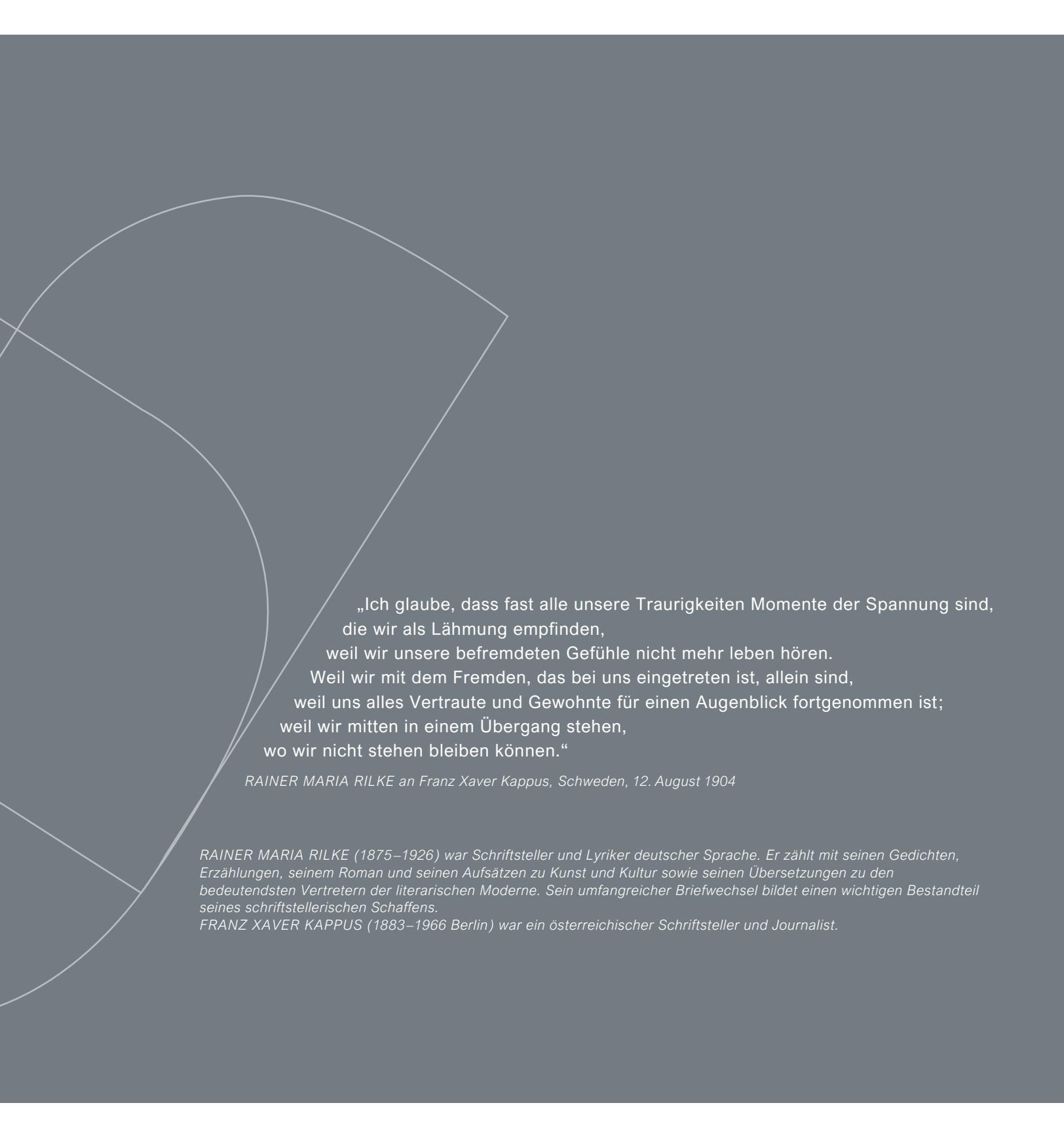




KIRINUS
SCHLEMMER KLINIK

Psychosomatische Klinik Bad Tölz



The background is a solid dark grey. On the left side, there are several thin, white, curved lines that intersect and overlap, creating a sense of depth and movement. These lines form a partial circular shape and a larger, more complex geometric form that extends towards the center of the page.

„Ich glaube, dass fast alle unsere Traurigkeiten Momente der Spannung sind,
die wir als Lähmung empfinden,
weil wir unsere befremdeten Gefühle nicht mehr leben hören.
Weil wir mit dem Fremden, das bei uns eingetreten ist, allein sind,
weil uns alles Vertraute und Gewohnte für einen Augenblick fortgenommen ist;
weil wir mitten in einem Übergang stehen,
wo wir nicht stehen bleiben können.“

RAINER MARIA RILKE an Franz Xaver Kappus, Schweden, 12. August 1904

RAINER MARIA RILKE (1875–1926) war Schriftsteller und Lyriker deutscher Sprache. Er zählt mit seinen Gedichten, Erzählungen, seinem Roman und seinen Aufsätzen zu Kunst und Kultur sowie seinen Übersetzungen zu den bedeutendsten Vertretern der literarischen Moderne. Sein umfangreicher Briefwechsel bildet einen wichtigen Bestandteil seines schriftstellerischen Schaffens.

FRANZ XAVER KAPPUS (1883–1966 Berlin) war ein österreichischer Schriftsteller und Journalist.

