



Klinik
am Steigerwald

Chinesische Medizin und
biologische Heilverfahren

Die Klinikzeitung

30
JAHRE

KLINIK
AM STEIGERWALD



Gesundheit mit Weitblick

Editorial

„Mach es neu, doch bleib Dir treu.“

Seit Mai 2025 hat die Klinik am Steigerwald eine neue Chefin - und es läuft gut! Die große Aufgabe von Dr. Silke Gerland ist es, gleichzeitig die Kontinuität zu wahren und eine eigene „Chefinnenhandschrift“ zu entwickeln.

Eigentlich ist es wie in unserer Therapie: Bewährtes neu interpretiert. Auf der Basis von jahrhundertealten chinesischen Arzneirezepturen werden, angepasst an die Krankheiten von heute, Patienten mit neu interpretierten Rezepten behandelt. Alt und neu, Ost und West in einer Hand.

In diesem Jahr wird die Klinik 30 Jahre alt, im gewissen Sinne schon eine Dame mit viel Erfahrung. Viele tausend Patienten sind in diesen 30 Jahren hier behandelt worden, die Therapie, insbesondere die Chinesische Arzneitherapie, wurde immer weiter verfeinert und verbessert. Unendlich viele Stunden der Fortbildung und des genauen gemeinsamen Nachdenkens und Recherchierens sind den Patienten zugute gekommen.

Die „neue“ Chefin hat die Aufgabe gut gemeistert, die man unter dem alten Sprichwort „Mach es neu, doch bleib Dir treu“ zusammenfassen könnte. Weiter so.



Die Redaktion der Klinikzeitung
Bettina Meinnert und Michael Brehm



Chefärztin Dr. Silke Gerland im Therapiesgespräch

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Förderinnen und Förderer,

Klimawandel, Digitalisierung, geopolitische Veränderungen: die Welt ist im Umbruch. Auch unsere kleine Welt hier in der Klinik, am Rande des Steigerwaldes, hat durch den Ruhestand unseres Klinikgründers und langjährigen Chefarztes Dr. Schmincke ein Jahr der Veränderungen und Umbrüche erlebt. Mit großer Freude und Achtung habe ich im Frühjahr die Aufgabe als neue Chefin übernommen. Gerne möchte ich Ihnen nun einen kleinen Rückblick sowie Ausblick geben. Die Klinik am Steigerwald habe ich als ganz besonderen Ort erfahren. Ein Ort, an dem Menschen nicht nur medizinische Hilfe finden, sondern vor allem auch Verständnis und Zuwendung.

Hierzu tragen die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen tagtäglich durch ihre Ruhe, Erfahrung und Herzlichkeit bei. Viele unserer Patientinnen und Patienten kommen zu uns in einer Phase der Erschöpfung, der Schmerzen, manchmal auch der Verzweiflung. Und immer wieder erleben wir, wie sich durch behutsame Behandlung neue Wege öffnen. Die TCM bietet hierfür wertvolle Impulse. Sie betrachtet nicht nur Symptome, sondern den gesamten Menschen: seine Lebenssituation, seine Erfahrungen, seine Ressourcen.

Für die kommenden Monate habe ich mir vorgenommen, Bewährtes weiter zu stärken und Neues behutsam zu entwickeln. Ich werde mich weiter dafür einsetzen, dass unsere

Klinik ein Ort bleibt, an dem Sie sich nicht nur medizinisch gut aufgehoben fühlen, sondern auch menschlich getragen. Wir werden unsere Schwerpunkte in den Bereichen Schmerztherapie, chronische Erkrankungen, orthopädische Erkrankungen weiter ausbauen. Auch die Prävention in Form einer wohl dosierten Bewegungstherapie wird noch mehr ins Zentrum rücken. Der große Pavillon wird zum Bewegungs- und individuellen Trainingsraum. Mit Adipositas möchten wir ein Krankheitsbild etablieren, das aus Sicht der TCM nicht primär als Kalorienproblem betrachtet wird, sondern als Störung der Mitte. Die Verbindung von Tradition und Moderne, wie sie TCM und Naturheilkunde sowie Schulmedizin gemeinsam ermöglichen, liegt mir besonders am Herzen. In Zukunft möchte ich diese integrative Ausrichtung stärken und freue mich auf gelebte Medizin, die Brücken baut zwischen Bewährtem und Neuem.

Zum Abschluss eines besonderen Jahres unserer Klinikgeschichte danke ich meinem engagierten Team für die unermüdliche Arbeit und Ihnen, liebe Patientinnen und Patienten, für Ihr Vertrauen.

Mit herzlichen Grüßen und den besten Wünschen für Ihre Gesundheit,

S. Gerland

Ihre
Dr. med. Silke Gerland

Rosinensud gegen akute Magen-Darm-Beschwerden



Magen-Darm-Beschwerden wie Erbrechen, Durchfall, Krämpfe und Übelkeit entstehen durch zu viel oder falsches Essen oder weil Magen und Darm durch andere Einflüsse überfordert sind.

