



ALLE FOTOS: KLINIK LAMNHÖHE

# Integriert heilen

Unter den Einrichtungen für Anthroposophische Medizin bildet die Klinik Lahnhöhe eine zu entdeckende Besonderheit. Seit Jahren wird hier ein integriertes Angebot von Therapien praktiziert, das sich mit dem Stichwort „Beziehungsmedizin“ zusammenfassen lässt.

## Von Jens Heisterkamp

Knapp 15 Autominuten entfernt von Koblenz schwingt sich eine Straße aus dem Rheintal hinauf. Zur Rechten fließt der große Strom in seinem schönsten, zum Weltkulturerbe gerechneten Teil, zur anderen Seite geht der Blick ins Lahntal. Oben auf der Höhe liegt das Krankenhaus Lahnhöhe.

Die medizinische Leitung in dem äußerlich nüchternen Gebäudekomplex aus den 70er Jahren hatte seinerzeit der „Ernährungspapst“ Max-Otto Bruker für eine Klinik nach seinen Vorstellungen übernommen. Inzwischen haben seine Nachfolger gemeinsam mit der Geschäftsführung auf der Lahnhöhe (neben der dort ebenfalls ganz unabhängig tätigen Abteilung für konservative Orthopädie) eine Einrichtung aufgebaut, die unter den knapp zwei Dutzend Kliniken und Kureinrichtungen der Anthroposophischen Medizin mit einem ganz besonderen Profil aufwartet. Ergänzend zur Schulmedizin und den „klassischen“ anthroposophischen Therapien hat das Team um Chefarzt Dr. Henning

Elsner weitere Ansätze zu einem integrierten Konzept entwickelt: So erwartet die Patienten hier neben anthroposophischen Kunsttherapien beispielsweise auch die Auseinandersetzung mit systemischer Aufstellungsarbeit und – ebenso ungewöhnlich in anthroposophischen Zusammenhängen – sogar eine medizinische Trainingstherapie, deren äußere Erscheinung der Laie ohne weiteres als Fitness-Studio bezeichnen würde. Doch der Reihe nach.

### **Spezialisiert für Psychosomatik**

Das für alle Kassen zugelassene Krankenhaus Lahnhöhe hat sich auf psychosomatische Erkrankungen spezialisiert. Menschen, die hier an ihrer Gesundheit arbeiten, kommen beispielsweise mit Depressionen, Ängsten, Essstörungen oder Belastungsreaktionen, wie dem Burn-Out-Syndrom, aber auch mit vielen chronischen Erkrankungen der Haut, des Herzkreislaufsystems oder der Verdauungsorgane, die mit psychischen Belastungen einhergehen. Auf vier Wochen beläuft



*Anthroposophische Kunsttherapie, ein „Klassiker“ auf der Lahnhöhe.*

sich die durchschnittliche Verweildauer der Patienten – eine für den heute oft hektischen und vom Kostendruck geprägten Alltag in Kliniken ungewöhnlich großzügige Zeitspanne. Das bietet Entfaltungsraum. Die Auslastung der Klinik liegt bei durchschnittlich 172 Patienten. Für ihre Betreuung steht ein Team aus Kunsttherapeuten unterschiedlichster Richtungen sowie Ärzten, Psychologen, Sozialdienst und Pflegekräften bereit. Drei Monate beträgt die durchschnittliche Wartezeit für eine Therapie. Das Abklärungsverfahren zur eventuell auch vorgezogenen Aufnahme für eine Behandlung ist auf der Lahnhöhe dadurch erleichtert, dass die entsprechende Stelle durch eine Fachärztin und Sachbearbeitung im Hause besetzt ist, die alle Fragen mit den Patienten und einweisenden Ärzten und ggf. zuständigen Kostenträgern regelt.

### **Ein therapeutischer Rundgang**

Wenn auch auf der Lahnhöhe vieles Wirksame integrativ zusammengestellt ist, was sonst – gerade in anthroposophischen Zusammenhängen – noch eher skeptisch betrachtet wird, bemerkt man doch den Einfluss anthroposophischer Ideen schon gleich im Eingangsbereich, wo warme Farben und einladende Sitzmöglichkeiten jene etwas andere Atmosphäre verbreiten, die an anthroposophischen Einrichtungen oft geschätzt wird. Der Innenbereich mit Sauna und Schwimmbad, noch von der Zweckrationalität der Erbauerzeit dominiert, wurde inzwischen mit Hilfe von Architekten der Alanus-Hochschule sanft in Richtung organischer Baukunst verändert. Vollends anthroposophisch wirken dann die an schwedische Holzhäuser erinnernden Therapieräume für Bothmer-Gymnastik, Heilurythmie und anthroposophische Musiktherapie, die an das Hauptgebäude angesetzt wurden. Hier arbeitet gerade der Gymnastik-Lehrer und lässt die Teilnehmer in Zweiergruppen mit Stäben das Thema „Führen und Geführt werden“ erfahren. Der Raum für Musiktherapie nebenan ist mit erlesenen Instrumenten aller Art ausgestattet. In die „Klangwiege“ etwa, eine mit Saiten bespannte Halbschale, kann man sich ganz hineinlegen und die Klänge am ganzen Körper spüren, während das Instrument hin und her schaukelt. Angebote in Sprachtherapie, Malen und plastischem Gestalten runden das klassisch anthroposophische Angebot ab.