Inhalt

- 6 **INTRO**
Grußworte
- 8 **FAST FACTS**
Kurze Vorstellung der Klinik
- 10 **INTERVIEW MIT DR. MARKUS REICHERZER**
Schwerpunkte und Philosophie der Klinik
- 12 **BEHANDLUNGSANSATZ**
So individuell wie Sie selbst
- 14 **DIAGNOSEN**
Was wir behandeln
- 15 **BEHANDLUNGSMETHODEN**
Wie wir behandeln
- 16 **TAGESABLAUF**
Klare Strukturen, persönliche Auszeiten
- 18 **TEAM**
Fachlich kompetent, persönlich für Sie da
- 20 **AMBIENTE / LAGE**
Erholung für Körper und Seele
- 22 **KÜCHE**
Auch Essen kann Therapie sein
- 24 **ZUSATZLEISTUNGEN FÜR SELBSTZAHLENDE**
Wahlleistungen für unsere Patientinnen und Patienten
- 25 **VORMERKUNG / AUFNAHME / KONTAKT**
Patientenaufnahme und Kontakt



Liebe Patientinnen und Patienten,

es gibt Situationen im Leben, in denen wir therapeutische und medizinische Hilfe brauchen. Aus dem Alltag herauskommen, um sich für einige Wochen ganz auf sich selbst zu konzentrieren – begleitet von einem erfahrenen ärztlichen und therapeutischen Team. Genau das wollen wir Ihnen in der KIRINUS Schlemmer Klinik in Bad Tölz ermöglichen.

Unsere Klinik zählt heute zu den führenden psychosomatischen Kliniken in Bayern und war in ihren Anfangsjahren hierzulande die erste ihrer Art. Seit ihrer Gründung im Jahr 1948 durch Dr. Adolf Schlemmer hat sich zwar vieles geändert, eines ist jedoch immer gleich geblieben: Wir stellen die Menschen in den Mittelpunkt. Denn jeder Mensch ist einzigartig – ebenso wie jede psychische Erkrankung. Deshalb sind wir davon überzeugt, dass sich die Behandlung an die Patientinnen und Patienten anpassen muss – nicht umgekehrt.

Wir sind stolz auf unser erfahrenes und eingespieltes Team: Von unserem ärztlichen und therapeutischen Fachpersonal über das Pflorgeteam bis hin zum Küchenteam und dem Patientenservice trägt jeder dazu bei, dass unsere Patientinnen und Patienten rundum gut versorgt werden und nach dem Aufenthalt bei uns gestärkt in den Alltag zurückkehren.

Die Qualität der Behandlung ist uns besonders wichtig. Neben unserer langjährigen Erfahrung setzen wir dafür auf regelmäßige Fortbildungen und den Austausch mit anderen Expertinnen und Experten in der Psychosomatik. Insbesondere die enge Zusammenarbeit mit der KIRINUS CIP Akademie in München, dem größten Aus- und Weiterbildungszentrum für Psychotherapie in Bayern, gewährleistet, dass wir immer auf dem neusten Stand der Wissenschaft sind.

Wir glauben, dass neben der kompetenten medizinischen und therapeutischen Betreuung auch die Atmosphäre ein entscheidender Faktor fürs Gesundwerden ist. Die Lage unserer Klinik inmitten der Natur, helle, modern eingerichtete Räume und eine hervorragende Küche helfen dabei, neue Kraft zu tanken.

Unser Ziel ist es, Sie dabei zu unterstützen, zu sich selbst zurückzufinden. Wir möchten Ihnen Instrumente und Strategien an die Hand zu geben, mit denen Sie sich bestens gerüstet fühlen für Ihre Rückkehr in den Alltag.

Ihr Team der KIRINUS Schlemmer Klinik

Sicherheit



Die KIRINUS Schlemmer Klinik auf einen Blick

Wir behandeln Patientinnen und Patienten ab 18 Jahren mit:

- | Depressionen / Burnout
- | Borderline-Persönlichkeitsstörungen
- | Essstörungen
- | posttraumatischen Belastungsstörungen
- | Schmerz- und Angststörungen
- | weiteren psychosomatischen Erkrankungen

Unser Behandlungsansatz basiert auf:

- | wissenschaftlich belegten Konzepten
- | störungsorientierten Methoden wie der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT)

Störungsorientiert bedeutet, dass wir die Behandlung je nach psychischer Störung und individuell für jede Patientin bzw. jeden Patienten zusammenstellen.

Unsere Klinik ist ein Unternehmen der KIRINUS Health GmbH, einer familiengeführten Gesundheitsgruppe in Bayern mit einem Schwerpunkt für psychosomatische Medizin. Zur KIRINUS Gruppe gehören neben der KIRINUS Schlemmer Klinik unter anderem die KIRINUS Tageskliniken, die KIRINUS Fachambulanz, ein staatlich anerkanntes Ausbildungsinstitut für Psychologische Psychotherapeutinnen und -therapeuten, die KIRINUS CIP Akademie sowie ambulante interdisziplinäre Praxiszentren mit Schwerpunkt Psychosomatik in München.

Die KIRINUS Schlemmer Klinik liegt im Heilklimatischen Kurort Bad Tölz am Nordrand der Alpen: Die Natur, die Ruhe und die Bewegung an der frischen Luft tragen neben unserer therapeutischen und medizinischen Behandlung ebenfalls zur Genesung bei.

Unsere Klinik in Zahlen:

- | **153 Therapieplätze**
- | **Über 1000 Patientinnen und Patienten im Jahr**
- | **Durchschnittliche Aufenthaltsdauer: 8 bis 12 Wochen**





