Klinik Öschelbronn, eine von neun anthroposophischen Krankenhäusern deutschlandweit – Teil 2

6. Tag

Nach einem guten Frühstück war ich wieder draußen an der frischen Luft. Mit Lesen habe ich mir den Vormittag verkürzt. Um 13:20 Uhr hatte ich einen Termin zur Hyperthermie. Eigentlich wollte ich die Hyperthermie nicht in Anspruch nehmen. Aus Unwissenheit, wie sich nach einem Gespräch mit einer Schwester herausgestellt hatte. Die Schwester fragte mich, warum ich diese Behandlung nicht in Anspruch nehmen wollte, woraufhin ich ihr antwortete, dass diese Anwendung wohl nichts für mich wäre. Ich hatte mir vorgestellt, dass ich in eine Röhre gelegt werde und dort für einige Zeit still drin liegen musste. Die Enge, so habe ich gedacht, ist bestimmt nichts für mich. Nach der ausführlichen Erklärung durch die Schwester, war ich dann soweit, dass ich diese Anwendung wenigstens versuchen wollte. Wie sich dann im Nachhinein herausgestellt hat, entsprach die Behandlung überhaupt nicht meinen unqualifizierten Vorstellungen. Also durfte ich nach dem Mittagessen meine Hyperthermie Behandlung starten.

Die Hyperthermie erklärt die Klinik Öschelbronn so auf ihrer Homepage:
Die geordnete Wärmeregulation im Menschen ist ein wesentliches Merkmal gesunder Lebensprozesse. Krankheiten können die Wärmeregulation schwächen, so dass Untertemperaturen oder Fieber auftreten. Je nach Krankheitsbild kann die therapeutische Zufuhr von Wärme durch Hyperthermie hilfreich sein. Gerade in der ganzheitlichen Behandlung von Krebserkrankungen ist die

Hyperthermie ein anerkanntes Behandlungsverfahren, das so früh wie möglich begleitend zum Einsatz kommen sollte.

In der Klinik Öschelbronn werden zwei unterschiedliche Verfahren praktiziert:
Moderate Ganzkörperhyperthermie bei den folgenden Indikationen:
• Tumorerkrankungen
• Chronische Entzündungsprozesse
• Muskuläre Verspannungen
• Fibromyalgie
• Chronische entzündliche Atemwegerkrankungen

Loco-regionale Tiefenhyperthermie bei den folgenden Indikationen:
• Hirn- und Lungentumoren
• Thoraxwand Metastasen, Pleuramesotheliome
• Hautmetastasen, Hauttumore
• Lebermetastasen
• Pankreaskarzinome
• Cholangiozelluläre Karzinome

Beide Behandlungsverfahren werden sowohl ambulant, tagesklinisch als auch stationär angeboten.
Quelle:
http://klinik-oeschelbronn.de/leistungsspektrum/therapien/hyperthermie/

Nach der Behandlung durfte ich mich in meinem angewärmten Bett noch eine ganze Weile erholen. Bis zum Abendessen lag ich im Bett und ließ die Behandlung ausklingen. Nach dem Abendessen war ich dann doch ein wenig kaputt und froh, mich wieder hinlegen zu dürfen. Lange habe ich dann auch nicht mehr gelesen. Sehr bald schon fielen mir die Augen zu und ich habe wunderbar die ganze Nacht durchgeschlafen.

7. Tag
Als ich am Sonntagmorgen wach wurde, habe ich mich schon

riesig auf diesen Tag gefreut. Mein ältester Sohn mit meiner Schwiegertochter sind mich am Sonntag besuchen gekommen. Die Zeit bis zu ihrer Ankunft konnte ich kaum abwarten. Die Zeit bis dahin habe ich mir nach dem Frühstück mit Lesen verkürzt. Als meine Beiden endlich da waren haben wir uns ein paar schöne Stunden gemacht. Natürlich war ich wieder traurig, als meine Beiden dann vom Hof gefahren sind. Als meine Beiden weg waren habe ich mich erst einmal auf einen ausgiebigen Spaziergang begeben. Zum Abendessen war ich dann zurück. Nach dem Abendessen habe ich mich dann auf mein Zimmer verkrümelt um zu Lesen, bis mir die Augen zugefallen sind.

8. Tag

Am 8.Tag war wieder Sport in der Gruppe und Heileurythmie angesagt und eine Visite bei der Stationsärztin. Zwischendurch immer mal wieder habe ich die Ruhe an der frischen Luft genossen. Bei der Heileurythmie habe ich viele, für mich schöne Dinge gelernt, die ich mit nach Hause nehmen kann und dort weiter fortführen kann.

