




„Wasser denken“

RICHTUNGSWEISENDE KONZEPTENTWICKLUNG

text Bruno Schöppllein

GLOTTERBAD  Zu einer guten und zielgerichteten Patientenversorgung gehört es auch, sein eigenes Behandlungsangebot immer wieder zu hinterfragen und weiterzuentwickeln. Um mit der Zeit zu gehen und den Ansprüchen und Bedürfnissen der Patienten auch zukünftig weiter gerecht zu werden, hat das Team der Abteilung Physikalische Therapie und Physiotherapie (PPT) der Rehaklinik Glotterbad um Hedda Mickausch und Bruno Schöppllein zu Beginn des Jahres 2017 ein umfassendes Konzept für die Hydro-Kneipptherapie in der Bäderabteilung ausgearbeitet.

Die Idee hinter diesem Konzept ist, dem Namenszusatz „bad“ im Namen der Klinik eine höhere Gewichtung zu geben. Damit soll auch die über fünfhundertjährige Tradition des Glotterbades, welches erstmals 1488 erwähnt wurde, gewürdigt werden.

Vor dem Hintergrund der wachsenden Bedeutung von Prävention, Gesundheitsförderung und Nachsorge zielt dieses Gesamtkonzept darauf ab, vermehrt unterschiedlichste Wasseranwendungen, bzw. Kneipp'sche Anwendungen, als einen wichtigen therapeutischen Baustein in der psychosomatischen Rehaklinik Glotterbad zu etablieren.

Sebastian Kneipp (1821–1893) sagte einmal: „Alles was wir brauchen, um gesund zu bleiben, hat uns die Natur reichlich geschenkt.“ So verwundert es auch nicht, dass sein ganzheitliches Denken in der heutigen Zeit noch genauso gegenwartsnah ist wie damals und in einer physikalischen und rehabilitativen Medizin nach wie vor als richtungsweisend und zukunftsorientiert gilt. Nicht umsonst hat die deutsche UNESCO-Kommission das traditionelle Wissen und die Praxis nach der Lehre Kneipps als immaterielles Kulturerbe vergeben.

Das Team der PPT hat es sich zur Aufgabe gemacht, diese lebendige Tradition und das lehrreiche Wissen Kneipps zu bewahren – indem sie es mit den Patientinnen und Patienten teilen.

Auf Grund dieses Vermächnisses soll es therapeutisches Ziel sein, Kneipp mit all seinen Facetten erlebbar zu machen. Wir wollen es mit Freude und Fachkenntnis an die Rehabilitanden weiter geben. Nur so können diese durch vielfältige Selbsterfahrung die Kneipp'sche Lehre bzw. die Kneipp'schen Anwendungen und deren Wirkungen regelmäßig zur Vorbeugung in den späteren Alltag einbeziehen. Zugleich werden Grundlagen für gesundheitsförderndes Verhalten gelegt – ein wichtiger Beitrag für Nachhaltigkeit. Und ist Nachhaltigkeit heutzutage nicht in aller Munde?

Die Idee der Hydrotherapie, Wasser zu Heilzwecken einzusetzen, ist durchaus faszinierend. Ist Wasser doch vergleichsweise günstig und die verschiedenen Methoden von Jedermann durchführbar. Wie zum Beispiel das Wassertreten: Das Wassertreten machte Sebastian Kneipp einst populär. Heute gilt seine Therapie als wirksames Mittel bei einer Vielzahl von Beschwerden – und als eine wunderbare Methode auf dem Weg zu einem stressfreien, ausgeglichenen Leben. Als positive Unterstützung erleben die Patienten der Rehaklinik Glotterbad das Wassertreten in einem vorher mit allen Sinnen und mit viel Spaß durchschrittenen Barfußpfad, der in unmittelbarer Nähe der Wassertretstelle angelegt wurde.