Die Geschichte der Klinik

- 1948 Der Münchner Hausarzt Dr. Adolf Schlemmer eröffnet im Hubertus-Schlössl in Rottach-Egern seine eigene Privatklinik.
- 1952 Die Klinik zieht nach Bad Wiessee um. Schlemmer spezialisiert sich auf Herz- und Gefäßerkrankungen sowie Reha-Maßnahmen. Neben der schulmedizinischen Behandlung legt er großen Wert auf das seelische Wohlbefinden seiner Patientinnen und Patienten.
- 1956 Ein Feuer zerstört die gesamte zweite Etage des Parksanatoriums. Schlemmer baut die Klinik größer und moderner wieder auf.
- 1965 Die Schlemmer Klinik wird eine der führenden Einrichtungen Deutschlands für die Behandlung psychischer Erkrankungen.
- 1976 Dr. Paul Drisch wird Chefarzt: Er baut die psychosomatische Abteilung weiter aus und behandelt die Patientinnen und Patienten in einer integrativen Ganzheitsbetreuung“.
- 1982 Verkauf der Klinik an Familie Klitzsch, die bereits die Klinik im Alpenpark in Bad Wiessee führt. Ludwig Klitzsch, Vater des heutigen Geschäftsführers, übernimmt die Unternehmensleitung. Er ist offen für das noch junge Konzept der Psychosomatik. Die Klinik wird vollständig psychosomatisch ausgerichtet: Dr. Paul Drisch wird Ärztlicher Direktor, Dr. Franz Lettner, einer der Pioniere der modernen Psychosomatik, ist neuer Chefarzt.
- 2004 Dr. Markus Reicherzer wird Chefarzt und implementiert die „Dialektisch-Behaviorale Therapie“ (DBT) im Haus, die aktuell als erfolgreichste Borderline-Therapie gilt.
- 2008 Reicherzer wird Ärztlicher Direktor der Klinik, Ludwig Klitzsch übernimmt die Geschäftsführung.
- 2010 Umzug der Klinik von Bad Wiessee nach Bad Tölz – sie zählt nun zu den modernsten, psychosomatischen Kliniken im deutschsprachigen Raum.
- 2013 Dr. Markus Reicherzer wird Institutsleiter der CIP und BAP Akademie (CIP Verbund) sowie Präsident des Dachverbands DBT.
- 2015 Die Klinik wird Mitglied im CIP Verbund.
- 2016 Die Schlemmer Klinik wird als DBT-Einheit zertifiziert.
- 2018 Die Klinik wird mit dem Umbau der Villa Bellaria in Bad Tölz erweitert.

Interview mit Chefarzt Dr. Markus Reicherzer:

„Jeder Mensch ist einzigartig. Jede Krise ist anders.
Das muss sich auch in der Behandlung widerspiegeln.“

Herr Dr. Reicherzer, Sie leiten die KIRINUS Schlemmer Klinik seit 2008. Worauf kommt es Ihnen bei der Behandlung Ihrer Patientinnen und Patienten an?

Jeder Mensch ist einzigartig. Deshalb bin ich davon überzeugt, dass sich die psychosomatische Behandlung nach der Patientin bzw. dem Patienten richten muss. Mit unseren aktuell 153 Therapieplätzen decken wir das gesamte Spektrum der Psychosomatik ab. Dank der Größe und Struktur unserer Klinik können wir aus einem breiten Behandlungsangebot für jeden Patienten die Therapiebausteine auswählen, die zu ihm, seiner Erkrankung und seiner Persönlichkeit passen.

Wie läuft es ab, wenn eine Patientin oder ein Patient zu Ihnen in die Klinik kommt?

Wenn ein neuer Patient zu uns kommt, beraten sich unsere Ärztinnen und Ärzte, wer aus unseren Teams fachlich wie menschlich zu ihm passt. Diese sogenannten Bezugsteams begleiten den Patienten durch den gesamten Aufenthalt, stellen

seinen Behandlungsplan gemeinsam mit ihm auf und passen ihn bei Bedarf an. Wir richten die Behandlung auf die jeweilige Störung aus. Unsere Erfahrung – und zahlreiche Studien – haben gezeigt, dass die Therapie so wirksamer ist. Wenn dann noch Persönlichkeit und Lebensweg des Patienten miteinbezogen werden, sind die Erfolgchancen sehr hoch.

Was erwartet mich als Patient in der Klinik?

Je nach Diagnose bleiben unsere Patientinnen und Patienten acht bis zwölf Wochen bei uns. Zentrales Behandlungselement ist die Einzel-Psychotherapie. Chefärztliche und oberärztliche Visiten gehören daneben genauso zum Patientenalltag wie zum Beispiel Achtsamkeitspraxis, Entspannungstraining, Kunst-, Körper- und Bewegungstherapie. Der Tagesablauf ist klar strukturiert, lässt aber trotz fester Therapie- und Essenszeiten genügend Freiraum für persönliche Auszeiten, körperliche Aktivitäten an der frischen Luft und private Besuche.

Sie leiten neben der Klinik auch die KIRINUS CIP Akademie in München. Wie profitieren Patientinnen und Patienten von dieser Kombination aus Praxis und Ausbildung?

Die KIRINUS CIP Akademie ist das größte psychotherapeutische Aus- und Fortbildungszentrum in Bayern. Durchschnittlich sind dort jeweils 400 Psychologinnen und Psychologen zeitgleich in Ausbildung. Uns bietet die Verbindung mit der KIRINUS CIP Akademie die Möglichkeit, uns regelmäßig mit anderen führenden Köpfen der Psychosomatik auszutauschen und stets auf dem neusten Stand der Wissenschaft zu sein. Für unsere Patientinnen und Patienten bedeutet das: Wir kombinieren langjährige Erfahrung, bewährte Methoden und vielversprechende neue Ansätze in unserer Behandlung.

Welche Rolle spielen neben der Therapie Faktoren wie Ambiente, Umgebung und Essen für die Genesung?

Bereits unser Klinik-Gründer Dr. Adolf Schlemmer verfolgte den damals revolutionären Ansatz, dass Wohlfühlfaktoren wie die Nähe zur Natur und genussvolles Essen extrem wichtig sind für das Gesundwerden. In unserem Haus sollen sich die Patientinnen und Patienten erholen können und zur Ruhe kommen. Sie sollen nach Ihrem Aufenthalt gestärkt in ihren Alltag zurückkehren. Die vielen positiven Rückmeldungen zeigen, dass uns das auch gelingt.