Nach wie vor gibt es jeden Mittag einen Ingwer-Wickel und abends einen Oxalis-Bauchwickel. Da ich mein Laptop mit in die Klinik genommen habe, habe ich mir schon für zu Hause die Dinge bestellt, die ich für die Wickel am Mittag und am Abend brauche. Bei mir ist es so, alles was mir guttut, führe ich auch fort.

9. Tag

Morgens um 07:30 Uhr haben hat sich die Schmerzbewältigungsgruppe vor dem Klinikeingang getroffen, um zu Laufen. Nach 30 Minuten an der frischen Luft, hat das Frühstück noch einmal so gut geschmeckt.

Dann war der letzte Termin bei der psychologischen Schmerzbewältigungsgruppe. Dort wurden uns auch wieder Anregungen mitgegeben, wie wir uns im Alltag selber helfen können.

Nach der Visite ging es dann zur Rhythmus- und Atemgruppe. In dieser Gruppe haben wir nicht nur unseren Körper, sondern auch unser Gehirn trainiert. Auch wieder mit Anregungen für ein Weiterführen der Übungen für zu Hause.

Nachmittags war dann unser letzte Heileurythmie Gruppen Termin. Noch einmal alles nach angenehmer Musik schwingen lassen. An sich sehr einfache Übungen, auch für zu Hause geeignet. Man muss es nur zu Hause in den Alltag integrieren.

10.Tag

Morgens um 07:30 Uhr haben hat sich die Schmerzbewältigungsgruppe vor dem Klinikeingang getroffen, um zu Laufen. Nach 30 Minuten an der frischen Luft, hat das Frühstück wie immer noch einmal so gut geschmeckt.

Mein Abschlussgespräch mit meiner Psychotherapeutin fand statt. Meine Zeit in der Schmerzklinik wurde noch einmal beleuchtet und ich bekam Hinweise für die weitere ambulante Behandlung zu Hause.

Am Nachmittag war ich wieder zum Schmerztherapeuten, zu einer Einzelsitzung. Es ist schon erstaunlich, wie einfach es ist, Schmerzen zu erleichtern. Dazu braucht es nur einen sehr guten Schmerztherapeuten und Zeit für die Patienten.

11.Tag

Heute ging es nach der Stationsvisite zum therapeutischen Malen in der Gruppe. Dabei merkte ich sehr schnell, wie ich zur Ruhe komme.
Am Nachmittag bekam ich ein Solumöldispersionsbad. Das Wasser war 37 Grad warm. Da ich von zu Hause wärmeres Wasser gewohnt bin, habe ich erstmal mit der Stirn gerunzelt, ob mir das wohl bekommt und vor allem gefällt. Nach 10 Minuten in der Wanne wurde ich für 20 Minuten warm eingepackt. Danach habe ich mich wieder angezogen und gedacht, dass war es. Aber nein, der Effekt dieses Bades setzte erst danach

ein. Der ganze Körper wurde langsam schön warm und es kribbelte angenehm überall. Nach dem Abendessen und mit meinem warmen Bauchwickel, habe ich die Nacht geschlafen wie ein Murmeltier. Das war sehr schön.

12.Tag

Nach dem Frühstück heute ging es zur Physiotherapie-Gruppe. Dort haben wir schmerzlindernde Übungen durchgeführt, die wir auch zu Hause durchführen können. Nachmittags bekam ich dann wieder Besuch von meinem Sohn. Das hat mir wieder sehr gutgetan.

13.Tag

Am vorletzten Tag hatte ich noch einen letzten Termin. Mir wurde gezeigt, wie die Wickel gemacht werden, welches Öl bzw. welche Pflanze ich dazu benötige und wie sich die Anwendung der Wickel gestalten sollte. Es ist so einfach, sich und seinem Körper etwas Gutes zu tun, so dass ich auf alle Fälle diese Wickel zu Hause weiter anwenden werde. Die Wolle und die Öle bzw. Pflanzen die dafür benötigt werden, bekommt man in der Apotheke oder im Internet.
Abends habe ich meinen Koffer gepackt und mich ein letztes Mal warm einwickeln lassen und wunderbar geschlafen.

14.Tag

Am Abreisetag habe ich noch einmal in aller Ruhe gefrühstückt. Nachdem ich meinen vorläufigen Entlassungsbericht für meine Hausärztin bekommen habe, habe ich mich von den Schwestern und einigen Mitpatienten verabschiedet. Dann habe ich mich auf den Weg in den Norden gemacht.