Gerade die Festtage sind prädestiniert sowohl für das „über den Hunger hinaus essen“ als auch für eine emotionale Überforderungsspirale.

Abhilfe schafft der Rosinensud:

2 Esslöffel in einem halben Liter Wasser köcheln lassen und abseihen, fertig ist das Magen-Darm-Elixier.

Bei Erbrechen bitte nur in kleinen Portionen zu sich nehmen, z.B. esslöffelweise.

Ansonsten nimmt man den Sud in kleinen Schlucken zu sich, immer mit einer Pause dazwischen. Die gekochten Rosinen darf man ebenfalls zu sich nehmen.

AUF DASS SICH MAGEN UND DARM WIEDER BERUHIGEN.



Wenn der Kranich Wasser schöpft Qi Gong Übung von Ines Fratoianni

1. Die Füße stehen schulterbreit. Knie leicht gebeugt. Schultern und Arme hängen locker links und rechts herunter. **2.** Der Kopf reckt sich nach vorn, das Kinn bleibt auf gleicher Höhe. **3.** Dann senkt sich das Kinn zum Brustkorb. **4.** Das Kinn löst sich wieder vom Brustbein und die Halswirbelsäule stellt sich gerade auf. **5.** Beim nächsten Durchgang den Kopf mit Halswirbelsäule und

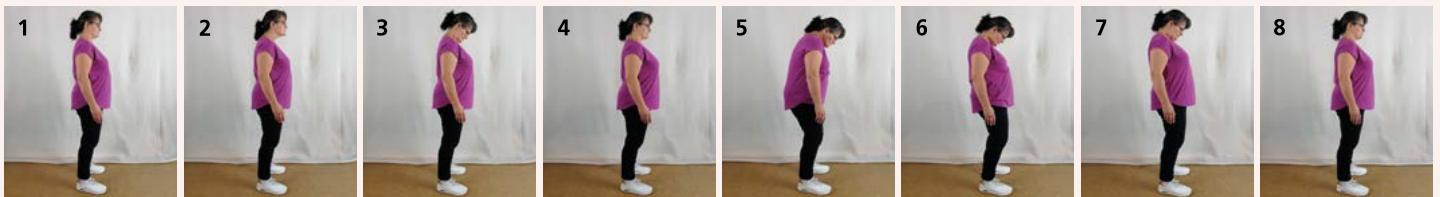
oberer Brustwirbelsäule nach vorn beugen, Schultern kommen ebenfalls ein wenig nach vorn. **6.** Die Brustwirbelsäule wieder langsam aufrichten, Schultern richten sich auch auf, das Kinn ruht auf dem Brustbein. **7.** Das Kinn wird vom Brustbein gelöst und Halswirbelsäule und Kopf kommen in die Ausgangsposition zurück. **8.** Die Bewegung gelingt am besten mit der Vorstellung einer Welle.

Zu Beginn ist die Welle klein, sie wird größer und größer und am Ende ist ein großer Teil der Brustwirbelsäule beteiligt. In der Bildfolge sind nur die kleine und die große Bewegung dargestellt.

Bitte die Bewegungs-Auslenkung der Übung nach eigenem Empfinden variieren. Seien Sie der Kranich und löschen Sie ihren Durst.

Die Übung mobilisiert Nacken und oberen Rücken, macht den oberen Körper elastischer und entlastet über diesen Weg auch den unteren Rumpf. Auch die Beckenanbindung profitiert davon und der Stand wird geschmeidiger von oben bis hin zu den Füßen.

Gut für die gesamte Aufrichtung.



Kartoffelstampf mit Auberginen-Tomatengemüse und Wirsing

KARTOFFELSTAMPF

- 250g Kartoffeln (mehlig kochend)
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Muskat

AUBERGINEN TOMATENGEMÜSE

- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 3 Auberginen
- 3 Tomaten
- 3EL Tomatenmark
- Salz, Pfeffer

WIRSINGGEMÜSE

- 1 Kopf Wirsing
- 1 Zwiebel
- 0,3l Gemüsebrühe
- 1 Schuss Sahne
- Salz, Pfeffer, Muskat

Die Kartoffeln schälen, kochen und grob stampfen, salzen und etwas Muskat dazugeben. In einen Becher füllen und auf den Teller umstülpen. Zwiebeln und Knoblauch würfeln und anbraten. Auberginen und Tomaten ebenfalls würfeln und mit anbraten. Dann Tomatenmark dazugeben, köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwiebeln würfeln und anbraten.

Wirsing klein schneiden und dazugeben, dann mit Brühe und Sahne ablöschen und köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Beide Gemüse zum Kartoffelstampf auf dem Teller anrichten. Et voilà.