So individuell wie Sie es sind

Jeder Mensch ist einzigartig. Jede psychosomatische Erkrankung ist es auch. Deshalb stellen wir die Behandlung für jede einzelne Patientin und jeden einzelnen Patienten aus unterschiedlichen Therapiebausteinen so zusammen, wie es zur jeweiligen Persönlichkeit, Erkrankung und Lebensgeschichte passt. Wir sprechen dabei von einer störungsorientierten und evidenzbasierten Behandlung; das bedeutet, dass wir die Therapie auf die jeweilige Störung zuschneiden und dabei auf wissenschaftlich bewährte Methoden zurückgreifen.

Alle unsere Patientinnen und Patienten werden bei uns von einem Bezugsteam aus Ärztinnen und Ärzten sowie Therapeutinnen und Therapeuten durch den gesamten Aufenthalt in der Klinik begleitet. Jedes Teammitglied bringt unterschiedliche Erfahrungen ein und hat einen anderen Blick auf die Dinge – so können wir gewährleisten, dass unsere Patientinnen und Patienten umfassend, individuell und kompetent betreut werden. Da eine vertrauensvolle Bindung zwischen Patientinnen und Patienten und Behandelnden eine wichtige Voraussetzung für den Therapieerfolg ist, achten wir beim Zusammenstellen der Teams außerdem darauf, dass Behandelnder und Patientin bzw. Patient menschlich zusammenpassen.

Ein zentrales Element der Behandlung ist die Einzeltherapie mit zwei Sitzungen pro Woche. Darüber hinaus finden regelmäßig Gruppensitzungen statt. Aufgrund unserer Größe und Struktur können wir teilweise auch mit geschlossenen Gruppen arbeiten, in denen die Patientinnen und Patienten von der ersten bis zur letzten Sitzung zusammenbleiben. So entsteht ein intensives Zusammengehörigkeitsgefühl, und die Mitglieder der Gruppe profitieren von den Erfahrungen der anderen.

Neben den Einzel- und Gruppensitzungen arbeiten wir mit weiteren Therapieformen wie Achtsamkeitspraxis, Entspannungstraining, Selbstsicherheitstraining, Schemagruppen und Bewegungstherapie, um wichtige Fertigkeiten zu vermitteln, die den Umgang mit Gefühlen, Stress und anderen Menschen im Alltag erleichtern.



Unser Behandlungsansatz: wissenschaftlich fundiert, individuell zugeschnitten

In den vergangenen Jahren haben wir ein erfolgreiches Modell erarbeitet, mit dem wir Depressionen deutlich effektiver behandeln können. Das Differentielle-Dialektische Modell der Depression (DDMD) unterteilt Depressionen in drei Typen und erleichtert therapeutische Gespräche mit Patientinnen und Patienten über die Erkrankung. Für die Behandlung haben wir das Therapeutische Training zur Reaktivierung und Erleichterung Emotionaler Prozeduren (TREEP) entwickelt. Es bietet für jeden Depressionstyp ein spezielles Behandlungsprogramm und orientiert sich an der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT), einer bewährten Form der Verhaltenstherapie. Unsere Patientinnen und Patienten lernen, ihr Verhalten schrittweise „umzuprogrammieren“, um Alltagssituationen besser zu meistern.

Praxis & Wissenschaft unter einem Dach

Unser Schwerpunkt liegt auf der Behandlung von psychosomatischen Erkrankungen. Dabei können wir auf mehr als 50 Jahre Erfahrung zurückgreifen. Unser wissenschaftlicher Beirat sorgt zudem dafür, dass wir immer auf dem neusten Stand der Wissenschaft sind. Der Austausch mit anderen führenden Köpfen der Dialektisch-Behavioralen Therapie und der KIRINUS CIP Akademie ermöglicht uns die kontinuierliche Weiterentwicklung unserer Behandlungskonzepte. Und auch wir leisten unseren Beitrag zur Wissenschaft: Seit 2012 betreut Dr. Kathrin Thrum, leitende Psychologin der KIRINUS Schlemmer Klinik, eine umfangreiche klinische Studie zur Behandlung depressiver Störungen.

WAS wir behandeln

Dank der Größe unseres Hauses mit 153 Therapieplätzen können wir das gesamte Spektrum der psychosomatischen Medizin anbieten. Wir behandeln:

Depressive Störungen und Burnout

Wir alle fühlen uns manchmal niedergeschlagen und antriebslos. Was aber, wenn dieses Gefühl nicht mehr verschwindet? Wer unter einer Depression leidet, schafft es oft nicht mehr, ganz alltägliche Dinge zu erledigen. Alles erscheint aussichtslos. Doch das ist es nicht: Depressionen können heute gut behandelt werden. Dabei ist Depression nicht gleich Depression: Es gibt verschiedene Formen, die auch unterschiedliche Therapieansätze erfordern. Aus diesem Grund arbeiten wir mit dem Differentiellen-Dialektischen Modell der Depression (DDMD), das Depressionen in unterschiedliche Gruppen – darunter auch Burnout – einteilt.

Borderline-Persönlichkeitsstörungen

Unsere Persönlichkeit wird im Laufe des Lebens von äußeren und inneren Umständen bzw. Erfahrungen geprägt. Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung haben sich Eigenschaften und Verhaltensmuster angeeignet, die sie stark in ihrem Alltag und ihren zwischenmenschlichen Beziehungen beeinträchtigen. Sie erleben oft heftigste emotionale Schwankungen, die zu extremen innerlichen Anspannungen führen. Häufig setzen Borderliner selbstschädigende Verhaltensweisen – z. B. das Ritzen der Haut – ein, um diese für sie unerträgliche Anspannung abzubauen. Bei der Entstehung von Borderline-Persönlichkeitsstörungen spielen häufig prägende Kindheitserfahrungen eine wichtige Rolle.

