



Klinik Arlesheim

## Unser Therapieangebot



Kunsttherapie

Musiktherapie

Therapeutische Sprachgestaltung

Heileurythmie

Physiotherapie, Massage, Bäder

## Inhaltsverzeichnis

Kunsttherapie	2
Musiktherapie	4
Therapeutische Sprachgestaltung	6
Heileurythmie	8
Physiotherapie, Massage, Bäder	10

## Therapien an der Klinik Arlesheim

Die künstlerischen Therapien, Heileurythmie, Rhythmische Massage, Physiotherapie und Gesprächstherapie bilden einen wichtigen Teil unseres Behandlungskonzepts. Mit therapeutischen Übungen werden die Selbstheilungskräfte gezielt angeregt.

Auf den folgenden Seiten wird das umfassende Therapieangebot der Klinik Arlesheim vorgestellt.

Für jede Patientin/jeden Patienten wird ein individuelles Therapieprogramm zusammengestellt.

Zu den künstlerischen Therapien und zur Heileurythmie finden auch Menschen, die sonst keine künstlerischen Tätigkeiten ausüben oder die sich für unbegabt halten, einen Zugang. Denn es geht nicht darum, Kunstwerke zu produzieren. Was zählt, ist allein das Tätigsein, sich einzulassen auf Farben und Töne, auf Bewegungen oder Laute.

## VERSICHERUNG

Während eines stationären Aufenthaltes sind die Therapiekosten in der Fall- bzw. Tagespauschale voll integriert. Die Kosten unserer ambulanten komplementärmedizinischen Therapien werden bei vielen Krankenkassen über die Zusatzversicherung abgedeckt. Es ist auf jeden Fall wichtig, dass Sie vor einer Behandlung Ihre Versicherungsdeckung resp. eine allfällige Kostenbeteiligung abklären.

## Kunsttherapie

### THERAPEUTISCHES MALEN UND PLASTIZIEREN



In der Kunsttherapie geht es um die Auseinandersetzung mit Farben und Formen, mit Licht und mit Schatten. Die Therapie harmonisiert den Organismus und vertieft das seelische Erleben und Gestalten in der Innen- und Außenwelt. Die Übungen durchwärmen und entspannen den Organismus.

### MALTHERAPIE

Bei der Maltherapie stehen verschiedene Malmethoden zur Verfügung, um in die Welt der Farben einzutauchen. Sie können lösende, aber auch strukturierende und stabilisierende Prozesse anregen. Die gewählten Übungen fördern das körperliche und das seelische Gleichgewicht, wirken sich aber auch auf einzelne Organtätigkeiten günstig aus: wärmend-lösend, rhythmisch-atmend, kühlend-strukturierend. Farben sprechen direkt zu Gefühlen und diese beeinflussen unsere Körpervorgänge (z. B. Puls und Atem), beschleunigen oder verlangsamen, aktivieren oder entspannen.

### PLASTIZIEREN

Das therapeutische Plastizieren aktiviert den Tastsinn und stärkt die Wahrnehmung des eigenen Körpers sowie des dreidimensionalen Raums. Plastisches Gestalten bringt Vorstellen, Erleben und Handeln in ein lebendiges Wechselspiel. Tonerde wird mit den Händen geknetet und geformt. Für jede Krankheitssituation werden von den Therapeuten spezielle Übungen und Übungsreihen entwickelt.



Wir verwenden verschiedene Materialien mit unterschiedlichen Eigenschaften wie weichen Ton, wärmendes Bienenwachs, Speckstein, harten Marmor und porösen Sand- oder Kalkstein.

### INDIKATIONEN

In der Kunsttherapie behandeln wir seit vielen Jahren stationär und ambulant vielfältige seelische und somatische Beschwerden. Besondere Erfahrung haben wir in der Therapie von Patientinnen und Patienten mit Depressionen, Psychosen, Angst und Panik, Zwangs- und Essstörungen, Lebenskrisen und Burn-out, aber auch mit Multipler Sklerose und Parkinson, Asthma, Haut- und Darmerkrankungen sowie Krebs.

Kunsttherapie wenden wir vorbeugend ebenso an wie in der akuten Krankheitsphase oder anschliessend zum Stärken und Stabilisieren.

## Musiktherapie



Musik ist eine universelle Sprache, die alle verstehen. Mit Klängen, Rhythmen und Melodien lassen sich seelische Stimmungen ansprechen und verändern. Die feinen Schwingungen, die auch durch das Gehör wahrgenommen werden, wecken seelisches Erleben, wirken aber auch auf die körperlichen Vorgänge ein. Die Musiktherapie setzt diese Möglichkeiten bewusst ein, um den Verlauf einer Krankheit günstig zu beeinflussen.