Aber es gibt eben noch mehr. So ist im Nebengebäude eine voll ausgestattete Lehrküche



*Ernährungsberatung am Herd: Vollkorn, Frischkost und kein Zucker.*



untergebracht. Hier zeigt der Ernährungsberater der Klinik den Patienten direkt am Herd, wie Gesundheit ganz wesentlich mit den richtigen Lebensmitteln beginnt: Grundlegend sind dabei der Verzicht auf Fabrikzucker und Auszugsmehle, auf raffinierte Fette und Konserven. Stattdessen kommen in großer Vielfalt Vollkornprodukte, Frischkost und nur naturbelassene Fette auf den Teller. Auf einem Poster hat der Ernährungsberater drastisch verdeutlicht, wie viel versteckter Zucker in manchen Lebensmitteln, etwa Ketchup oder Cola lauert. Da sehen die Schüsseln mit frisch aufquellendem Getreide, die auf dem Tisch stehen, doch gleich viel appetitlicher aus!

Im Raum nebenan freut sich gerade die Tanztherapeutin auf ihren Einsatz und wird mit ihrer natürlichen Frische sicherlich auch die anfangs noch Zögerlichen bald in Schwung bringen. Einen Schritt weiter in einem Seminarraum sitzt eine Selbsterfahrungsgruppe zusammen. Dem Gespräch der Patienten untereinander wird auf der Lahnhöhe großes Gewicht beigemessen: „Der Erfahrungsaustausch unter Betroffenen ist ein ganz elementarer Bestandteil des Gesundheitsfeldes, das die Patienten miteinander entwickeln“, erklärt Dr. Elsner.

### Heilen in Beziehung

Henning Elsner selbst hat seine biographischen Wurzeln in einem Kreis anthroposophischer Jungmediziner, die sich vor knapp 30 Jahren in Kiel fanden. Jeder der damals Beteiligten ist seither seinen ganz eigenen Weg gegangen. „Beziehungsmedizin“ ist das Stichwort, in dem der Klinikchef die besondere Philosophie des Heilens auf der Lahnhöhe zusammenfasst. „Für mich war schon früh klar, dass ich bestimmte Einsichten und Methoden der Psychotherapie und Gruppentherapie mit der Anthroposophischen Medizin verbinden wollte“, erzählt er. Dazu gehört für ihn insbesondere, dass die Heilungsbeziehung nicht linear vom Arzt her verstanden wird, sondern auch vom ganzen Umfeld des Patienten her. Um deren eigene Heilungspotenziale freizusetzen, wurde in der Lahnhöhe deshalb schon früh die anthroposophische Biographiearbeit einbezogen. „Als wir dann vor einigen Jahren mit dem Ansatz der Familienaufstellungen bekannt wurden, war der spontane Eindruck, dass dieser Ansatz genau das bietet, wonach wir immer gesucht hatten“, so Elsner weiter.

Das Familienstellen, das durch den Psycho-



## Wohn- und Pflegezentrum Haus Hohenstein

Leben in Gemeinschaft  
Altern in Würde

- ❖ Wunderbare Lage im Schwäb.-Fränk. Wald
- ❖ Individuelle Wohnformen
- ❖ Parkanlagen / Bibliothek / Bioküche
- ❖ Reichhaltiges kulturelles Programm
- ❖ Michaelskirche der Christengemeinschaft
- ❖ Oetinger-Zweig der anthr. Gesellschaft
- ❖ Vielfältige Aktivitäten

Gerne senden wir Ihnen ausführliche Informationen zu!

Haus Hohenstein GmbH,  
Hohenstein 16, 71540 Murrhardt  
Tel.: 0 71 92 / 92 29-0  
Fax: 0 71 92 / 92 29-30  
info@haushohenstein.de  
www.haushohenstein.de



*In einer großzügig angelegten Parklandschaft am Ortsrand von Öschelbronn finden Sie unsere Einrichtung, die auf der Grundlage der Anthroposophie geführt wird.*

**Wohnen**  
selbstständig und betreut in Appartements unterschiedlicher Größe

**Stationäre Pflege**  
in anspruchsvollen Zimmern, auch Kurzzeitpflege

**Ambulanter Dienst**  
Alten- und Krankenpflege daheim *Pflege mobil*

**Gastpflege**  
ambulant betreut, z.B. als Verhinderungspflege

**Kultur**  
Konzerte, Vorträge, künstlerische Veranstaltungen, Galerie

**Natur**  
großzügige Parkanlage

 **Johanneshaus Öschelbronn**  
Zentrum für Lebensgestaltung im Alter

ENTDECKEN SIE UNSERE **VIELFALT!**

Am Eichhof 20 (direkt neben der Klinik Öschelbronn)  
75223 Niefern-Öschelbronn · Tel. 07233 67-711 · Fax 67-100  
info@johanneshaus-oeschelbronn.de · www.johanneshaus-oeschelbronn.de