Rezept von unserer Köchin
Birgit Mayer-Bedenk

Für 4 Personen

Guten Appetit

Einblicke in den Zauberberg

Mit dem Klinik-Boulevard wollen wir uns auch von unserer privaten Seite zeigen und Ihnen gegenwärtig bleiben, ganz so, wie viele ehemalige Patienten es sich wünschen. Bei mehr als 100 Mitarbeitern gibt es immer Bewegungen, neue Mitarbeiter werden eingestellt, andere gehen in den Mutterschutz usw. Hier unser kleiner Personalparcours:



Julia Mommerskamp

hat ihre Ausbildung zur medizinischen Fachangestellten vor Jahren erfolgreich bei uns in der Klinik absolviert. Julia wird nun Teil des Verwaltungsteams und lernt von Michaela Schulz, die in den verdienten Ruhestand geht, alles, was es in diesem vielfältigen Arbeitsbereich an Tricks und Kniffen zu wissen gibt. Wir freuen uns auf den Youngster in der Verwaltung. Herzlich willkommen.



Dr. med. Heike Stoeber

war Stationsärztin in unserem Ärzteteam und hat mit viel Einfühlungsvermögen Patientinnen und Patienten begleitet. Für alle körperlichen und seelischen Probleme hatte die Fachärztin für psychosomatische Medizin ein Ohr. Nun verlässt sie die Klinik und geht in den Ruhestand. Wir danken dir für die gute Arbeit und die gemeinsame Zeit. Alles Gute für den nächsten Lebensabschnitt.



Dr. Christian Schmincke

Im August feierte Dr. Christian Schmincke seinen 80. Geburtstag. Als Gründer und prägende Persönlichkeit unserer Klinik hat er mit seiner fachlichen Tiefe, seinem kritischen Geist und menschlicher Zuwendung Generationen von Patientinnen und Patienten Hoffnung und Orientierung gegeben. Noch immer gibt er in seinen beliebten Dienstagsvorträgen sein Wissen weiter. Wir wünschen ihm weiterhin alles Gute, vor allem Gesundheit.

Petra Thurn-Siwiek

aus der Körpertherapie ist in den Ruhestand gegangen. Fast so lange wie die Klinik existiert, war sie Teil des Körpertherapie Teams, auch als stellvertretende Leitung. Viele Patienten haben ihre Fußreflexbehandlungen, ihre Akupunkturmassagen, psychotonische Körpertherapien und ihr autogenes Training genießen dürfen. Zugewandt und mit sprechenden Händen hat sie unser körpertherapeutisches Team bereichert und mitgeprägt. Sie wird Patienten und dem Team fehlen. Alle wünschen ihr einen erfüllten „Unruhestand“. Danke für Deine wunderbare Arbeit in all den Jahren.



Dr. med. Karin Hof-Schübler

ist eine unserer langjährigsten Ärztinnen. Sie verlässt die Klinik nach jahrelanger engagierter Arbeit sowohl auf der Station als auch viele Jahre als Ambulanzärztin. Sie hatte immer ein offenes Ohr für ihre Patienten und hat mit viel Erfahrung, Geduld und Ruhe erklärt und behandelt. Sie nimmt ihren großen Wissensschatz mit in den sehr verdienten Ruhestand und wird in der Ambulanz an allen Ecken fehlen. Nicht nur den Patienten. Danke für Deine wertvolle Arbeit.



Carolyn Müller

aus dem Ambulanzteam verlässt uns und das bedauern wir sehr. Vielleicht nicht für sie, schließlich macht sie sich auf, neue Welten in der Notaufnahme der Klinik Kitzinger Land zu erkunden, aber für das Ambulanzteam, andere Kollegen und vor allem auch für Patienten. Sie war immer verbindlich, freundlich und wach. Wir wünschen viel Glück für den Neuanfang und danken für die erfrischende Arbeit in den letzten drei Jahren.



Dr. med. Lenka Bartholomé

war eine Freude für unser Ärzteteam. Sie hat sich entschieden, eine Facharztausbildung zur Orthopädin zu machen und darum die Klinik verlassen. Das ist sehr schade, war sie doch sehr versiert in der TCM und wird Patienten und Mitarbeitern sehr fehlen. Wir wünschen viel Erfolg für die Zukunft und wer weiß, vielleicht gibt es ein Wiedersehen?



Michaela Schulz

aus der Verwaltung geht in den Ruhestand. Kaum zu glauben, war sie doch Teil des Klinikteams der ersten Stunde. Michaela stand und steht für Verlässlichkeit und perfekt organisierte Arbeitsabläufe. Zu Beginn hat die gelernte medizinische Fachangestellte im Ambulanzteam gearbeitet, dann hat sie in die Verwaltung gewechselt und hat mit größter Genauigkeit den täglichen Kampf mit den GOÄ-Rechnungen auf sich genommen. Am Telefon war sie sehr freundlich und zugewandt und hat mit einer Engelsgeduld und Humor tausenden Patienten am Telefon die Abläufe und Versicherungsthemen erklärt. Immer hilfsbereit ist sie eine feste Säule in der Verwaltung. Wir sind dankbar für Jahrzehnte toller Arbeit und vor allem dafür, dass Michaela auch im Ruhestand weiterhin einen Tag in der Woche bei uns in der Verwaltung die Stellung hält.



