



Zentrum für
Integrative Onkologie

Hämatologie Onkologie Palliative Care

Künstlerische Therapien, Biografiearbeit, Physiotherapie, Rhythmische Massage und Äussere Anwendungen

*Die eigene Kraft erkennen,
die Gedanken ordnen,
dem Körper Gutes tun*





Mal- und Gestaltungstherapie – was ist das?

Grundlage für die plastische Kunst ist der Körper und für die Malerei die Fläche. In der anthroposophischen Maltherapie stehen der Prozess des Malens und die Wirkung der Farben im Vordergrund. Wir haben nicht nur Farben um uns herum, sondern tragen sie auch in uns. Sie sind mit der Seele und mit den Organen verbunden.



Beim therapeutischen Malen wird diese innere Farbenwelt angeregt und kann harmonisierend und ausgleichend auf uns wirken. Das Erleben dieser Farbenwelt und der Farbqualitäten wird aktiv gefördert und ihre Wirkung gezielt vertieft. Wichtig ist nicht, dass dabei ein «Kunstwerk» entsteht, sondern dass die Art und Weise, wie die Farben zusammen auf der Fläche erscheinen, einer inneren Gesetzmässigkeit nach, wahr sind.

Malen regt das Suchen und das Gleichgewicht zwischen dem denkenden und handelnden Menschen an. Diese Art des Malens ist überraschend wohltuend und bietet viele Entdeckungen.

Beim plastischen Gestalten fordert der sanfte Widerstand von Tonerde die Willens- und Gestaltungskraft heraus. Aus der zuerst ungeformten Tonerde werden allmählich Formen und Formverwandlungen gebildet. Der Mensch wird zur inneren Tätigkeit angeregt, die sich dann in der festeren Substanz ausdrückt und somit die Genesung fördert.



Für wen?

Wir behandeln Patienten mit einer ärztlichen Verordnung, auf eigenen Wunsch oder auf Anfrage von Angehörigen

- in jeder Lebenslage
- ambulante und stationäre Patienten (stationär nur am ZIO Richterswil möglich)
- Angehörige, nahestehende Personen von Patienten
- alle Menschen, die sich Gutes tun wollen



Wie wird diese Therapie eingesetzt?

Physische Ebene

- zur Schmerzlinderung
- atemberuhigend und atemvertiefend
- muskelentspannend
- aktivierend
- ausgleichend auf die Organtätigkeiten

Seelische Ebene

- zur Beruhigung und Ordnung der Seelenvorgänge
- zum möglichen Durchleben und Neuanschauen von verdrängten und verborgenen Gefühlen
- zur Stärkung der Hoffungskräfte und der Kommunikationsfähigkeit

Ebene der Persönlichkeit

- zur Festigung der Selbstwertgefühle
- zum Helfen bei der Auseinandersetzung mit Existenzfragen
- zur Stärkung der Mut- und Willenskräfte





Heileurythmie; Bewegung – Brücke zwischen Geist und Körper

Heileurythmie – was ist das?

Die Heileurythmie stammt aus der Eurythmie (griechisch: Eurythmie = harmonischer Rhythmus) und ist eine Bewegungstherapie der anthroposophischen Medizin.



Die Grundelemente sind die in Bewegung umgewandelten Laute unserer Sprache, die, je nach Indikation und therapeutischer Zielsetzung, spezifisch angewendet werden. Die gesamten Lebensfunktionen werden angesprochen, und überschüssende oder verhärtende Krankheitsprozesse können reguliert und harmonisiert werden.

Ein wesentlicher Aspekt ist die Schulung der inneren Achtsamkeit und die Anregung der körperlichen Selbstwahrnehmung. Wird die Bewegung mit einer inneren, bildschaffenden Vorstellungstätigkeit verbunden, können alle Ebenen des menschlichen Wesens angesprochen und dadurch Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

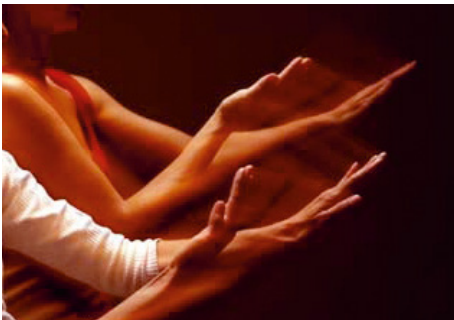
Ein besonderer Ansatz bietet die passive Heileurythmie, bei der die Therapeuten den entspannt liegenden Menschen bewegen und so die Bewegungsimpulse an ihn herantragen.



