

«Clenia – Führend in Psychiatrie und Psychotherapie»

Mit dem revidierten Krankenversicherungsgesetz haben ab 2012 auch grundversicherte Patienten freie Spitalwahl. Jedes in einem Kanton auf der Spitalliste stehende Unternehmen darf dann im Rahmen seines Leistungsauftrages Patienten aus der ganzen Schweiz aufnehmen. «Die psychiatrische Privatklinik Clenia Littenheid geht gut gerüstet auf die neue Herausforderung zu – mit Kompetenz, Leistungsfähigkeit und persönlichem Eingehen auf ihre Patienten», ist Klinikdirektor Daniel Wild überzeugt.

Text: Stephan Ziegler

Daniel Wild, eine klinische Institution gibt es in Littenheid seit 1897. Wie kam eine andere Privatklinik können Sie damit auf eine sehr lange Geschichte zurückblicken.

Richtig. Damals wurde das «Asyl Littenheid» durch Jakob und Maria Uehlinger-Schwyn mit den beiden Patientenhäusern Park und Linde gegründet. Noch heute ist die Clenia Privatklinik Littenheid, die zusammen mit der Clenia Privatklinik Schlössli in Oetwil am See unter dem Dach der Clenia-Gruppe steht, im Familienbesitz.

Was ist der Grund für den anhaltenden Erfolg?

Durch unsere lange Tradition und Erfahrung können wir auf ein grosses und breit abgestütztes Know-how zurückgreifen. Die Clenia Privatklinik Littenheid gilt deshalb heute als eine der führenden psychiatrischen und psychotherapeutischen Institutionen der Schweiz, die sich besonders durch Kompetenz und Leistungsfähigkeit in Therapie und Pflege sowie durch ein sehr persönliches Eingehen auf jeden Patienten auszeichnet. Menschen, die als

Folge eines seelischen oder körperlich-seelischen Leidens in der Bewältigung ihres Alltages an Grenzen stossen, finden bei uns kompetente, individuelle und diskrete Behandlung. Unsere Patienten sind bei uns in guten Händen und treffen auf beste Voraussetzungen für einen nachhaltigen Genesungsprozess.

Einen weiteren Vorteil bietet sicher die Lage Ihrer Klinik inmitten einer wunderschönen Landschaft, die sich geradezu anbietet für erholsame Spaziergänge ...

... und damit für eine erfolgreiche Auszeit, das ist schon wahr. Die schöne Natur und das gepflegte Umfeld der Klinik mit 200 Betten und einer Tagesklinik wirken ebenso positiv auf den Genesungsprozess wie die moderne Infrastruktur mit ihren hellen, modernen und behaglichen Zimmern und die hervorragende Küche.

Ihre Kernkompetenzen liegen in der Jugend-, Erwachsenen- und Alterspsychiatrie, in der Psychotraumatologie und in der stationären Psychotherapie. Wie können Sie Patienten aus diesen Bereichen konkret helfen?

Mit auf den Patienten zugeschnittenen störungsspezifischen Therapien, mit Engagement, Respekt und Offenheit wird auf jeden einzelnen Patienten individuell eingegangen. Ausgewiesene Fachleute auf allen Ebenen, von der Ärzteschaft über das Pflegepersonal bis hin zur Hotellerie, sorgen dafür, dass sich jeder Patient bestmöglich aufgehoben und betreut fühlt. Regelmässige Fort- und Weiterbildungen

für alle Stufen und eine enge Zusammenarbeit mit forschenden Institutionen wie Universitäten gewährleisten, dass unser gesamtes Personal jederzeit auf dem neuesten Wissensstand ist. Unsere Patienten werden also nicht nur menschlich gut behandelt, sondern können auch sicher sein, dass ihre Therapien erfolgversprechend sind.

Ab 2012 gilt das revidierte Krankenversicherungsgesetz. Erwarten Sie einen «Ansturm» von Patienten?