Anna-Lena Prüß



Greta Rauh



Tyler Adams

Wir begrüßen zum Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ)

und zum Freiwilligen Ökologischen Jahr (FÖJ)



Frauenheilkunde: Kleine Geschichte der Wechseljahre

von Dr. Christian Schmincke

Vor wenigen Monaten erschien in einer als naturheilkundlich geltenden medizinischen Fachzeitschrift ein Artikel, in dem Frauen empfohlen wurde bei Wechseljahrs-Beschwerden bestimmte „weibliche“-Hormone einzunehmen (weil Hormonmangel ja die Ursache dieser Krankheit sei).

Was die Einnahme von Östrogenen für die weibliche Gesundheit im Guten wie im Schlechten bedeutet, wurde im Rahmen der WHI vor 40 Jahren ausführlich erforscht (WHI: Women's Health Initiative). Danach scheint eins festzustehen: Der Anstieg des Risikos, an Brustkrebs zu erkranken, lässt sich nicht wegdiskutieren.

Hormonelle Steuerung des Zyklus. Auf- und Abbau der Gebärmutter-schleimhaut

Frauen tragen ja die Hauptlast, für die Vermehrung oder die Selbsterhaltung der Menschheit. Dabei ist der Job der Männer relativ simpel und wohl auch allgemein bekannt. Das Vermehrungsgeschäft der Frauen geht an die Existenz und macht deutlich mehr Mühe. Wobei das „Wie“ sich noch nicht wirklich herumgesprochen hat. Wir fangen ganz vorne an. Von den abertausend Ur-Eizellen, die ein Mädchen zu Beginn seiner Erdenreise mit auf den Weg bekommen hat, macht sich, sagen wir ab dem Alter von 12 Jahren, alle 4 Wochen ein Ei auf den Weg zu den unteren Ausgängen, weil dort das Rendezvous mit der männlichen Partnerzelle stattfinden soll, und weil es dort auch nach draußen geht, wenn aus dem Date was geworden ist. Aber, mal langsam! – Zuerst kümmert sich Frau um die Einrichtung: Ein schönes nahrhaftes Bett muss angelegt werden und, ein leicht

erreichbares, Proviant-Lager – für nach dem Auszug. – Wenn aber aus dem Date diesmal nix geworden ist? – Dann muss alles wieder raus. Die ganzen schönen Zellen und Gewebe: **Einschmelzen! Verdauen! Umformen! Ausscheiden!** Ein Jammer! Und das alle 4 Wochen. Kein Wunder, dass manche Frauen prämenstruell nicht gut drauf sind.

Irgendwann aber ist der Vorrat an Ur-Eiern verbraucht, von denen ja eines immer wieder aufs Neue diesen Zyklus angetrieben hat. 35 Jahre Dienst am Weiterbestehen der Menschheit sind jetzt vorbei: Immer wieder Hormon-Stürme, Zell-Aufbau und Abbau und Ausscheiden, mit allen Hoffnungen, Sorgen, Schmerzen und Freuden. Es reicht! Jetzt kommt Euer privates Leben, auch körperlich, ganz zu seinem Recht. Die Menschheit soll ab sofort ihre Vermehrung ohne Euch hinkriegen.

Problem: Mangelnde stoffliche Entlastung

Aber: Vielleicht haben die letzten Zyklen das Ausleitungsgeschäft nicht konsequent genug betrieben. Und auch der Stuhlgang,

oft Helfer in der Not, hat immer wieder nicht so funktioniert wie es zu wünschen wäre. Es sind stoffliche Reste geblieben. Und diese Reste haben ihre seit Jahrzehnten eingeübte, nach außen drängende innere Dynamik behalten; nur dass jetzt der gewohnte Ausgang, die Gebärmutter, geschlossen ist. Die noch eingesperrten Prozess-Reste der versiegenden Zyklus-Funktion müssen ihre Dynamik jetzt nach innen ausleben, entweder in eher dramatischen Symptomen wie Schweißen, Wallungen, Schlafstörungen usw. oder in div. Stauungserscheinungen.

Chinesische Rezeptur bringt Lösung

Die gute Nachricht ist: Der ganze Spuk lässt sich mit chinesischen Pflanzenrezepturen in wenigen Wochen vertreiben. Die hier passende, vor ca. 30 Jahren von **Dr. F. Friedl** in Wasserburg einwickelte Rezeptur trägt den Namen „**Deca-Tang**“, und besteht in der Grundform aus drei Heilpflanzen. Ihre Namen darf ich hier nicht nennen wegen Urheberrecht. Es wäre auch sinnlos. Die Anwendung von chinesischen Arzneirezepturen setzt eine