Wir behandeln Patienten mit einer ärztlichen Verordnung, auf eigenen Wunsch oder auf Anfrage von Angehörigen

- ambulante und stationäre Patienten in jeder Lebenslage (stationär nur am ZIO Richterswil möglich)
- bettlägerige Patienten (passive Heileurythmie)
- Angehörige und nahestehende Personen von Patienten
- Menschen mit geschwächten Vitalkräften
- Patienten vor oder nach Operationen

- bei Beschwerden im Bewegungsorganismus
- bei Schmerzen
- bei Erschöpfungs- und Angstzuständen
- vor und nach Operationen oder Geburten
- bei psychischen und psychosomatischen Erkrankungen
- bei Erkrankungen des Nerven-Sinnes-Systems, des Herz-Kreislauf-Systems, des Stoffwechselsystems
- zur Begleitung und Unterstützung bei Chemotherapie und Misteltherapie
- zur Prophylaxe und Nachsorge
- zur Anregung der Vitalkräfte und Regeneration
- zur Begleitung und Unterstützung in belastenden Lebenssituationen
- bei kindlichen Entwicklungsstörungen
- zur Stärkung des Körperbewusstseins





Musiktherapie – was ist das?

Die anthroposophische Musiktherapie ist eine primär durch den Atem wirkende, alte Therapieform. Sie arbeitet mit vielen verschiedenen Instrumenten in den Bereichen Blasen, Streichen, Zupfen und Schlagen sowie mit der Singstimme. Sie wird sowohl aktiv wie auch passiv angewandt und wird regelmässig wiederholend eingesetzt.



Sie gibt die Möglichkeit, neue Erlebnisse zu gewinnen und ermöglicht uns, auf andere Art hinzuhören auf das, was wir wirklich brauchen.

Der Mensch ist wie eine Symphonie, die in der Krankheitssituation nicht mehr harmonisch klingen kann. Musiktherapie setzt bei der Disharmonie an und versucht, den Menschen wieder in ein «individuell

klingendes Gleichgewicht» zu führen. Die Übungen gründen in den ursprünglichsten Elementen der Musik: Melodie, Harmonie und Rhythmus, gespielt auf sehr leicht spielbaren Instrumenten, können direkt bis ins Organische des Menschen hineinwirken.

Ohne musikalische Vorkenntnisse kann der Patient in die musikalische Tätigkeit aktiv oder passiv eintauchen und so positiv auf seinen Leib, seine Seelenverfassung und seine Willenskräfte Einfluss nehmen.



Für wen?

Wir behandeln Patienten mit einer ärztlichen Verordnung, auf eigenen Wunsch oder auf Anfrage von Angehörigen

- alle Menschen, die sich Gutes tun wollen
- in jeder Lebenslage
- ambulante und stationäre Patienten (stationär nur am ZIO Richterswil möglich)
- Angehörige und nahestehende Personen von Patienten



Wie wird Musiktherapie eingesetzt?

Physische Ebene

- zur Schmerzlinderung
- zur Atemberuhigung und Atemvertiefung
- zur Muskelentspannung
- zum Ausgleich auf die Organtätigkeiten
- zur Aktivierung

Seelische Ebene

- zur Beruhigung und Ordnung der Seelenvorgänge
- zum Durchleben und Neuanschauen von verdrängten und verborgenen Gefühlen
- zur Stärkung der Hoffungskräfte und der Kommunikationsfähigkeit

Ebene der Persönlichkeit

- zur Festigung des Selbstwertgefühls und des Selbstvertrauens
- zur Impulsierung der Initiativkräfte
- zur Hilfe bei der Auseinandersetzung mit Existenzfragen
- zur Stärkung der Willenskräfte





Biografiearbeit – was ist das?

Biographiearbeit ist eine strukturierter und umfassender Ein- und Rückblick in das eigene Leben; fördert Selbsterkenntnis und hilft das Leben neu zu ergreifen, gerade wenn voller Unruhe eingeleitetes Reagieren (z.B. auf Krebs) oder einfach weiter wie bisher zu kurz greift. Es geht weniger um das Warum einer Krankheit



als um das Wozu. Zeitpunkt und Art der Diagnose werden hierfür biographisch reflektiert. Welche Wege sich auftun, welche Ressourcen vorhanden und welche Handlungsspielräume adäquat sind kann sich in der Auseinandersetzung mit der eigenen Biographie offenbaren.