Grundsätzlich steht die Clenia Privatklinik Littenheid mit ihren rund 420 Mitarbeitern schon heute allen Patienten offen, auch grundversicherten. Aufgrund der geltenden Gesetzgebung sind jedoch Personen, die aus einem Kanton kommen, mit dem wir keinen Leistungsvertrag haben, bislang auf die Zusatzversicherung «Freie Spitalwahl ganze Schweiz» respektive «halbprivat» oder «privat» angewiesen. Heute haben wir umfassende Leistungsverträge mit den Kantonen Thurgau, Schwyz, Zug und Uri.



Daniel Wild, Klinikdirektor

Mit dem Kanton Luzern haben wir einen Leistungsvertrag für stationäre Psychotherapie und mit den Kantonen St. Gallen und Schaffhausen sowie mit dem Fürstentum Liechtenstein einen für Jugendpsychiatrie. Wir freuen uns natürlich darauf, unser breites, persönliches Angebot in einem halben Jahr allen Versicherten uneingeschränkt anbieten zu können.

Krankheitsbedingte Personalausfälle und Fluktuationen sind Themen, die auch die Clenia Privatklinik Littenheid betreffen. 2006 wurde Ihre Klinik von der Helsana Versicherungen AG für ihre innerbetriebliche Gesundheitsförderung ausgezeichnet. Wie gehen Sie mit diesen Themen um?

Im Jahr 2000 haben wir einen Prozess implementiert, bei dem kontinuierlich und systematisch die Zufriedenheit unserer Mitarbeiter gemessen und mögliche Verbesserungen eruiert werden. Gesundheitsförderung ist ein Bestandteil davon. Gerade für uns als Klinik, die sich u. a. auf die Burnout-Thematik spezialisiert hat, ist es ausserordentlich wichtig, Prävention im eigenen Betrieb zu betreiben. Wir haben diverse Stressfaktoren identifiziert und konkrete Massnahmen abgeleitet. Der Preis der Helsana ist eine schöne Bestätigung dafür, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Wir wollen aber auch in Zukunft besser werden und arbeiten deshalb weiterhin an diesen Themen.

Burnout: «Krankheit der Tüchtigen»?

Der Begriff Burnout wurde etwa 1970 eingeführt und bezeichnet den Zustand völligen körperlichen, seelischen und geistigen Ausgebranntseins. Dabei handelt es sich nicht um eine eigenständige, wissenschaftlich definierte Krankheitskategorie, sondern um ein breites Spektrum uneinheitlicher Symptome im Umfeld einer stressgeplagten Lebens- und Arbeitswelt.

Burnout tritt sowohl bei zu hoher Arbeitsbelastung als auch mangelnder individueller Gestaltungsmöglichkeit auf. Erschwerend wirken sich schlechte Arbeitsatmosphäre und fehlende Anerkennung aus. Zusätzliche private Stressoren spielen ebenfalls eine Rolle. Neben äusseren Belastungsfaktoren werden auch Persönlichkeitscharakteristika wie über-grosses Engagement und Perfektionismus als Risikofaktoren beschrieben. So gesehen kann Burnout als «Krankheit der Tüchtigen» bezeichnet werden.

Die Burnout-Entwicklung beginnt meistens unauffällig. Krankheitsvorboten wer-

den von der Umwelt und von den Betroffenen über lange Zeit bagatellisiert oder gar verleugnet. Warnsignale sind Schlaf- und Konzentrationsstörungen, erhöhte Irritierbarkeit, Krankheitsanfälligkeit sowie psychosomatische Beschwerden. Emotionale Erschöpfung, innere Leere und Abstumpfung bei gleichzeitiger Unfähigkeit, sich in der Freizeit zu erholen, charakterisieren eine fortgeschrittene Entwicklungsphase. Schliesslich drohen ernsthafte körperliche Erkrankungen; auch depressives Erleben steht nun immer mehr im Zentrum, Selbstzweifel und Versagensgefühle breiten sich aus bis hin zu suizidaler Verzweiflung. Lebensqualität und Leistungsfähigkeit der Betroffenen sind zunehmend reduziert, und die Arbeitsfähigkeit ist infrage gestellt. Herauszustreichen ist die mit dem «Aus-brennen» verbundene Gefahr eines Suchtmittelmissbrauchs.

