

# Komplementärmedizin für seelisches Wohlbefinden

Komplementärmedizinische Anwendungen und Therapien sind wirksam. Sie helfen, Körper, Seele und Geist ins Gleichgewicht zu bringen. Die Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR) verfügen über viel Erfahrung mit Phytotherapie, Ceres-Tinkturen, Akupunktur, Yoga, Qi Gong, Wickel, Lichttherapie wie auch in PSE, Logosynthese und anderen Therapien.



Balance zwischen verschiedenen Therapien finden – das ist wichtig. Bilder Susi Haas

«Körper, Seele und Geist in Gleichgewicht zu bringen, dieses Anliegen nimmt heute in der Komplementärmedizin einen wichtigen Platz ein», sagt Suzanne von Blumenthal, Chefärztin der Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR). Sie war es, die vor zehn Jahren zusammen mit Pflegedirektor Eduard Felber und Paramed, der Akademie für Ganzheitsmedizin, verschiedene Therapien der Komplementärmedizin in den PDGR-Kliniken etablierte. Heute ist die PDGR-Privatklinik Mentalva in Cazis schweizweit sogar führend in der Anwendung komplementärmedizinischer Verfahren. «Unsere Erfahrungen sind so gut, dass wir vereinzelte Therapien in allen unseren Stationen anbieten», erzählt von Blumenthal heute.

Gerade in der Psychiatrie sind die kleinen komplementärmedizinischen Helfer, die ergänzend zur Schulmedizin eingesetzt werden, eine besonders gute Sache. Patientenbefragungen bestätigen die von der Chefärztin und ihren Mitarbeitern gemachten Erfahrungen. «Insbesondere tragen Phytotherapie und Ceres-Tinkturen zu einer signifikanten Verbesserung des Allgemeinzustandes bei», sagt Fachärztin von Blumenthal. «Wir wissen, dass etwa Phytotherapie und Ceres-Tinkturen einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität unserer Patienten hat».

## Körper, Seele und Geist einbeziehen

Die noch bis Ende Februar bei den PDGR wirkende Chefärztin wünscht sich, dass die Schul- und Komplementärmedizin überall weiter an Bedeutung gewinnen würde. In ihrem Vortrag zum Thema (siehe Kasten)



Suzanne von Blumenthal, PDGR-Chefärztin

gibt sie denn auch Einblick in die Wirkungsweise des vegetativen Nervensystems in Zusammenhang mit komplementären Anwendungen. Tatsächlich setzen die Reaktionen des Körpers und der Seele unmittelbar ein. «Das alles zeigt, dass die Komplementärmedizin die schulmedizinischen Behandlungen sinnvoll unterstützt.»

Pflanzen wie Baldrian und Hopfen (bei nervöser Unruhe, Einschlafstörungen), Johanniskraut (unter anderem bei depressiver Verstimmung), Kava-Kava (unter anderem bei Angst- und Erregungszuständen), Melisse und Passionsblume (bei Einschlafstörungen) oder Rauwolfia (beispielsweise bei Spannungszustände) haben eine psychoaktive Wirkung. Teilweise handelt es sich, wie etwa bei Baldrian, Melisse und Passionsblume, um naturwissenschaftlich dokumentierte Arzneipflanzen. Wirksam ist auch Teufelskralle gegen Schmerzen und Arnika gegen Entzündungen. «In der Regel», so von Blumenthal, «vertragen die Patienten diese Naturmittel gut». Wichtig seien die komplementären Therapien, da gerade auch Menschen mit psychischen Störungen viele körperliche Beschwerden hätten.

## Besonders wirkungsvoll: Logosynthese

Bei den PDGR zum Einsatz kommt auch die Orthomolekulare Medizin mit dem breiten Spektrum an Vitaminen, Spurenelementen und Zusatznährstoffen. Ebenso die Ceres-Tinkturen. Gute Erfahrungen macht von Blumenthal mit Tee- und Bäderanwendungen, mit Akupunktur, Yoga, Wickel und Qi Gong. Zu den wirkungsvollen Spezialitäten zählt jedoch die Logosynthese, mit deren Technik es gelingt, körperliche, emotionale und mentale Zustände zu beeinflussen. Um Energieblockaden etwa bei emotionalen Konflikten aufzulösen, bieten die PDGR ebenfalls Psychosomatische Energetik (PSE) an, wobei die Blockaden mit austarierten homöopathischen Mitteln angegangen werden. Eine wissenschaftliche Studie über Logosynthese, PSE und Traditionelle Chinesische Medizin wird schon bald neue Erkenntnisse liefern.

## ■ KOMPLEMENTÄRMEDIZIN: PDGR – ERSTE ANLAUFSTELLE

Die PDGR setzen bei der Behandlung als Ergänzung zur Schulmedizin gerne komplementärmedizinische Therapien ein. Mit grossem Erfolg. Infos: [www.pdgr.ch](http://www.pdgr.ch)

Vortrag: «Komplementärmedizin für das seelische Wohlbefinden» am 28. Februar, 19 Uhr, Mehrzwecksaal in der Klinik Waldhaus, Chur. Referentin: Suzanne von Blumenthal, PDGR-Chefärztin. Thematisiert werden unterschiedliche therapeutische Ansätze und die je nach Erkrankung gewählte Methode. Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.