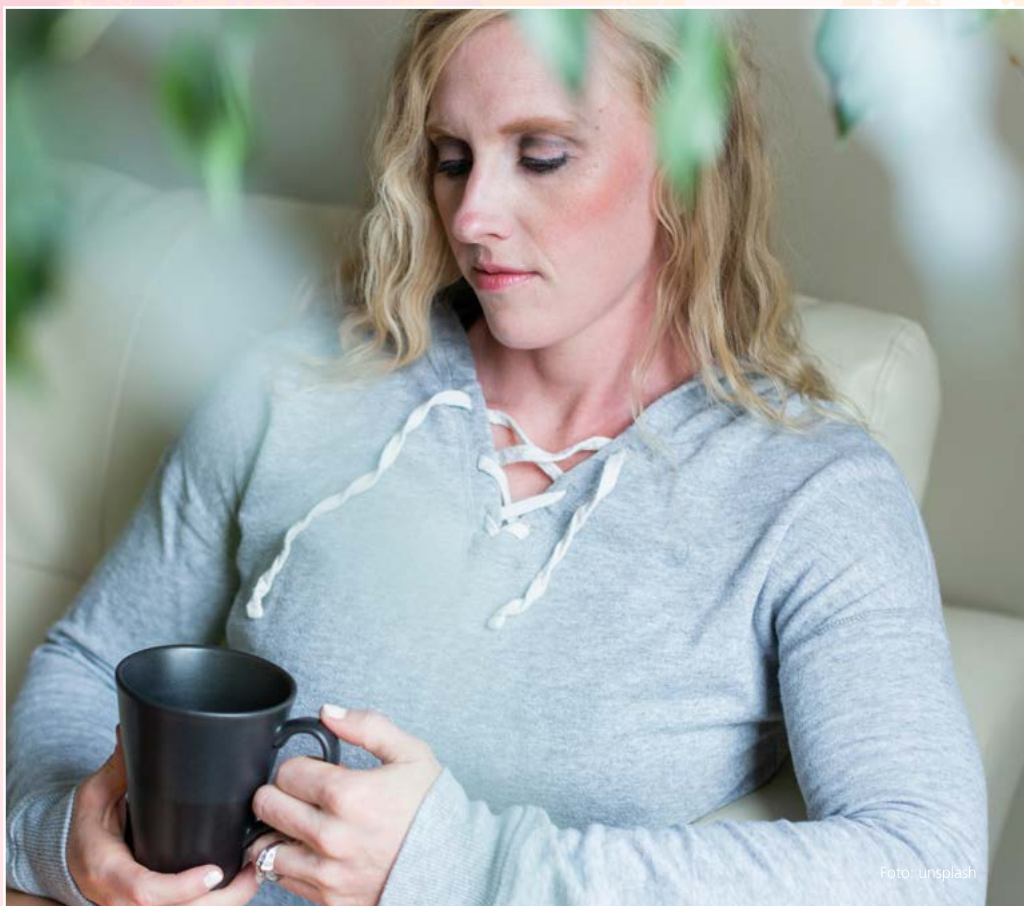




Foto: unsplash

solide TCM-Ausbildung voraus. Ich will versuchen zu beschreiben, wie diese pflanzliche „Dreierkooperative“ vorgeht. Pflanze 1 bringt eine Dynamik in das Blutgeschehen (chin. „Xue“), Pflanze 2 kühlt und trocknet, bringt einen Vektor nach unten-außen in das Geschehen, erkennt die jetzt anfallenden ausscheidungspflichtigen Bestandteile und macht sie ausscheidungsfähig, Pflanze 3 scheidet aus, über Niere-Blase und Darm. Natürlich muss vor der Verordnung eine individuelle chinesische Diagnose gestellt werden. Abwandlungen in der Dosierung, Ergänzungen, können von Fall zu Fall erforderlich sein.

Diese Rezeptur ist nicht nur wirksam gegen die „einfachen“ Wechseljahrsbeschwerden, sondern – mit geeigneten Ergänzungen – auch gegen das klimakterische Ekzem, Tachycardien, die klimakterische Depression, die Schlafstörungen, alle Formen von Schweregefühl, venösen Stauungen usw.

Im Lichte der chinesischen Anschauungen lässt sich auch der Wert und die Reichweite einheimischer naturheilkundlicher Verfahren abschätzen: Behandlung nach F. X. Mayr, Kneippsche Therapien, Aderlass-Behandlung nach Wendt, Umstellung der Ernährung, sparsamer Genuss von stark verschleimenden oder hitzigen Speisen (Milchprodukte, Süßwaren). Akupunktur und verwandte Verfahren lassen sich zwanglos in das beschriebene Konzept einfügen. Bewegung und Ausleitung sind auch hier die leitenden Prinzipien, auch hier bestätigen gute therapeutische Langzeiterfolge die Theorie.

Vitalität, Bewegung und Ausleitung fördern

Zusammenfassend lässt sich feststellen (mit Bezug auf zwei chinesische Schlüsselbegriffe, ohne sie hier wirklich erklären zu können: Qi „Energie“ und Xue „Blut“: Das klimakterische Syndrom bezeichnet eine körperlich-seelische Krise, bei der Xue-Stase und Qi-Blockaden einen symptom erzeugenden Teufelskreis bilden.

