kardiovaskulärer, metabolischer, autoimmunologischer sowie psychischer Erkrankungen, sind für die Betroffenen folgenschwer und für die Gesellschaft von zunehmender sozialer und wirtschaftlicher Relevanz.

Frühzeitige Intervention

Aufgrund der erwähnten Risiken und der bisher ungeklärten Frage, wie weit stressinduzierte Veränderungen reversibel sind, müssen Prävention und Behandlung möglichst frühzeitig einsetzen. Eine alleinige Phase der Erholung, gekoppelt mit einer Veränderung der Belastungssituation, erweist sich bei den meisten Patientinnen und Patienten als unzureichende Therapie.

Um der Burnout-Spirale zu entkommen, sind die Stärkung eigener Resilienz und die Auseinandersetzung mit ungünstigen Verhaltensmustern und Persönlichkeitsvariablen unabdingbar.



Die moderne Klinik in ihrer prachtvollen Umgebung

Individuelle Therapie

Mitten im Herzen des Engadins, im malerischen Dorf Susch, befindet sich die Clinica Holistica Engiadina, das erste Zentrum für Stressfolgeerkrankungen der Schweiz. Der Engadiner Altbau ist durch einen lichtdurchfluteten, einladenden Neubau ergänzt worden, in welchem die eigentliche Klinik untergebracht ist. Die Innenarchitektur überzeugt durch ihre Schlichtheit und die sorgfältig aufeinander abgestimmten natürlichen, vorwiegend heimischen Baumaterialien.

Das Angebot der Klinik konzentriert sich auf Selbstmanagement, persönliche Erkenntnis und nachhaltige Erholung und bietet ein flexibles und auf die individuellen Bedürfnisse des einzelnen Patienten abstimmbares Behandlungskonzept. Die hohe Qualität der angebotenen multidisziplinären Therapie wird garantiert durch die langjährige Erfahrung und hohe Kompetenz seitens des eingespielten Fachteams. Fünf Säulen tragen das Behandlungskonzept:

- Die persönliche, massgeschneiderte Therapie
- Das Selbstmanagement im Umgang mit Stress
- Die ganz individuelle Perspektive
- Das Wohlergehen im eigenen Körper
- Der persönliche Lebens- und Arbeitskontext.

Niedrige Hemmschwelle

Mit der Spezialisierung, dem einladenden Gebäude und dem privaten Rahmen der Klinik kann die Hemmschwelle für Beratung- und Behandlungsuchende abgebaut werden. Dieser Ansatz der Entstigmatisierung ermöglicht eine frühzeitige Unterstützung und hilft, die mit Burnout verbundenen gesundheitlichen und ökonomischen Risiken nachhaltig zu reduzieren.

Ein Klinikaufenthalt garantiert, dass der Betroffene aus der Belastungssituation herausgenommen wird – Grundvoraussetzung für einen Therapieerfolg. Die frühzeitige Intervention verhindert eine Chronifizierung der Belastungsstörung und gewährleistet damit die Erhaltung des Arbeitsplatzes und die Reintegration.

Dr. Corinne Invernizzi