Eine Krebsdiagnose kann schlagartig alles verändern. Die Vergangenheit wirft Fragen auf; die Zukunft Unsicherheit. Wer bin ich?

Was will mein Leben? Wohin will ich? Neue Wege gehen statt reorganisieren alter Pfade. Woher komme ich? Welches Potential ergibt sich aus meinem Alter? Welche Ressourcen liegen in meinem bisherigen Leben verborgen? Diese und andere Fragen sind Inhalt der Biographiearbeit.

Seelisch-geistige Entwicklung folgt gewissen Gesetzmäßigkeiten; ebenso wie die physische. Zum besseren Verständnis für die individuelle biographische Situation werden solche Gesetzmäßigkeiten aufgezeigt. Dabei helfen ein differenziertes Menschenbild, eine inklusive Lebensbetrachtungsweise und ein Krebsverständnis, welches über die Gene hinausgeht. Ziele der Biographiearbeit ist Entwicklung im Leben zu verstehen und zu gestalten, den individuellen Handlungsspielraum grundsätzlich und speziell in der aktuellen Situation zu erweitern, handlungsaktiv eventuelle Blockaden zu verstehen, anzugehen und eigenes Potential auszuschöpfen.

Für wen?



Biographiearbeit ist für Patientinnen und Patienten sowie auch deren Angehörige zugänglich; auf eigenen Wunsch oder mit einer ärztlichen Verordnung

- Alle Menschen, die sich etwas Gutes tun wollen
- Ambulante oder stationäre Patienten und Patientinnen (stationär nur am ZIO in Richterswil möglich)
- Angehörige und nahestehende Personen von Patientinnen und Patienten.

Arbeitsweisen

Biographiearbeit ist keine Psychotherapie; es finden jedoch gesprächs- und psychotherapeutische Methoden sowie maltherapeutische Übungen, körper- und achtsamkeitsbasierte Ansätze Anwendung. Biographiearbeit ist für Erwachsene; kann in angepasster Form aber auch für Kinder und Jugendliche sinnvoll sein.

Umfang und Kosten

Der Umfang richtet sich nach Anliegen und Möglichkeiten der Klientin / des Klienten. Eine Sitzung dauert eineinhalb Stunden. Einige Zusatzversicherungen leisten einen Beitrag an Biographiearbeit. Auch eine Anfrage an die regionale Krebsliga kann helfen finanzielle Lücken zu decken. Fragen Sie am besten nach.





Physiotherapie – was ist das?

Die Physiotherapie befasst sich mit Funktionsstörungen des Bewegungsapparates und der inneren Organe.

Mit gezielten therapeutischen Maßnahmen kann die Physiotherapie helfen Schmerzen zu lindern, Bewegungseinschränkungen zu überwinden und die Muskeln zu kräftigen. Der Focus der Therapie ist die Wiederherstellung und die Erhaltung der funktionellen Bewegungsabläufe.

Neben den üblichen Indikationen arbeiten wir in der Physiotherapie vor allem mit:

- Atemtherapie
- Techniken zur Schmerzlinderung
- Individuell angepasstem Bewegungsprogramm
- Manuelle Lymphdrainage
- Craniosacraltherapie
- Fascientechniken
- Individuelle therapeutische Begleitung durch den Krankheitsprozess.



Behandlungsangebot

- Aktive und passive Bewegungstherapie
- Manuelle Therapie (gezielte Gelenkmobilisationen)
- Funktionelle Bewegungstherapie (spezifische Kräftigung, Dehnungs- und Stabilisationsgymnastik)
- Physikalische Therapie
- Atemtherapie
- Haltungs- und Rückenschulungen
- Ergonomie am Arbeitsplatz
- Nachbehandlungen von Operationen und Sportverletzungen
- Förderung der Körperwahrnehmung (bei Schwindel oder Gleichgewichtsstörungen)
- Sturzprophylaxe
- Narben-, Bindegewebe- und Triggerpunktbehandlungen
- Gangschulung

Spezialgebiete

- Lymphologische Physiotherapie (manuelle Lymphdrainage und Kompressionstherapie)
- Beckenbodenrehabilitation
- Craniosacral Therapie
- Bowentherapie

Für wen?