Natürlich beinhaltet das Kneipp-Konzept auch eine Vielzahl von Teilbädern, wie Arm-, Fuß und Sitzbäder, die noch unterschieden werden durch medizinische Zusätze. Dazu kommen sehr effektive Öldispersionsbäder mit verschiedenartig wirkenden Heilkräuter-Badeölen, die dafür gedacht sind den Körper anzuregen, eigene Wärme zu entwickeln und so kräftigend auf das Immunsystem wirken.

Nicht zuletzt umfasst das Behandlungsangebot auch eine große Bandbreite Kneipp'scher Güsse, wie Knieguss, Schenkalguss, Unterguss, Rückenguss, Gesichtsguss, noch dazu im Wechsel mit kaltem und warmem Wasser, um nur einige aus der Vielzahl der Anwendungsmöglichkeiten zu nennen. →

↓ Im Wasser liegen Kraft und Entspannung.



Zusammenfassend kann man sagen: Durch gezielte Anwendung der Hydro-Kneipptherapie werden Selbstheilungskräfte angeregt, somit gewinnen die Widerstandsfähigkeit und das innere Gleichgewicht an Kraft.

Im Grunde können fast alle Erkrankungen mit Kneipp-Wasseranwendungen positiv beeinflusst werden, so z.B.: Herz-, Kreislauf- und Gefäßerkrankungen wie Bluthochdruck, niedriger Blutdruck, koronare Herzerkrankungen, Krampfadern, Venenprobleme, Lymphstau, Durchblutungsstörungen, vegetative Funktionsstörungen, funktionelle Organbeschwerden, Erschöpfungszustände, nervöse Störungen, Wechselbeschwerden, Kopfschmerzen und Migräne, Erkrankungen des Bewegungsapparates, verletzungsbedingte Schwellungen, Arthrosen, Abwehrschwäche und eingeschränkte Leistungsfähigkeit, Haltungsschäden, weichteilrheumatische Beschwerden, Verdauungsbeschwerden, Regelbeschwerden, Muskelverspannungen, Rückenschmerzen, Infektanfälligkeit, verzögerte Rekonvaleszenz und Vitalitätsverlust.

So unaufdringlich und zurückhaltend die Methoden Kneipps erscheinen mögen, so effektiv wirken sie. Um zur Nachhaltigkeit der Rehabilitation beizutragen, soll das, was die Rehabilitanden in der verordneten Therapie praktisch bekommen, ergänzt werden durch Anregungen und dem entsprechenden Know-how für den Alltag daheim. Die Rehabilitanden erhalten die passenden Informationen in einem Vortrag über die Wirkungsweise der Hydro- und Balneotherapie. Insbesondere deren Bedeutung innerhalb der psychosomatischen Reha und wie die einzelnen Anwendungen unkompliziert in den Alltag nach der Reha integriert werden können wird ausführlich erläutert: „Wasser denken“ lautet die Überschrift dieses Vortrages.

Sobald wir Wasser nicht nur gedankenlos gebrauchen als ein bloßes Mittel zum Zweck, sondern uns tatsächlich seiner aufmerksamen Betrachtung widmen, geraten wir ins Staunen! Lässt sich da womöglich auf die Frage nach der Heilkraft des Wassers bereits eine Antwort finden? →

Auf diese Weise das Wasser zu bedenken, macht dessen gesundende Qualität bereits wirksam. Bewusstheit im Umgang mit dem allgegenwärtigen Element Wasser bringt das Verständnis von Zusammenhängen mit sich, sowie die Wahrnehmung des Verbundenseins und das Gefühl für richtig und falsch, gesund und krank, Ordnung und Chaos. Vom Maße dieser Bewusstheit hängt ab, bis zu welchem Grad das Wasser Gesundung bewirken kann.

Fazit:

Der kneippende Mensch begegnet Stress gelassener und meistert Krisen und Krankheiten leichter. Man könnte sagen: Er steigert seine Voraussetzungen zum Glücklichen. Und mit weniger will sich das PPT-Team um Hedda Mickausch und Bruno Schöppl nicht zufrieden geben.