Die von uns angegebenen therapeutischen Hilfsmittel erklären die klimakterische Frau nicht zum Mängelwesen, sondern helfen der Frau, ihre Vitalität in Bewegung zu halten und neu zu orientieren. Es geht also um Bewegung, Entlastung, nicht um Substitution. Wir meinen, dass man mit unserem Ansatz dieser Lebensphase besser gerecht wird und echte Lösungen befördert, statt durch dauerndes „Antörnen“ des Organismus die Wandlung immer wieder zu verschieben.

Nur wenn der Frauenorganismus lernt, sich von

der maßgeblich durch Östrogene gesteuerten Vitalität zu verabschieden, haben altersgemäße Wohlfühlformen eine Chance, sich zu entwickeln. Übrigens: Auch die Scheidentrockenheit bessert sich, und zwar von innen her, unter dem beschriebenen Therapie-Konzept.

Vor einigen Jahren sprach ich mit einer aus Ostpreußen stammenden ca. 88-jährigen Patientin, gerade bei uns stationär, einer ehemaligen Krankenschwester, über ihre Wechseljahre. Als es bei ihr soweit gewesen sei, erzählte sie, habe sie sich mit einer ebenfalls betroffenen Kollegin zusammengetan. Einige Wochen lang hätten sie regelmäßig Kneipp'sche Anwendungen gemacht und in dieser Zeit zwei Mal Aderlässe. Dann seien die Wechsel-Beschwerden vorüber gewesen.



Foto: unsplash

Patientenbericht von Uschi Mössinger

Klinikaufenthalt im Sommer 2025



„Mit den Symptomen Ihrer Polyneuropathie müssen Sie leben. Die Nerven sind durch die Chemotherapie irreparabel zerstört. Wir können nur versuchen, das Fortschreiten mit Medikamenten zu verlangsamen.“

Das war die niederschmetternde Diagnose meiner Neurologin. Zwei Jahre lang habe ich alles versucht: B-Vitamine, Alpha Liponsäure, Infusionen, Elektrostimulation, mechanische Reize, Ergotherapie, Einreibungen – ohne Erfolg. Das Gummistrumpfgefühl an den Füßen und Waden und die Gangunsicherheit haben sich seit der ersten Chemotherapie nicht verändert, die Gangunsicherheit nach einem von Medikamenten ausgelösten Schlaganfall sogar verschlechtert.

Die Ankündigung der Klinik am Steigerwald für einen „Infotag Polyneuropathie & RLS“ hatte ich zwar aus der Zeitung ausgeschnitten, dann schließlich aber

weggeworfen - bringt ja ohnehin nichts. Einige Zeit später dann wieder die gleiche Ankündigung für den „Infotag Polyneuropathie & RLS“. Fragen kostet ja nichts.

Aus dem Fragen wurde neue Hoffnung. Und aus der Hoffnung die Anfrage für einen Klinikaufenthalt. Für mich als Selbstzahlerin war das keine leichte Entscheidung. Doch wie heißt es: **Gesundheit ist nicht alles. Doch ohne Gesundheit ist alles nichts.** Und so trat ich dann, begleitet von meinem Mann, am 1. Juli 2025 meinen Aufenthalt in der Klinik am Steigerwald an.

Bereits die Anfahrt durch den Wald („Sind wir hier überhaupt richtig?) deutete darauf hin, dass es sich bei der Klinik um etwas nicht Alltägliches handeln musste. Und das hat sich ab dem Einfahren auf den Parkplatz über den gesamten Aufenthalt hin bestätigt. Denn egal ob am Empfang, in der Pflegebetreuung, beim Arztgespräch oder der Visite, bei den Therapien, im Speisesaal, den Vorträgen: trotz aller Professionalität hatte ich zu keiner Zeit den Eindruck, in einer Klinik zu sein. Erst recht nicht in der wunderbaren Parkanlage mit dem herrlichen Ausblick.

Und zu keiner Zeit kam ich mir vor wie „Patientin 0/8/15“. Die komplette Therapie wurde individuell auf mich, meine Vorgeschichte und aktuelle Situation ausgerichtet. Während des Aufenthalts wurde sie entsprechend der Entwicklung und Befindlichkeit laufend angepasst.

Und so habe ich mich auch schnell daran gewöhnt, dass es nicht mehr vordringlich um Laborwerte und Gerätediagnostik ging, sondern plötzlich mein Puls,

Stuhlgang, Geruch oder Schwitzen eine Rolle spielten. Statt um Medikamente und deren Dosierung ging es dann um Akupunktur, Dekokt, Körpertherapien und Ernährung.

Was hat mir das gebracht?

In der zweiten Woche meines Aufenthalts hatte sich meine Gangsicherheit bereits wesentlich gebessert. Das Gummistrumpfgefühl im linken Bein war zurückgegangen. Das war mehr, als ich nach der Prognose der Neurologin überhaupt zu hoffen gewagt hatte. Noch dazu in der kurzen Zeit.