Wir behandeln Patienten mit einer ärztlichen Verordnung, auf eigenen Wunsch oder auf Anfrage von Angehörigen

- in jeder Lebenslage
- alle Menschen, die sich Gutes tun wollen
- bettlägrige Patienten
- ambulante und stationäre Patienten (stationär nur am ZIO Richterswil möglich)
- Angehörige und nahestehende Personen von Patienten
- bei Schmerzzuständen



Wann wird Physiotherapie eingesetzt?

- bei Erkrankungen des Bewegungssystems resp. nach orthopädischen Operationen und nach Stürzen
- bei Lungenerkrankungen und psychosomatischen Atembeschwerden
- bei Gleichgewichtsstörungen, Schwindel und nach Unfällen
- bei Lymphödemen, zur Wundheilung, bei Schwellungen und Blutergüssen und nach Entfernungen von Lymphknoten
- bei Harninkontinenz • zur Schmerzreduktion und bei akuten oder chronischen Gelenk- und Muskelschmerzen
- bei Sportverletzungen
- bei Rücken- und Nackenbeschwerden
- nach Stürzen
- bei neurologischen Funktionsstörungen



Rhythmische Massage – was ist das?

Rhythmische Massage

Die Rhythmische Massage ist eine ganzheitlich ausgerichtete Therapie, welche die Selbstheilungskräfte und die Eigenregulation des Menschen anspricht.

Die Gesichtspunkte über die psychophysiologischen Zusammenhänge im Menschen und über die funktionelle Dreigliederung des menschlichen Organismus liegen der Methode zugrunde.



Die rhythmischen Funktionen von Atmung und Kreislauf stellen den Ausgleich her zwischen den abbauenden Nerven-Sinnesvorgängen und den aufbauenden Stoffwechselfunktionen. Die Qualität der Griffe ist mehr auf die Saugwirkung als auf Druck ausgerichtet. Durch die differenzierte Anwendung des Bindens und LöSENS in der

Grifftechnik können Unregelmässigkeiten wieder in Harmonie gebracht werden.

Bädertherapie

nur im ZIO PSR

Bei der Bädertherapie erlebt der Mensch sich eingehüllt und getragen vom Wasser in seiner Ganzheit. Pflanzliche Öle oder mineralische und pflanzliche Substanzen werden über die Haut aufgenommen und können ihre lindernde und heilende Wirkung entfalten.

- Das Hyperthermiebad regt den Wärmeorganismus an und stärkt das Immunsystem.
- Das Öldispersionsbad hilft dem Körper Wärme aus sich heraus zu entwickeln.
- Das Lemniskatenbad bringt den Körper in Bewegung und wirkt auf die Atmung und die Aufrichtekräfte im Menschen.
- Das Nährbad kräftigt und nährt den Menschen - seelisch und körperlich.
- Bäder mit Substanzen werden gezielt und individuell eingesetzt.

Für wen?

Wir behandeln Patienten mit einer ärztlichen Verordnung, auf eigenen Wunsch oder auf Anfrage von Angehörigen

- in jeder Lebenslage
- alle Menschen, die sich Gutes tun wollen
- bettlägrige Patienten
- ambulante und stationäre Patienten (stationär nur am ZIO Richterswil möglich)
- Angehörige und nahestehende Personen von Patienten
- bei Schmerzzuständen



Wann werden diese Therapien eingesetzt?

- Erkrankungen des Bewegungssystems
- innere Beschwerden
- Onkologie
- Frauenheilkunde
- Lebenskrisen
- nach Operationen
- Traumafolgen
- zur Erhaltung der Gesundheit
- in der Heilpädagogik





«Die erfolgreiche Therapie hängt auch davon ab, ob es Ihrem Körper gut geht!»

Äussere Anwendungen in der Krebstherapie

Das Zentrum für Integrative Onkologie (ZIO) behandelt Menschen, die an Krebs erkrankt sind, in allen Krankheitsstadien. Es ist uns ein zentrales Anliegen, den Menschen als Einheit aus Körper, Seele und Geist zu betrachten und die Individualität des Einzelnen zu achten.

Die Methoden der modernen Onkologie werden im Rahmen des integrativen Konzepts heilsam verbunden mit der Anthroposophischen Medizin sowie bewährten Verfahren der Komplementärmedizin.

