

# Die Privatstation für Stressfolgeerkrankungen

Psychotherapie und Psychosomatik

clenia

Privatklinik Schlössli  
Führend in Psychiatrie  
und Psychotherapie

# Stressfolgeerkrankungen

Um unsere Patienten möglichst wirkungsvoll zu unterstützen, planen wir die Betreuung individuell auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse. Die Psychotherapie bildet einen Schwerpunkt. Wir verbinden zielorientiertes Vorgehen, das heisst möglichst rasche Besserung der Symptome, mit einem vertieften Verständnis für die Entstehungsbedingungen des Leidens. Dieses Erkennen und die dadurch ausgelösten Veränderungsprozesse helfen aus der Krise und stärken die Lebenszufriedenheit in Alltag, Familie und Beruf. Ein breites Therapiespektrum, das auch komplementärmedizinische Angebote wie etwa pflanzliche Heilmittel oder Akupunktur beinhaltet, rundet das ärztliche, psychologische und pflegerische Angebot ab. Kreativ-gestalterische Elemente sowie körperliche Aktivität und Entspannung fördern die Genesung.

Unsere Anbindung und Lehrtätigkeit an der Universität Zürich sowie der Ludwig-Maximilians-Universität München garantieren den raschen Einsatz verbesserter und geprüfter Therapieverfahren.

Eine überdurchschnittliche Hotellerie in den modernen, behaglichen Räumlichkeiten unseres Neubaus erleichtert den Aufenthalt.

Die individuelle Behandlung erfolgt in einem interdisziplinären Team (Fachärzte, Fachpsychologen, diplomiertes und spezialisiertes Pflegefachpersonal, Bewegungs-, Physio- und Ergotherapeuten) unter direkter Leitung des Chefarztes. Das multimodale Therapieprogramm beinhaltet Einzel- und Gruppentherapien wie aktives Stressbewältigungstraining, videogestütztes Training sozialer Kompetenzen und Gesprächstherapie.



# Was können wir bieten?

## **Internistischer Dienst**

Der internistische Dienst führt eine qualifizierte medizinische Abklärung und, wo nötig, Behandlung durch. Labor, EKG-, EEG- und Ultraschallabteilung stehen zur Verfügung. Bildgebende Verfahren (cCT, cMRT) setzen wir in Zusammenarbeit mit dem Institut für Radiologie des Spitals Männedorf oder der Klinik Hirslanden (Zürich) ein. Für die Diagnostik von Schlaf- und Atmungsstörungen kooperieren wir mit der Zürcher Höhenklinik Wald.

## **Komplementärmedizin**

Ergänzend zum schulmedizinischen Angebot sind unsere Mitarbeitenden durch enge Zusammenarbeit mit dem Institut für Naturheilkunde der Universität Zürich geschult in der Anwendung von Heilpflanzen, Aromatherapie und Entspannungstechniken sowie Elementen der traditionellen chinesischen Medizin (speziell Akupunktur).

## **Hotellerie**

Wir empfangen Sie auf einer hellen, grosszügigen Station mit Gartensitzplatz und modern eingerichteten Zimmern. Auf Wunsch sind De-Luxe-Zimmer, Juniorsuiten oder invalidengerechte Zimmer verfügbar. Unsere 4-Sterne-Küche serviert auch Diät- und Spezialmenüs.

## **Bewegungstherapie, handlungs- und erlebnisorientierte Angebote**

Körperliche Aktivität beeinflusst das Selbsterleben positiv, stärkt die Handlungsfähigkeit und fördert den Genesungsprozess. Es stehen sportlich geprägte (Nordic Walking, Kraft- und Fitnessstraining), spielerisch-interaktio-

---

1 Prof. Dr. Dr. Martin E. Keck, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Privatstationen, Facharzt FMH für Psychiatrie und Psychotherapie, Facharzt FMH für Neurologie, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie (Bayern)

2 Peter Weibel, Bereichsleiter Pflege

3 Dr. med. Brigitte Graber, Leitende Ärztin und Konsiliarärztin Swiss Olympic Medical Center

4 Dr. Ada Nierop, Leitende Psychologin, Fachpsychologin FSP

5 Mariann Ring, Stationsleiterin

nelle und ausgleichende (Yoga, Tai Chi, Qi Gong) Angebote zur Auswahl. Ausdrucksorientierte Therapien (Musik-, Ergo- und Maltherapie) sowie Reflexionsgespräche stellen den Bezug des Patienten zu sich selbst und zur Umwelt wieder her und verbessern die Handlungsfähigkeit.