In der Regel erfolgt zuerst eine medizinische Erstbehandlung beim Hausarzt. Bei Früherkennung der Vorboten sind eine

gründliche Krankheitsorientierung und Motivationsarbeit für eine Lebensstellung sowie notwendige Veränderungen im Arbeitsverhalten wichtig. Der Miteinbezug von Angehörigen und Arbeitgebern kann sehr sinnvoll sein. Im Rahmen einer solchen ambulanten Therapie stehen Massnahmen zur Reduktion von Arbeitsbelastungen, aber auch die Reduktion der eigenen Leistungsansprüche im Vordergrund. Wenn auf diese Weise keine nachhaltige Veränderung möglich ist, empfiehlt sich eine Auszeit, idealerweise in Distanz zum Arbeitsplatz und Wohnort. In therapeutischen Institutionen ist die Burnout-Behandlung meistens mehrdimensional ausgerichtet und beinhaltet Psycho- und Milieuthérapie sowie Schulung in psychohygienischen Massnahmen. Die Prognose ist bei der überwiegenden Zahl der Betroffenen gut.

Quelle Dr. med. Markus Binswanger in «Aus dem Lot – Menschen in der Psychiatrie», NZZ Libro 2007



Klinik mit dörflichem Charakter in idyllischer Natur

Burnout-Prävention in Unternehmen

Niemand ist vor seelischen Krisen gefeit. Sie können unvermittelt und heftig über einen hineinbrechen oder sich über einen längeren Zeitraum schleichend aufbauen – bis zu jenem Punkt, an dem man auf professionelle Hilfe angewiesen ist. Die Clenia Privatlinik Littenheid bietet diese professionelle Hilfe und unterstützt mit neuen Angeboten die Unternehmen aktiv dabei, dass Krisen – namentlich Burnouts – aufgrund des beruflichen Umfelds, gar nicht erst entstehen.

Text: Stephan Ziegler

Er fühlte sich stets kerngesund, war voller Tatendrang, verpasste keinen Arbeitstag. Er war beruflich erfolgreich, ein hoher Militär, mehrfacher Familienvater, sass in verschiedensten Vereinen und stand, ganz nebenbei, noch einer Gemeinde vor. Ein Macher, wie er im Buche steht – und sehr zufrieden mit seinem erfüllten Leben. Bis zu jenem Moment, in welchem er eine vermeintlich noch bessere Stelle antrat: Er war zu einer Firma gestossen, bei der vor allem die Bilanz zählte und Menschliches im Hintergrund stand. Sein Chef war eifersüchtig auf sein gewinnendes Wesen, ihm konnte er nichts recht machen.

Die seelischen und körperlichen Batterien leerten sich rasch, über immer grössere Strecken des Tages kämpfte er gegen Müdigkeit. Selbst für Routinetätigkeiten musste er immer mehr Zeit einplanen. Die Arbeitstage begannen immer früher und endeten immer später, jede Form von Antrieb machte Gleichgültigkeit Platz. Erschöpfung und Verzweiflung wurden stärker und stärker, sein Selbstwertgefühl nahm rapide ab – bis er sich sagte: «So geht es nicht mehr.» Er fuhr zu seinem Hausarzt, dessen Diagnose lautete: «totales Burnout». Der Arzt legte ihm nahe, sich stationär behandeln zu lassen. Aber erst, nachdem er sich eingestanden hatte, physisch und psychisch auf den totalen Nullpunkt zuzusteuern, erlaubte er dem Arzt, ihn in die Clenia Privatlinik Littenheid einzuweisen.