Je nach Gesundheitszustand hören Patientinnen und Patienten in der Musiktherapie einer vorgespielten Musik zu oder erzeugen selber Klänge. Dafür werden verschiedenste Blas-, Streich-, Zupf- und Schlaginstrumente sowie die eigene Stimme verwendet. Für die Musiktherapie sind weder musikalisches Wissen noch die Fähigkeit, ein Instrument zu spielen, erforderlich.

Von den Patientinnen und Patienten wird die Musik als wohltuend und beruhigend erlebt. Sie wirkt oft lösend (seelisch und körperlich), schmerzlindernd und versöhnend. Auch wenn Angehörige oder Freunde dabei sind, hat die Musik oft eine gute Wirkung – sie wirkt verbindend und hilft mit, Sorgen und Anspannungen für eine Weile zu vergessen.

### INDIKATIONEN

Musiktherapie wird bei allen akuten, chronischen oder degenerativen Erkrankungen des Nervensystems, des Herz-Kreislaufsystems, des Stoffwechselsystems und des Bewegungsapparates, bei kindlichen Entwicklungsstörungen und Behinderungen sowie in der Psychosomatik und Psychiatrie angewandt. Darüber hinaus kann sie prophylaktisch und in der Nachsorge schwerer Erkrankungen eingesetzt werden.



## Therapeutische Sprachgestaltung



Sprache bedeutet für uns vor allem Kommunikation. Über die Sprache können wir unsere Befindlichkeiten ausdrücken und mitteilen. Aber wir können über das Sprechen auch heilsam auf Seele und Körper zurückwirken.

Die Sprachtherapie erreicht mit Laut-, Gesten-, Stimm- und Atemübungen sowie mit gezielter Anwendung dichterischer Elemente aus Lyrik, Epik und Dramatik eine direkte Wirkung auf Haltung, Atmung, Stimme, Artikulation und Kognition des Menschen. Oft sind wir sprachlos vor unserem Schicksal. In der Begegnung mit Texten aus der Dichtung lassen sich Antworten auf tiefe Lebensfragen finden.

Sprachtherapie kann von Sprech-, Stimm- und Atemstörungen über ein weites Spektrum von Erkrankungen bis hin zur Verbesserung der menschlichen Autonomie, der körpereigenen Abwehrfähigkeit, sowie der bewussten Lebensführung eingesetzt werden. Sie regt über eine Vertiefung der seelischen Erlebnisfähigkeit durch den

bewussten Umgang mit den Lauten, dem Atem, der Stimme und Gesten die Selbstheilungskräfte des Menschen bis in die Harmonisierung seiner körperlichen Energien an. So wie die innere Befindlichkeit an der Sprache hörbar ist, kann die therapeutische Sprachgestaltung im umgekehrten Prozess über die Sprache nach innen zurückwirken. Die gezielte Anwendung von Übungen und Texten wirkt bis in die physischen Prozesse hinein, zum Beispiel auf die Atmung, die Wärmebildung und die körpereigene Abwehr.

In einem ersten Gespräch werden wir gemeinsam die zu erreichenden Ziele formulieren. Wir erarbeiten einfache, überschaubare Übungen mit Lauten, Silben, Worten und Gedichten, die auch eigenständig durchführbar sind.

### INDIKATIONEN

Therapeutische Sprachgestaltung setzen wir in der Klinik Arlesheim stationär und ambulant in vielen medizinischen Bereichen ein. Wir haben langjährige Erfahrungen in den verschiedensten Diagnosestellungen, wie zum Beispiel mit:

- Depressionen, Angststörungen
- Diabetes mellitus
- Ekzeme
- Morbus Crohn, Colitis ulcerosa
- Erschöpfungszustände, Burnout
- Eisenmangelanämie
- Autoimmunkrankheiten
- Asthma Bronchiale
- Bluthochdruck, Arrhythmie
- Hyper- und Hypothyreose
- Krebs
- Entwicklungsstörungen in Kindheit und Jugend
- Hyperaktivitätssyndrom



## Heileurythmie



Heileurythmie ist die Bewegungstherapie der Anthroposophischen Medizin. Sie ermöglicht kranken Menschen in besonderem Maße, aktiv am Heilungsprozess teilzunehmen. Dabei werden die Patienten zu einfachen Bewegungen angeleitet, die anregend und harmonisierend auf den Gesundheitszustand einwirken. Auf Grundlage der ärztlichen Diagnose werden Übungen gelernt, die auf die Krankheit abgestimmt sind und auf einzelne Beschwerden Rücksicht nehmen. Oft hilft Heileurythmie mit, Schmerzen zu lindern.