### **Allgemeine Informationen**

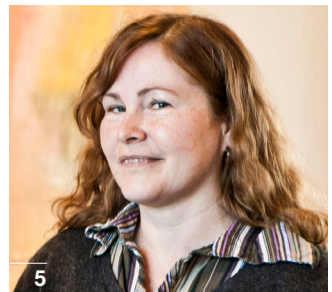
Auskünfte erteilen Dr. med. Brigitte Graber, Leitende Ärztin und Konsiliarärztin Swiss Olympic Medical Center, Dr. Ada Nierop, Leitende Psychologin, und Mariann Ring, Stationsleiterin (Telefon 044 929 81 11). Anmeldungen erfolgen rund um die Uhr über die zentrale Triagestelle (044 929 83 33). 24-Stunden-Betreuung (Nachtwache und Nachtarzt) garantiert ein tragfähiges Notfallkonzept.

In Versicherungs- und Kostenfragen unterstützt Sie gerne die Patientenadministration unter Telefon 044 929 82 46. Die Besuchszeiten sind täglich von 9 bis 21.30 Uhr.

### **Stressbewältigungsverfahren**

#### **(ergänzend zu Psychotherapie und eventuell Medikamenten)**

- Aktives Stressbewältigungstraining
- Progressive Muskelrelaxation
- Biofeedback, Neurofeedback
- Tai Chi / Qi Gong
- Yoga / Kraft- und Fitnesstraining
- Medizinische Massagen
- Craniosakraltherapie
- Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)
- Aromatherapie
- Akupunktur



# Wem bieten wir Hilfe an?

Unser Behandlungsteam der Schwerpunktstation für Psychotherapie und Psychosomatik ist spezialisiert auf Stressfolgeerkrankungen. Dazu gehören:

- Angsterkrankungen
- Depressionen / Erschöpfungsdepression / Belastungskrisen und Burnout
- Psychosomatik und somatoforme Störungen
- Schlafstörungen
- psychische Folgen körperlicher Erkrankungen

Unsere Patientinnen und Patienten kommen in der Regel aus eigener Initiative via Hausarzt oder Psychiater zu uns. Oft sind es Menschen, die sehr viel leisten und hohe Ansprüche an sich selbst stellen. Viele fühlen sich beispielsweise lustlos, ausgebrannt, erschöpft und leiden unter Schlafstörungen. Manche sind seit längerer Zeit auf der Suche nach einer Erklärung und Verständnis für ihr Leiden und haben schon viele Ärzte konsultiert. Unser Angebot soll ihnen helfen, das Gleichgewicht wieder zu finden, indem es die Selbstheilungskräfte anregt und fördert. Wir arbeiten gemeinsam mit den Patienten neue Erfahrungen und Handlungsstrategien und bieten ihnen auf dem Weg der Gesundheit bestmögliche Unterstützung. Damit unsere beruflich oft sehr stark engagierten Patienten rasch wieder gesund und leistungsfähig sind, bieten wir eine intensive, auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Behandlung an.



### Anreise

Die Klinik Schössli liegt in unmittelbarer Nähe des Busbahnhofs Oetwil am See. Gebührenpflichtige Parkplätze stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung.



### Clenia Standortübersicht:

- Clenia Privatklinik Littenheid
- Clenia Privatklinik Schössli
- Clenia Psychiatriezentrum Männedorf
- Clenia Psychiatriezentrum Uster
- Clenia Psychiatriezentrum Wetzikon
- Clenia Ambulatorium Wetzikon
- Clenia Externer Psychiatrischer Dienst Sirnach
- Clenia Krisenintervention Schweiz

### Clenia Schössli AG

Privatklinik für Psychiatrie  
und Psychotherapie  
Schösslistrasse 8  
8618 Oetwil am See  
Telefon +41 (0)44 929 81 11  
Fax +41 (0)44 929 84 44  
info.schloessli@clenia.ch  
www.clenia.ch



Privatklinik Schössli  
Führend in Psychiatrie  
und Psychotherapie