Essstörungen

Essen ist nicht nur Nahrung für den Körper, sondern auch für die Seele. Essen kann Genuss und Sinnlichkeit sein. Oder – bei einer Essstörung – das genaue Gegenteil: Die Seele droht zu „verhungern“, obwohl sich alle Gedanken nur noch ums Essen drehen. Das Selbstbild ist verzerrt, und man versucht, einen inneren Druck über das Essverhalten zu regulieren. Die häufigsten Arten sind Magersucht (Anorexia nervosa) und Bulimie (Bulimia nervosa), die nicht nur die Seele, sondern auf Dauer auch den Körper schädigen.

Posttraumatische Belastungsstörungen

Extreme Belastungen oder Erfahrungen können schwerwiegende Krisen auslösen. Das Erlebte kehrt oft in Träumen wieder und kann ohne eine psychologische Betreuung nicht bewusst verarbeitet werden. Wir behandeln Frauen mit schweren Traumafolgestörungen nach sexueller oder schwerer körperlicher Gewalt in der Kindheit, Jugendzeit oder frühem Erwachsenenalter und Frauen mit einmalig erlebten Traumata (z. B. Vergewaltigung, Raubüberfall, Verkehrsunfall).

Schmerz-, Angst- und funktionelle Störungen

Wir behandeln auch Schmerz-, Angst- und funktionelle Störungen sowie weitere psychosomatische Erkrankungen.

WIE wir behandeln

Unsere Behandlungsmethoden im Überblick:

→ Die Behandlung basiert auf dem bewährten Konzept der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT), das stark verhaltenstherapeutisch geprägt ist. Wir haben diese Therapie weiterentwickelt und für die Behandlung von depressiven Störungen angepasst. Das Therapeutische Training zur Reaktivierung und Erleichterung Emotionaler Prozeduren (TREEP) ist eine innovative Therapie, die auf den einzelnen Depressionstyp zugeschnitten und innerhalb weniger Wochen erfolgreich umgesetzt werden kann.

→ Die Behandlung erfolgt mithilfe der Dialektisch-Behavioralen Therapie für Borderline-Persönlichkeitsstörungen (DBT-B), einer der nach den Leitlinien bewährtesten Methode. Sie zielt darauf ab, Selbstmordgedanken und zerstörerische Verhaltensmuster zu reduzieren, das Selbstwertgefühl zu stärken und ungünstige Denkmuster ins Positive zu verändern.

Unsere Station für Borderline-Patientinnen und -Patienten ist durch den Dachverband DBT e.V. nach den Richtlinien der Dialektisch-Behavioralen Therapie zertifiziert.

→ Für die Behandlung von Essstörungen kombinieren wir verschiedene bewährte Behandlungsmethoden – je nach Essstörung, Persönlichkeit und Bedürfnissen unserer Patientinnen und Patienten. Auch hier spielt die Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT) eine wichtige Rolle.

→ Die Behandlung basiert auf der Dialektisch-Behavioralen Therapie für Posttraumatische Belastungsstörungen (DBT-PTSD), einer speziellen Form der Verhaltenstherapie für Traumastörungen.

→ Um die Erkrankung richtig zuzuordnen, findet zu Beginn des stationären Aufenthaltes eine ausführliche diagnostische Einschätzung statt. In einer fachärztlichen und psychologischen Fallkonferenz entscheiden wir anschließend über die passende störungsorientierte Betreuung und den persönlichen Behandlungsplan.

Klare Strukturen, persönliche Auszeiten

Wir gehen davon aus, dass klare Strukturen im Tagesablauf wichtig für den Behandlungserfolg sind. Daneben vertreten wir aber auch die Ansicht, dass trotz fester Therapie- und Essenszeiten genügend Freiraum für persönliche Auszeiten, körperliche Aktivitäten an der frischen Luft und Besuche bleiben sollte.

Fest zur Therapie gehört die Einzel-Psychotherapie, die in der Regel zweimal wöchentlich stattfindet. Darüber hinaus arbeiten wir in Gruppen, die wir teilweise als geschlossene Gruppen anbieten. Da eine Gruppe von der ersten bis zur letzten Sitzung zusammenbleibt, können die Patientinnen und Patienten von den Erfahrungen anderer profitieren, sich gegenseitig motivieren und unterstützen.

Wir wollen unseren Patientinnen und Patienten außerdem Strategien vermitteln, die den Umgang mit Gefühlen, Stress und anderen Menschen erleichtern. Das Ziel ist es, Ihnen ein Rüstzeug für die Zeit nach Ihrem Aufenthalt bei uns an die Hand zu geben. Dafür bieten wir verschiedene Gruppentherapien an. Dazu zählen: 

- I **Stressbewältigungstraining:** Strategien im Umgang mit Stress erlernen
- I **Selbstsicherheitstraining:** Eigene Ansprüche formulieren, sich frei äußern und sich auf angemessene Art und Weise durchsetzen lernen
- I **Schemagruppe:** Verhaltensschemata erkennen und überwinden, um unerwünschte Verhaltensweisen zu verändern
- I **Fertigkeiten-Training (auch Skills-Training):** Alltagsfertigkeiten wie innere Achtsamkeit, bewusster Umgang mit Gefühlen, Stresstoleranz und zwischenmenschliche Fertigkeiten üben
- I **Depressionsgruppen:** die eigene depressive Störung, ihre möglichen Ursachen und Folgen besser verstehen und die Krankheit akzeptieren lernen
- I **Körperpsychotherapie:** den Körper wahrnehmen und Bewegung als Grundlage unseres Denkens, Fühlens und Handelns verstehen lernen
- I **Kunsttherapie:** sich gestalterisch ausdrücken, um innere Prozesse sichtbar zu machen und mit sich sowie anderen in Kontakt zu treten
- I **Soziotherapeutische Gruppen:** Fertigkeiten erlangen, die den Übergang von der medizinischen Behandlung zurück in den Alltag erleichtern
- I **Achtsamkeitspraxis:** Stress im Alltag durch bewusste Achtsamkeit besser bewältigen lernen
- I **Entspannungstraining:** die Balance finden, um dem Alltagsstress besser begegnen zu können
- I **Bewegungstherapie:** Bewegung nutzen, um ein besseres Verständnis für sich selbst und das eigene Verhalten zu bekommen