Eine onkologische Therapie ist jedoch auch ein beschwerlicher Prozess für den Körper, und er braucht deshalb Unterstützung und Entlastung. Äussere Anwendungen wie Wickel und Kompressen sowie rhythmische

Einreibungen sind pflegerische Körperanwendungen und in das Behandlungskonzept im ZIO integriert. Sie können eine heilsame Wirkung haben auf körperlicher und seelischer - geistiger Ebene bei Schmerzen, Übelkeit, gestörten Stoffwechselprozessen, bei Schlafstörungen und Ängsten. Sie können dabei unterstützen die neue Lebenssituation besser anzunehmen.

Äussere Anwendungen hatten schon früher in der traditionellen Volksmedizin ihren Platz und werden heute noch in der Anthroposophischen Medizin erfolgreich angewendet. Die rhythmischen Einreibungen wurden am Anfang des letzten Jahrhunderts als Bestandteil des Therapiekonzepts der Anthroposophischen Medizin von den beiden Ärztinnen Dr. Ita Wegman und



Wickel und Kompressen

Dr. Margarete Hauschka entwickelt. Die Wirkung der verordneten Substanz aus Tee, Salbe oder Öl unterstützt spezifisch bei verschiedenen Beschwerden wie Müdigkeit, Verspannung, Schmerzen, Unruhe und weiteren Beschwerden. Nach einer Anwendung fühlt man sich erfrischt und erholt.



Mit Tüchern werden Substanzen auf die Haut aufgebracht und dort befestigt. Durch den umhüllenden Wickel entsteht eine Art zweite Haut, die Grenze und Stütze gibt. Die einzigartige Verbindung von Wärme und Hitze oder Kühle und Kälte gibt eine klimatische Hülle, in der sich die Wirkung von Substanzen wie zum Beispiel Kamille oder Schafgarbe entfalten kann.

Rhythmische Einreibungen

Die behutsamen Berührungen der rhythmischen Einreibungen nach Wegman/Hauschka regen den geschwächten Organismus an. Sie unterstützen den Menschen in seiner Eigenwahrnehmung und steigern die Vitalität. Die Folgen sind eine Verbesserung des Wohlbefindens, eine Durchwärmung und Belebung des Gewebes und das Lösen von Verspannungen. Rhythmische Prozesse wie Atmung oder Ausscheidungsvorgänge werden angeregt und gestärkt.

Bei dieser Behandlungsmethode beruht die Berührungsqualität auf rhythmischen Prinzipien. Mit achtsamen, fein geführten Bewegungen werden medizinische Öle und Salben entweder in Teil- oder Ganzkörpereinreibungen auf den Körper aufgetragen. Eine kurze Ruhezeit im Anschluss an die Behandlung fördert wie Wirkung dieser Therapieform.



Standorte/Kontakte

ZIO Winterthur

Brunngasse 6
CH-8400 Winterthur
Tel.: +41 52 224 48 80

ZIO Zürich

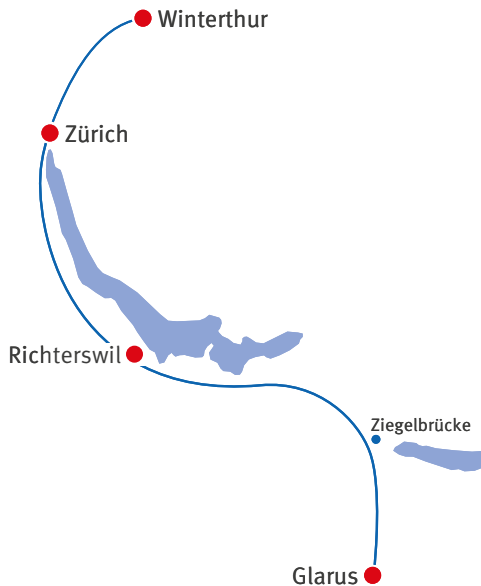
Hardturmstrasse 133
CH-8005 Zürich
Tel.: +41 44 448 30 00

ZIO Zürichsee

Chrumbächliweg 2
CH-8805 Richterswil
Tel.: +41 44 787 27 07

ZIO Glarus

Schweizerhofstrasse 3
CH-8750 Glarus
Tel.: +41 55 640 44 44



ZIO AG

Hardturmstrasse 133
CH-8005 Zürich
Telefon +41 44 448 30 00
info@integrative-onkologie.ch
www.integrative-onkologie.ch

Ein Unternehmen der
NSN medical Gruppe