Nach nicht ganz drei Wochen war mein Aufenthalt zu Ende und die Herausforderung bestand und besteht nun darin, die dort begonnene Therapie weiterzuführen. Aufgrund der Entfernung ist eine ambulante Fortsetzung in der Klinik am Steigerwald für mich nicht praktikabel. Doch sowohl bei der Arzt- und Therapeuten-suche sowie der Bestellung der Zutaten für meine Dekokte werde ich durch meine betreuende Ärztin der Klinik wunderbar unterstützt. Und bis ich die begonnene Therapie in meinem Wohnumfeld komplett fortsetzen kann, übernimmt sie auch telefonisch meine ärztliche Betreuung.

Nach den gemachten Erfahrungen kann ich nur jedem ans Herz legen, dem eigenen Körper und den alternativen Herangehensweisen, wie sie in der Klinik am Steigerwald praktiziert werden, zu vertrauen. Natürlich gibt es keine Garantie. Und auch ich bin gespannt, wie mein eingeschlagener Heilungsweg weitergeht.

Damit es gelingt, braucht es vor allem zwei Dinge: Zuversicht und eine Entscheidung.

Die Klinik am Steigerwald baut eine Flyerreihe zu Ihrer Information auf.

Bestellen Sie sich Informationen gezielt zu Ihrem Krankheitsbild, geben Sie Informationen an Betroffene weiter oder legen Sie in Ihrer Praxis die neuen Flyer aus. Derzeit gibt es einzelne informative Flyer zu folgenden Krankheitsbildern:

1. Polyneuropathie (PNP)-Restless-Legs Syndrom (RLS)
2. Aufmerksamkeitsdefizit-(Hyperaktivitäts)-Syndrom AD(H)S
3. Postinfektionserkrankungen (Post-Covid/Fibromyalgie/Epstein-Barr Infektion, Post-VAC)
4. Rückenschmerzen

Die Reihe wird im kommenden Frühjahr mit den Themen Adipositas, Kopfschmerz-erkrankungen und Chronische Darm-entzündungen fortgesetzt.
Bestellen können Sie die Informationen unter pr@tcmklinik.de oder 09382/949206



Gerolzhofen trifft Kunming:

Klinik am Steigerwald bekommt hochrangigen Besuch von der Universität Yunnan für Chinesische Medizin

Hospitation chinesischer Medizinstudentinnen in der Klinik

Zum ersten Mal in der fast 30-jährigen Geschichte bekam die Klinik am Steigerwald ganz besonderen Besuch: Am Donnerstag 18.9.2025 begrüßte Chefärztin, Dr. Silke Gerland vier Professoren und vier Studentinnen von der Universität Yunnan



in Kunming, ganz im Süden Chinas. Diesmal ging es nicht nur um einen Gedankenaustausch. Die vier chinesischen Studentinnen waren drei Wochen in der Klinik am Steigerwald, hospitierten und lernten Abläufe, Behandlungsstrategien und die TCM-Praxis in einem deutschen Krankenhaus kennen.



Das Vortragsprogramm eröffnete am Donnerstagvormittag Chefärztin Dr. Silke Gerland mit der Vorstellung der Klinik. Dr. Fritz Friedl, Supervisionsarzt der Klinik, berichtete von den TCM-Erfahrungen in Deutschland und den aus der Praxis heraus getroffenen Konzeptanpassungen und die eigenen westlichen Wege der TCM-Praxis. Psychotherapeutin Evelyn Ellwart referierte über die Bedeutung der Psychotherapie in der TCM.

Oberarzt Jan Hendriksen hob hervor, dass die TCM in Deutschland neben der Schulmedizin vor allem eine Bedeutung als Spezialmedizin hat und Supervisionsarzt Paul Schmincke stellte die Idee einer integrativen Medizin vor, in der westliche und Chinesische Medizin sich gegenseitig zum Wohl der Patienten ergänzen. Nach dem gemeinsamen Mittagessen

und einem Spaziergang durch die Klinik mit Geschenk-Übergaben im Klinikgarten setzten die Professoren und Professorinnen aus China die Vortragstätigkeit fort. Am Abend verließen die chinesischen Experten die Klinik. Ihre vier Studentinnen blieben für drei Wochen und hospitierten bei laufender Arbeit des Klinikbetriebs und gewannen so Wissen und Eindruck von den Anwendungen der TCM im Westen.

Mit diesem Besuch aus Kunming vertiefte sich der Erfahrungsaustausch und die Zusammenarbeit zwischen Kunming und Gerolzhofen. „Wir freuen uns immer über die Begegnungen mit den chinesischen Kollegen und sind uns sicher, dass auch die chinesischen Studentinnen in ihrer dreiwöchigen Hospitation viele Anregungen mit nach China nehmen,“ sagte Dr. Silke Gerland.