Ergänzt wird die Behandlung durch:

- I **Milieuthherapie:** gemeinsame Freizeitaktivitäten (Kochen, Essen, Ausflüge etc.) machen das menschliche Miteinander erlebbar, statt den Fokus ausschließlich auf die eigenen Probleme und Symptome zu legen
- I regelmäßige chefärztliche und oberärztliche Visiten
- I Familien- und Paargespräche

Fachlich kompetent, persönlich für Sie da

Ein Team hochqualifizierter Fachkräfte kümmert sich um das Wohl der Patientinnen und Patienten: Psychiaterinnen, Psychotherapeuten, Psychologinnen, Sozialarbeiter, Kunst-, Bewegungs- und Körpertherapeutinnen, Pflegekräfte, Sozialdienst- und Servicemitarbeiter betreuen Sie nach einem auf Sie persönlich zugeschnittenen Therapieplan.

Für eine erfolgreiche Therapie müssen alle Angebote wie Puzzleteile ineinandergreifen. Von Beginn an bekommen Sie deshalb ein festes Bezugsteam an die Seite gestellt, das Sie über den gesamten Zeitraum Ihres Aufenthaltes begleitet. Dabei legen wir großen Wert darauf, dass Sie und Ihr Team menschlich zusammenpassen, damit Vertrauen entstehen kann.

Ärztliches Team

Unsere Fachärztinnen und Fachärzte für Psychosomatik, Psychiatrie, Neurologie, Psychotherapie und Allgemeinmedizin sind für Ihre medizinisch-körperlich und medikamentösen Behandlungen verantwortlich und haben den Gesamtverlauf Ihrer Therapie im Blick. Sie verfügen über spezielle Ausbildung in den Bereichen Verhaltenstherapie, Tiefenpsychologie oder Psychoanalyse und bilden sich kontinuierlich weiter.

Therapeutisches Team

Unsere Psychologen sind auf die Fachrichtung Klinische Psychologie mit unterschiedlichen Schwerpunkten spezialisiert. Nach einer umfassenden Diagnostik stellen sie für jede Patientin und jeden Patienten individuell die Behandlungsbausteine zusammen, die durch Therapieangebote aus verschiedenen Bereichen wie Kunst, Musik und Bewegung begleitet werden. Die dafür zuständigen Therapeutinnen und Therapeuten bilden gemeinsam mit zuständigen Ärztinnen und Psychologischen Psychotherapeuten unsere Bezugsteams.

Pflegeteam

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Pflege sind bei allen praktischen Fragen Ihre ersten Ansprechpersonen. Sie helfen dabei, Ihren Tagesablauf zu strukturieren und kümmern sich in Absprache mit ärztlichen und psychologischen Teams um Ihre medizinische Versorgung. Es ist uns wichtig, Ihre Beziehung zum Pflegepersonal von Beginn an so zu gestalten, dass Sie Ihre persönliche Unabhängigkeit wahren bzw. wiedererlangen können: Alltagsbewältigung, Krisenintervention und co-therapeutische Aufgaben spielen eine große Rolle.

Sozialdienst

Wir möchten Ihnen nicht nur eine bestmögliche klinische Versorgung bieten, sondern Sie auch auf die Zeit nach Ihrem Aufenthalt bei uns vorbereiten. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unseres Sozialdienstes beantworten Ihre Fragen zu sozialrechtlichen Ansprüchen, persönlichen Perspektiven sowie zur Rehabilitation und stellen Kontakte zu weiterführenden Angeboten her.

Patientenservice

Sie planen einen Ausflug oder wollen eine Wahlleistung buchen? Unser Patientenservice-Team kümmert sich gern um Ihr Anliegen. Hier finden Sie Ansprechpersonen für die Aufnahme, Platzvergabe, Verwaltung, Zimmerbelegung und viele weitere Belange.

Hauswirtschaftsteam

Wir haben den Anspruch, dass unsere Klinik weitaus mehr als sauber, ordentlich und schön sein soll. Die Patientinnen und Patienten sollen sich hier wohl, geborgen und zugleich ein wenig „zu Hause“ fühlen. Deshalb versucht unser Hauswirtschaftsteam, kleine Sonderwünsche und Bedürfnisse möglichst zu erfüllen.

Küchenteam

Unser Chefkoch und sein Team sorgen mit frischen, erlesenen Zutaten und ausgezeichnetem handwerklichem Können für kulinarische Hochgenüsse, die auch Balsam für die Seele sind.

Erholung für Körper und Seele

Raus aus dem belastenden Alltag und den Kopf freibekommen: Während Ihres Aufenthaltes in der KIRINUS Schlemmer Klinik sollen Sie nicht nur therapeutisch und medizinisch auf höchstem Niveau betreut werden, sondern auch auf allen Ebenen Kraft schöpfen können.

Unser Standort im 18500-Einwohner-Städtchen Bad Tölz, rund 50 Kilometer südlich von München am Nordrand der Alpen gelegen, bietet dafür geradezu ideale Bedingungen.

Unser Patientenservice-Team weiß immer, was in Bad Tölz und Umgebung aktuell in den Kinos oder auf den Bühnen gespielt wird und gibt Tipps für eine Wanderung oder einen Langlaufski-Ausflug.