Frühzeitig handeln

«So weit, wie bei diesem Patienten, muss es nicht kommen», sagt Dr. med. Markus Binswanger, Ärztlicher Direktor der Clenia Privatlinik Littenheid. «Stressfolgeerkrankungen wie Burnouts können, sofern sie frühzeitig diagnostiziert werden, auch ambulant therapiert werden. Noch besser ist es allerdings, sie gar nicht erst entstehen zu lassen. Das hat jedes Unternehmen mehr oder weniger selbst in der Hand – schlicht und einfach in der Art und Weise, wie es seine Angestellten behandelt. Allerdings, ein Burnout-fördernder Umgang mit den Mitarbeitern geschieht meist in Unkenntnis darüber, welche Faktoren eine Stressfolgeerkrankung begünstigen – und welche sie hindern.»

Ein Burnout entsteht, kurz gesagt, wenn der Druck zu gross, die Wertschätzung für das Geleistete zu gering und die Gestaltungsfähigkeit der eigenen Arbeit stark eingeschränkt ist. Mit einer aktiven Burnout-Phylaxe stärken Unternehmen ihre Mitarbeiter, erhöhen die Mitarbeiterzufriedenheit und damit ihre Leistungsfähigkeit. Diese Erkenntnis hat sich bereits bei vielen Firmen, vor allem grösseren, durchgesetzt. Personalverantwortliche achten einerseits darauf, Burnout-fördernde Konstellationen gar nicht erst aufkommen zu lassen, andererseits darauf, erste Anzeichen eines Burnouts frühzeitig zu erkennen.

Aktive Burnout-Phylaxe

«Die Clenia Privatlinik Littenheid bietet hier Hand, indem sie Vorträge, Seminare, Coachings oder Workshops in interessierten Unternehmen abhält und so Führungsverantwortliche sowie HR-Beauftragte für das Thema sensibilisiert bzw. sie im Umgang damit schult. Zudem offerieren wir, dass interessierte Personalverantwortliche im Rahmen eines sogenannten Seitenwechsels zu uns in die Klinik kommen, beispielsweise für eine Woche, und aktiv an Therapien teilnehmen. So er-

fahren sie aus erster Hand, was ein Burnout bedeutet», beschreibt Markus Binswanger das Littenheider Angebot im Bereich Burnout-Prävention für Unternehmen. «Wie es bei Firmen Angebote für Suchtkranke gibt, werden immer häufiger auch Angebote für Burnout-Gefährdete oder -Betroffene eingerichtet.» Dies geschieht im ureigenen Interesse eines Unternehmens, da gesunde, zufriedene und respektierte Mitarbeiter leistungsfähiger, loyaler und engagierter sind.



Dr. med. Markus Binswanger, Ärztlicher Direktor

«Wertschätzung ist ein Schlüssel zur Burnout-Phylaxe. Anteilnahme, Fürsorge und ein respektvoller Umgang miteinander bringen schon unheimlich viel. Ich empfehle auch ganz konkret, dass man vermehrt auf seine Mitarbeiter und Kollegen zugeht, wenn man das Gefühl hat, etwas sei nicht (mehr) so, wie es sein sollte. Dieser ‚Mut zum Gespräch‘ wird auf jeden Fall belohnt – manchmal hilft es schon, wenn ein gefährdeter Angestellter wieder mehr Aufmerksamkeit, Wertschätzung, Freiraum und Anteilnahme