Chefärztin Dr. Silke Gerland, Leitung der Körpertherapie Hille Bäuning und Körpertherapeutin Ines Fratojanni



Der Pavillon wird zum Bewegungs- und Trainingsraum

Im neuen Jahr können unsere Patienten den neuen Bewegungs- und Trainingsraum aufsuchen.

Im Herbst haben sich Hille Bäuning, Leiterin der Körpertherapie, und unsere Chefärztin, Dr. med. Silke Gerland, Gedanken

gemacht, welche Geräte sinnvoll für das selbständige Üben unserer Patienten sind. Immer wieder sind in der Vergangenheit Patienten an unsere Ärzte und Körpertherapeuten herangetreten, mit der Bitte um zusätzliche Übungsmöglichkeiten.

Bisher galten das Trampolin im Hörsaal und der umgebende Wald als Übungs-

terrains, abgesehen natürlich von den offenen Therapieräumen am Abend, die jeder Patient nutzen kann, angeleitete Übungen zu wiederholen.

Jetzt ist der Pavillon im Klinikgarten zum Trainingsraum geworden. Wir hoffen auf rege Nutzung und selbständiges Üben des mit dem Therapeuten individuell erstellten Übungsprogramms.

Patienten-Informationstage 1/2026

Patienten-Informationstage 1/2026

Auch im 1. Halbjahr 2026 werden wieder die interessanten Informationstage zu verschiedenen Krankheitsbildern stattfinden.

Themen werden sein: Polyneuropathie (PNP) und Restless-Legs-Syndrom (RLS), das Aufmerksamkeitsdefizit-(Hyperaktivitäts)-Syndrom AD(H)S, Rückenschmerzen, Migräne und Kopfschmerzen. Die Anmeldebedingungen entnehmen Sie bitte unserer homepage: www.tcmklinik.de unter „Veranstaltungen“. Dort kann man sich auch direkt online anmelden. Die Teilnahme ist begrenzt und kostet 30,- Euro. Anmeldungen telefonisch:

Frau Hoh, Telefon 09382/949-207 oder c.hoh@tcmklinik.de

PNP/RLS

Samstag 24.01.2026 | 11.00 – 14.00 Uhr

Samstag 14.03.2026 | 11.00 – 14.00 Uhr

Samstag 10.05.2026 | 11.00 – 14.00 Uhr

Aufmerksamkeitsdefizit-(Hyperaktivitäts)-Syndrom AD(H)S

Sonntag 25.01.2026 | 11.00 – 15.00 Uhr

Rückenschmerzen

Sonntag 15.03.2026 | 11.00 – 14.30 Uhr

Migräne und Kopfschmerzen

Samstag 09.05.2026 | 11.00 – 14.00 Uhr

30 Jahre Klinik! Tag der offenen Tür 2026

Wir feiern den 30. Geburtstag der Klinik. Die Klinikärzte, Therapeuten und Pflegekräfte geben einen Einblick in ihr Wissen und ihre Fähigkeiten. Wir werden das Vortragsprogramm ausweiten und die Klinikküche überrascht wieder mit Köstlichkeiten und Snacks.

Save the date: Sonntag 21. Juni 2026



Hausführungen



Vorträge über die Klinikarbeit und Führung durch das Haus jeweils dienstags von 14.00 Uhr bis ca. 15.30 Uhr

| 27.1.2026 | 24.2.2026 |

| 24.3.2026 | 28.4.2026 |

| 19.5.2026 | 30.6.2026 |

Anmeldung ist unbedingt erforderlich und kostenfrei unter

Tel. 0 93 82 / 949-230 oder
c.hoh@tcmklinik.de

Nähere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen der Klinik finden Sie unter www.tcmklinik.de oder erhalten Sie telefonisch in der Klinik unter Tel. 09382 / 949-207.

Die Klinikzeitung & Das Abonnement

Bei Interesse schicken wir Ihnen gerne «Die Klinikzeitung» der Klinik am Steigerwald kostenfrei zu. Sie erscheint halbjährlich.

Couvertierung und Versand erledigt für uns die Seubert Lettershop GmbH Würzburg.

Einfach Coupon ausfüllen und an uns schicken:

Klinik am Steigerwald

PR-Abteilung
97447 Gerolzhofen
oder per Fax
0 93 82 / 949-209
oder Sie rufen an:
0 93 82 / 949-207

Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechts
PR-Abteilung der
Klinik am Steigerwald
Michael Brehm
Bettina Meinnert

Grafische Umsetzung
Gönül Szilvasi
Tübingen

Fotos
Klinik am Steigerwald

Ja, bitte schicken Sie mir kostenfrei und regelmäßig «Die Klinikzeitung» zu.

Name

Straße

Postleitzahl, Ort

Telefon

Ich bin, bis auf schriftlichen Widerruf, damit einverstanden, dass meine Daten zum Versand der Klinikzeitung von der Klinik verwendet und an einen Versendungsservice weitergegeben werden dürfen.
(Gemäß DSGVO)

Datum, Ort

Unterschrift

Coupon

Coupon