Klarheit und Struktur, kombiniert mit Gemütlichkeit

Bad Tölz liegt im malerischen Isarwinkel und ist ein Heilklimatischer Kurort – und damit ein perfekter Standort für unsere Klinik. Aber nicht nur die Lage, sondern auch die Architektur und die räumliche Atmosphäre, die sie schafft, haben einen Einfluss auf das körperliche und seelische Wohlbefinden. Deshalb haben wir bei der Gestaltung der Klinikgebäude und -räume sowie der Patientenzimmer großen Wert auf eine Kombination aus Funktionalität, Stil und Gemütlichkeit gelegt. Ein warmes Farbkonzept, indirektes Licht und nicht zuletzt internationale Fotokunst erzeugen eine harmonische Wohlfühl-Atmosphäre.

Heilende Architektur

Die Bauweise von Kliniken erfüllte in der Vergangenheit meist nur zwei Kriterien: Funktionalität und Kosteneffizienz. Heute weiß man, dass man die Architektur der Gesundheitseinrichtungen nach den Bedürfnissen der Menschen, die diese Räume nutzen, ausrichten kann, um ihren Genesungsprozess positiv zu beeinflussen. Faktoren, wie etwa die Lage in der Natur oder am Wasser, eine klare Orientierung, eine positive Farbgebung und ein durchdachtes Beleuchtungskonzept können auch eine therapeutische Wirkung haben. Der Grund dafür ist so einfach wie einleuchtend: Wer zur Ruhe kommt und sich wohlfühlt, wird auch schneller gesund. Wir haben deshalb ein Augenmerk darauf gelegt, die Grundprinzipien der „heilenden Architektur“ umzusetzen und die KIRINUS Schlemmer Klinik zu einem Wohlfühlort zu machen.



Auch Essen kann Therapie sein

Was dem Körper guttut, kann auch die Seele streicheln. Deshalb kommen in der Schlemmer Klinik – die rein zufällig einen sehr passenden Namen trägt – nur hochwertige und ausgewogene Speisen, die liebevoll zubereitet und angerichtet werden, auf den Tisch.

Was hinter unserem Gastronomiekonzept steckt und warum Essen auch Medizin sein kann, erklärt der französische Chefkoch der Klinik, Thierry Thirvaudey, der schon in Sterne-Restaurants gekocht hat.

Herr Thirvaudey, worauf kommt es Ihnen beim Speiseplan an?

Unsere Küche kombiniert mediterrane und regionale Einflüsse miteinander. Abwechslung und Vielfalt liegen mir dabei besonders am Herzen. Deshalb habe ich einen Speiseplan entwickelt, bei dem sich zwölf Wochen lang – also für die maximale Aufenthaltsdauer in unserer Klinik – kein Mittagsgeschicht wiederholt. Unsere Patientinnen und Patienten haben täglich die Wahl zwischen zwei Standard- und einem Wahlleistungsmenü, das gegen Aufpreis erworben werden kann.

Und was kommt bei Ihnen auf keinen Fall auf den Tisch?

Fertigprodukten sagen wir hier den Kampf an. Frische, Saisonalität und Regionalität spielen für mich bei Einkauf und Zubereitung eine entscheidende Rolle. Mit selbstgemachtem Brot und Marmeladen zum Frühstück, Mittagsmenüs mit viel knackigem Gemüse und spannenden Beilagen-Variationen, frisch gebackenen Kuchen zum Kaffee und einer abendlichen Brotzeit mit dem gewissen Extra wollen mein Team und ich den Patientinnen und Patienten die nötige Energie für den Tag geben – und ihnen kleine genussvolle Auszeiten bieten.

Was motiviert Sie als Klinik-Koch?

Ich will zeigen, dass eine gesunde, hochwertige Verpflegung mit dem gewissen Extra trotz Krankenkassen-Budget möglich ist. Bei uns sollen Patientinnen und Patienten erleben, wie gut Essen tut, das mit Liebe zubereitet ist. Besonders für diejenigen, die die Freude am Essen verloren haben, ist das oft eine vollkommen neue Erfahrung. Ich bin fest davon überzeugt, dass unser „Soul Food“ seinen Beitrag zum Therapieerfolg leistet.



Wahlleistungen für unsere Patientinnen und Patienten

Sie wünschen sich eine chefärztliche Behandlung?

Wenn Sie sich durch unseren Chefarzt Dr. Markus Reicherzer, die Leitenden Ärztinnen und Ärzte oder ihre Stellvertretenden behandeln lassen möchten, können Sie diese Leistung bereits vor Ihrer Ankunft bei uns hinzubuchen.

Sie möchten Ihre Unterkunft mit zusätzlichen Services ausstatten?

Mit den Wahlleistungen für Ihr Zimmer haben Sie die Möglichkeit, bestimmte Zusatzservices zu bestellen und Ihren Aufenthalt noch angenehmer zu gestalten. Unsere Patientinnen und Patienten wohnen in der Regel in Doppelzimmern der Kategorie „Standard“. Auf Wunsch können Sie eine Unterbringung im Doppelzimmer der Kategorie „Komfort“ hinzubuchen oder sich für ein Einzelzimmer der Kategorie „Standard“ oder „Komfort“ entscheiden.

Im Doppelzimmer „Komfort“ oder Einzelzimmer „Standard“:

- I kostenfreie Nutzung des Fernsehers inkl. Kopfhörer am Bett
- I kostenfreier Internetzugang und Faxservice
- I zusätzliches Wahlmenü beim Mittagessen
- I täglich kostenfreier Kaffee und Kuchen im Bistro
- I Ihre Wunsch-Tageszeitung

Zusätzlich zu den oben genannten Leistungen erhalten Sie im Einzelzimmer „Komfort“:

- I Bademantel, Fön, Frotteetücher und Waschlotionen
- I Zimmersafe
- I Kühlschrank
- I 32-Zoll-Fernseher
- I Audioanlage
- I Mobilteil für das Zimmertelefon

Patientenaufnahme und Kontakt

Die KIRINUS Schlemmer Klinik ist für die Krankenhausbehandlung von gesetzlich und privat versicherten sowie beihilfeberechtigten Patientinnen und Patienten zugelassen. Die Behandlungskosten werden in der Regel von den jeweiligen Krankenkassen übernommen.