Die Grundelemente der Heileurythmie sind die in Bewegung umgewandelten Laute unserer Sprache, die wir je nach Indikation und therapeutischer Zielsetzung spezifisch anwenden. Vokalen und Konsonanten entsprechen jeweils eigene Gebärden. Jede Lautbewegung steht in einer differenzierten Wirkungsbeziehung zu inneren organischen Prozessen. Deshalb kann Heileurythmie gezielt stärkend, regulierend und heilend wirken. Es werden Lebensprozesse und Selbstheilungsprozesse angeregt und die Eigenwahrnehmung gestärkt.

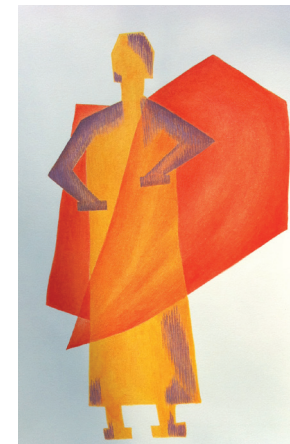
Die heileurythmischen Übungen werden mit Händen, Armen, Beinen und Füßen ausgeführt und unter Umständen durch Sprünge und Schritte erweitert. Sie können ebenso im Sitzen oder Liegen - auch mit schwerkranken Patienten - durchgeführt werden. Die Bewegungsabläufe werden dabei dem Krankheitszustand des Patienten angepasst. Auch können je nach Diagnose Rhythmen und musikalische Elemente zur Anwendung kommen.

### INDIKATIONEN

Heileurythmie kann bei allen akuten, chronischen und degenerativen Erkrankungen eingesetzt werden. Sie eignet sich auch zur Prophylaxe und zur Nachsorge.

Sie wird vom Arzt verordnet und nach individuellem Therapieplan von diplomierten Therapeuten ausgeführt.

Die im stationären Aufenthalt begonnene Therapie wird bei Bedarf ambulant fortgesetzt.



## Physiotherapie, Massage, Bäder



Die Gründerin der Klinik, Dr. med. Ita Wegman, liess sich vor ihrem Medizinstudium in schwedischer Massage, Heilgymnastik und Hydrotherapie ausbilden. Daraus entwickelte sie später die Rhythmische Massage, die Rhythmischen Einreibungen und die rhythmisch bewegten Bäder, wie sie heute bei uns angewendet werden. Die konventionelle physikalische Therapie lässt sich damit vielfältig ergänzen.

### RHYTHMISCHE MASSAGE

Die Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegman ist eine umgewandelte Form der klassisch-schwedischen Massage.

Die besondere Qualität ihrer rhythmisch gestalteten Griffe und die spezielle Auswahl der behandelten Körperregionen erweitern die herkömmlichen Indikationen für Massage. So beschränkt sich die Behandlung nicht allein auf den Ort der Erkrankung, sondern bezieht zum Ausgleich

und zur Ableitung von Störungen weitere Körperregionen mit ein. Eine differenzierte Behandlung, sei es strömend-belebend, entstauend, atmend oder durchwärmend, kann Einseitigkeiten im Organismus ausgleichen und ein neues Gleichgewicht herstellen.

### ANGEBOT

#### Massage

- Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegman
- klassische Massage
- Bindegewebsmassage
- Rhythmische Einreibungen
- manuelle Lymphdrainage / komplexe Entstauungstherapie

#### Hydrotherapie / Bäder

- medizinische Bäder (z.B. Öldispersionsbad, Brandungsbad, rhythmische Bäder nach Dr. med. Ita Wegman, Nährbad, CO<sub>2</sub>-Bad, Überwärmungsbad)
- Hydro-Colon-Therapie



# Anmeldung und Information

Therapiesekretariat Klinik Arlesheim

Tel. 061 705 72 70

[therapiesekretariat@klinik-arlesheim.ch](mailto:therapiesekretariat@klinik-arlesheim.ch)

Montag - Freitag:

8.00 - 11.30 Uhr und 13.15 - 16.30 Uhr

## Klinik Arlesheim AG

Pfeffingerweg 1

4144 Arlesheim

Zentrale: 061 705 71 11

[info@klinik-arlesheim.ch](mailto:info@klinik-arlesheim.ch)

[www.klinik-arlesheim.ch](http://www.klinik-arlesheim.ch)

[www.quinte.ch](http://www.quinte.ch)

**AnthroMed®**  
KLINIKNETZWERK



Februar 2018