Fazit:

Die Schmerzbewältigungsgruppe, die Heileurythmiegruppe, die Rhythmus- und Atemgruppe sowie die Maltherapiegruppe haben mir sehr gutgetan, obwohl ich immer gedacht habe, so in einer Gruppe, dass ist nichts für mich. Das Gegenteil war der Fall! Meinen ganz lieben Dank an die Therapeuten.

Die Einzeltermine bei der Stationsärztin, dem Schmerztherapeuten und der Psychologin habe mir sehr gutgetan. Auch Ihnen meinen ganz lieben Dank an die Ärzte.

Und last but not least… vielen, vielen Dank an die immer freundlichen und liebevollen Schwestern, Küchenfeen und Raumpflegerinnen.

Die Schwestern hatten immer ein offenes Ohr für mich und beantworteten mir alle meine Fragen…. und das waren nicht wenige…. Die Schwestern gaben mir zu jeder Zeit das Gefühl, ein Mensch nicht und nicht irgendein Patient zu sein. Vielen, vielen Dank nochmals für Ihre liebevolle Art und Weise im Umgang mit mir.

Viele Anregungen und neue Eindrücke nehme ich mit und werde so gut es geht, die Anregungen und Hinweise in meinen Alltag aufnehmen und zu meinem Wohl durchführen. Nicht nur für eine gewisse Zeit, sondern für schon sehr lange Zeit. Denn was einem gut bekommt, dass macht man dann auch gerne. Jedenfalls bei mir ist das so.

Es ist das erst erste Mal in meinem 60-jährigen Leben, dass der Abschlussbericht einer Klinik alle meine Erkrankungen zusammenfassend dokumentiert und mit umsetzbaren Therapievorschlägen versehen hat. An dem Abschlussbericht ist sehr gut zu Lesen, dass sich in dieser Klinik Gedanken um die Menschen gemacht wird, die dringend Hilfe brauchen.

Schön, dass ich die Klinik Öschelbrunn gefunden habe. Ich wünschte mir mehr von diesen Kliniken, die den ganzheitlichen Ansatz bei der Behandlung von Patienten leben und durchführen.

Schaut mal auf meiner Homepage unter Interessante-Links nach, dort gibt es weitere tolle Infos! Unter der Rubrik Interessante Links findet Ihr immer wieder neue Link´s. Diese Rubrik wird immer wieder von mir aktualisiert.

Wollt Ihr mehr wissen? Dann setzt Euch mit mir in Verbindung und wir vereinbaren einen Termin.
Bei der Umsetzung Eurer Ernährungsumstellung unterstütze ich Euch gerne mit Rat und Tat.
Dazu ist es nicht unbedingt notwendig, dass Ihr zu mir in die Praxis nach Bockhorn kommt. Möglich ist eine Unterstützung auch per Mail, am Telefon, am Handy oder über Skype.
Wenn Ihr Fragen habt, dann könnt Ihr Euch gerne mit mir per E-Mail in Verbindung setzen.
KatrinSchoefer@outlook.de oder weitere Informationen über meine Homepage erfahren.

Ein schönes Wochenende und viele liebe Grüße sendet Euch Katrin

Meine Publikationen
28.07.2017
Aus meinem 5. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6684-83743
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil IV – Ein Blog-Tagebuch

17.07.2017
Mein 5. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-6684-83736
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil IV – Ein Blog-Tagebuch

31.01.2017
Aus meinem 4. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6683-84316
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil III – Ein Blog-Tagebuch

20.01.2017
Mein 4. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-6683-84316

Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil III – Ein Blog-Tagebuch

18.08.2016
Aus meinem 3. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6682-63420
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil II – Ein Blog-Tagebuch

20.07.2016
Mein 3. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-3668-26341-3
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil II – Ein Blog-Tagebuch

18.03.2016
Aus meinem 2. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-668-16742-1
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil I – Ein Blog-Tagebuch

08.03.2016
Mein 2. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-668-16741-4
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil I – Ein Blog-Tagebuch

04.12.2015
Aus meinem 1. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-668-08752-1
Salutogenese in der Gesundheitsberatung. Theorie und praktische Umsetzung

16.11.2015
Meine Abschlussarbeit ist beim GRIN-Verlag veröffentlicht worden!
ISBN: 978-3-668-08751-4
Salutogenese in der Gesundheitsberatung. Theorie und

praktische Umsetzung

Der Provider dieses Blogs