Für eine Aufnahme benötigen wir folgende Unterlagen:

- I Einweisungsschein ausgestellt durch eine Fachärztin oder Facharzt der Bereiche Psychiatrie, Nervenheilkunde, Neurologie oder Psychosomatische Medizin und Psychotherapie oder durch eine Psychologische Psychotherapeutin bzw. -therapeuten.
- I Bei privat versicherten und beihilfeberechtigten Patientinnen und Patienten brauchen wir statt einer Einweisung die Kostenübernahme Ihres Kostenträgers.
- I Einen aktuellen Befundbericht der einweisenden Ärztin bzw. Arzt und das ausgefüllte Aufnahmeformular, das Sie als Download auf unserer Homepage unter kirinus.de finden oder direkt per Scan des QR-Codes.

Unser Patientenservice-Team berät Sie gern persönlich in allen Fragen rund um die Aufnahme in die KIRINUS Schlemmer Klinik. Sie erreichen uns: Telefonisch unter +49 8041 8086-501 bzw. -505 oder per E-Mail an patientenaufnahme.schlemmerklinik@kirinus.de

Kontakt:

KIRINUS Schlemmer Klinik | Stefanie-von-Strechine-Straße 16 | 83646 Bad Tölz
Tel +49 8041 8086-0 | Fax +49 8041 8086-100
schlemmerklinik@kirinus.de | kirinus.de



Anreise:

Es ist ganz leicht, unsere Klinik zu erreichen. Bad Tölz lässt sich kaum übersehen, und die Klinik liegt am Rande des Kurparks, sodass Sie sich bei der Autoanreise an der Beschilderung „Kurhaus“ orientieren können. Bitte beachten Sie, dass Autostellplätze auf dem Gelände unserer Klinik begrenzt sind.

Wir empfehlen unseren Patientinnen und Patienten daher die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Die Bayerische Regiobahn (BRB) bietet mehrmals täglich Verbindungen nach Bad Tölz. Von dort bringt Sie der örtliche Stadtbus der Linie 1 zur Haltestelle „Kurhaus“. Dann sind Sie nur noch zwei Gehminuten von unserer Klinik entfernt.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich verstanden, dass ich immer und bei jeder Gelegenheit,
zur richtigen Zeit am richtigen Ort bin
und dass alles, was geschieht, richtig ist –
von da an konnte ich ruhig sein.
Heute weiß ich: Das nennt man VERTRAUEN.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
konnte ich erkennen, dass emotionaler Schmerz und Leid
nur Warnungen für mich sind, gegen meine eigene Wahrheit zu leben.
Heute weiß ich: Das nennt man AUTHENTISCH SEIN.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, mich nach einem anderen Leben zu sehnen
und konnte sehen, dass alles um mich herum eine Aufforderung zum Wachsen war.
Heute weiß ich: Das nennt man REIFE.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, mich meiner freien Zeit zu berauben,
und ich habe aufgehört, weiter grandiose Projekte für die Zukunft zu entwerfen.
Heute mache ich nur das, was mir Spaß und Freude macht,
was ich liebe und was mein Herz zum Lachen bringt,
auf meine eigene Art und Weise und in meinem Tempo.
Heute weiß ich: Das nennt man EHRlichkeit.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich mich von allem befreit, was nicht gesund für mich war,
von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen
und von Allem, das mich immer wieder hinunterzog, weg von mir selbst.
Anfangs nannte ich das „Gesunden Egoismus“,
aber heute weiß ich: Das ist SELBSTLIEBE.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, immer recht haben zu wollen,
so habe ich mich weniger geirrt.
Heute habe ich erkannt: Das nennt man DEMUT.

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich mich geweigert, weiter in der Vergangenheit zu leben
und mich um meine Zukunft zu sorgen.
Jetzt lebe ich nur noch in diesem Augenblick, wo ALLES stattfindet,
so lebe ich heute jeden Tag und nenne es BEWUSSTHEIT.

Als ich mich zu lieben begann,
da erkannte ich, dass mich mein Denken
armselig und krank machen kann.
Als ich jedoch meine Herzenskräfte anforderte,
bekam der Verstand einen wichtigen Partner.
Diese Verbindung nenne ich heute HERZENSWEISHEIT.

Wir brauchen uns nicht weiter vor Auseinandersetzungen,
Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen fürchten,
denn sogar Sterne knallen manchmal aufeinander
und es entstehen neue Welten.
Heute weiß ich: DAS IST DAS LEBEN!

Von CHARLES CHAPLIN (an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959)

Sir Charles Spencer Chaplin, bekannt als Charlie Chaplin (1889–1977), war ein britischer Komiker, Schauspieler, Regisseur, Drehbuchautor, Schnittmeister, Komponist und Filmproduzent. Er zählt zu den einflussreichsten Komikern des 20. Jahrhunderts und der Filmgeschichte.



Impressum

© 2021 KIRINUS Schlemmer Klinik

Gestaltung: Anja Kalwa, Köln

Fotografien: Benjamin Kaufmann, London | Thomas Plettenberg, Miesbach

Heinz Hirz, Wackersberg | Dominik Asbach, Duisburg

Lithografie: Marco Lietz, Köln

Text: Eva Birle, BSKOM, München

Gesamtherstellung: Druckerei Vogl GmbH & Co. KG, Zorneding

KIRINUS Schlemmer Klinik GmbH
Stefanie-von-Strechine-Straße 16 | 83646 Bad Tölz
Tel +49 8041 8086-0 | Fax +49 8041 8086-100
schlemmerklinik@kirinus.de | kirinus.de