Mut zum Gespräch

«Wertschätzung ist ein Schlüssel zur Burnout-Phylaxe. Anteilnahme, Fürsorge und ein respektvoller Umgang miteinander bringen schon unheimlich viel. Ich empfehle auch ganz konkret, dass man vermehrt auf seine Mitarbeiter und Kollegen zugeht, wenn man das Gefühl hat, etwas sei nicht (mehr) so, wie es sein sollte. Dieser ‚Mut zum Gespräch‘ wird auf jeden Fall belohnt – manchmal hilft es schon, wenn ein gefährdeter Angestellter wieder mehr Aufmerksamkeit, Wertschätzung, Freiraum und Anteilnahme

aus seinem Team oder von seinen Vorgesetzten erfährt», hält Markus Binswanger fest und ergänzt, dass ein Burnout nicht ausschliesslich im beruflichen Umfeld begründet sein müsse. «Auch die persönliche Konstitution, das private Umfeld spielen mit hinein. Aber in den meisten Fällen ist definitionsgemäss die Arbeitssituation ursächlich für ein Burnout.»

Damit ist auch klar, dass ein therapierter Patient nach seiner Genesung nicht wieder ins gleiche Fahrwasser geraten darf. Eine dem Genesungsfortschritt angepasste Arbeitsbelastung, eine verantwortliche Ansprechperson, eine interessierte und ermutigende Haltung des Vorgesetzten bzw. der Teamkollegen und gegenseitige Offenheit

sind unabdingbar bei der Wiedereingliederung ins Arbeitsumfeld. «Erfreulich ist, dass von vielen Arbeitgebern grosses Interesse daran besteht, einerseits ihren Mitarbeitern durch Therapieangebote zu helfen, andererseits sie bei einem beruflichen Wiedereinstieg nach Kräften zu unterstützen», bilanziert Markus Binswanger.

Clenia in Kürze

Die Clenia-Gruppe bietet psychiatrische und psychotherapeutische Hilfe in seelischen Krisen. Ihre Institutionen (Privatlinik Littenheid, Privatlinik Schlössli/Oetwil am See, Psychiatriezentrum Männedorf, Psychiatriezentrum Uster, Psychiatriezentrum Wetzikon und Ambulatorium Wetzikon sowie Krisenintervention Schweiz in Winterthur) verfolgen das Ziel, möglichst nachhaltig zur raschen Gesundung ihrer Patienten beizutragen und ihnen die Rückkehr in ihr gesellschaftliches Umfeld zu ermöglichen.

Grundlagen dazu sind neben wissenschaftlicher und praktischer Kompetenz die engagierte und teamorientierte therapeutische Arbeit, die Mobilisierung der vorhandenen Selbstheilungskräfte und die

Einbeziehung der Angehörigen. Die stationären, tagesklinischen und ambulanten Angebote richten sich an allgemein- und zuzusatzversicherte Patienten mit Adoleszenzkrisen, Essstörungen, Suchtproblemen, Angst- und Zwangserkrankungen, Belastungskrisen, Burnout und anderen Stressfolgeerkrankungen, mit Belastungsstörungen durch traumatische Erlebnisse, Depressionen, Erschöpfungszuständen, Persönlichkeitsstörungen, psychosomatischen Störungen oder psychotischen Erkrankungen.

Die Clenia-Gruppe ist dank ihrer langjährigen Erfahrung, ihrer kompetenten und engagierten Mitarbeiter, des breiten und tiefen Therapieangebots, der innovativen Spezialangebote, der modernen Infrastruktur, ihrer Leistungsfähigkeit und Flexibilität sowie

der gesicherten Qualität führend in Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie. Alle Clenia-Betriebe verstehen sich gleichermaßen als Partner von Patienten und deren Angehörigen, von Zuweisern, Mitarbeitern, Versicherern und Vertragskantonen. ■

Kontakt

Haben Sie Fragen, die Sie persönlich oder Ihr Unternehmen betreffen? Der ärztliche Direktor der Clenia Privatlinik Littenheid, Dr. med. Markus Binswanger, gibt Ihnen gerne Auskunft.
Tel. 071 929 60 60
markus.binswanger@clenia.ch
www.clenia.ch

Anzeige

Inserat