Setzt auf das Prinzip  
„Beziehungsmedizin“:  
Chefarzt Henning Elsner.

therapeuten Bernd Hellinger begründet, aber seither auch unabhängig von ihm weiterentwickelt wurde, macht durch repräsentierende Aufstellungen der Mitwirkenden in räumlicher Dimension bestimmte Kräfteverhältnisse, Grundmotive, Probleme und Lösungen im Leben eines Menschen sichtbar und nachvollziehbar. Diese Form der systemischen Therapie kann auf oft überraschende und einschneidende Weise tief verborgene Verstrickungen und Blockaden lösen helfen, die einer psychosomatischen Erkrankung in

den meisten Fällen zugrunde liegen. Wichtig ist dabei laut Elsner nicht nur die Wirkung für den jeweils zunächst betroffenen Patienten: „Die Aufstellung ist eine erlebnisaktivierende Methode, in der oft intensive Gefühle auftreten, von denen auch die Teilnehmer im Außenkreis ergriffen werden. Man muss gar nicht selbst sein Problem aufstellen, auch die liebevolle Anteilnahme an der Schicksalswerkstatt ist eindrucksvoll. Schon zu sehen: ‚Da sind wir alle tief verwandt‘, ist heilsam.“ Die Lahnhöhe führte die Aufstellungsarbeit vor mehr als zehn Jahren in den Klinikalltag ein und zählt damit heute zu den Einrichtungen mit den längsten Erfahrungen auf diesem Gebiet.

Im Konzept der „Beziehungsmedizin“ ist nicht ein einzelner Faktor für den Patienten entscheidend. Der Aufenthalt in der Klinik wird vielmehr als Schicksalssituation ernst genommen, in der ein differenziertes Angebot den Patienten hilft, das für sie Richtige zu finden und für ihr Leben aufzugreifen. Das wirklich Entscheidende kann dabei aus Patientensicht vollkommen anders aussehen als es von der Angebotsseite aus „gemeint“ war. „Im rückblickenden Gespräch erzählen die Patienten oft, dass es eine unscheinbar wirkende Begegnung war, ein schöner Aussichtspunkt oder ein Moment in einer der Kunsttherapien, in dem der Angelpunkt einer Wende zum Besseren

für sie lag. Diese oft viele Sinne ansprechenden Schlüsselsituationen sind dann die eigentlichen Schätze“, so Elsner.

### Offenheit erwünscht

Als Basis für dieses Konzept brauchen Menschen, die hier mitarbeiten, eine gewisse Offenheit, nicht nur gegenüber der Anthroposophie, sondern auch für die Idee einer integrierten Kooperation verschiedener Heilungsansätze. Der anthroposophische Sprachgestalter steht hier kollegial neben dem Arzt mit buddhistischem Hintergrund, die Weiterbildung in Dornach ist ebenso akzeptiert wie eine Auszeit im Himalaya. Und aus Patientensicht harmoniert der tägliche Genuss eines aufgelegten heißen Heublumenkissens mit dem Gang ins hauseigene Fitness-Studio, wo man unter fachmännischer Anleitung körperlich trainieren kann.

Die Kollegialität und Offenheit ist gerade auf einem improvisierten Rundgang, bei dem der Besucher ohne Vorankündigung in Kurse und Teambesprechungen hineinschauen darf, deutlich spürbar. Ungewöhnlich wirkt vielleicht auch, dass der Chefarzt von allen Mitarbeitern einschließlich der Küchenhilfe mit „Du“ angedredet wird – das ist hier unter allen Kollegen so üblich.

Wie kann eine so anregende Atmosphäre und ein so differenziertes Therapieangebot unter den oft einschränkenden Bedingungen des heutigen Gesundheitssystems überhaupt realisiert werden? Verlangt das viel Mehreinsatz von den Mitarbeitern? Und wie kommen diese mit den wachsenden Anforderungen, beispielsweise dem immer mehr zunehmenden Aufwand für Dokumentationen, zurecht? Die Lösung liege darin, wie man sich dem wachsenden Druck kreativ stelle, meint Henning Elsner. „Die Dokumentationen bringen doch auch Transparenz“, ergänzt ein junger Kollege des Pflorgeteams. Auch im Raum für das künstlerische Plastizieren steht neben den Arbeitsmaterialien ganz selbstverständlich der PC, mit dessen Hilfe der Therapeut jeden Verlauf gleich anschließend in das klinikeigene Netzwerk eingeben kann. Mit den Zwängen und Tücken des Gesundheitssystems, die natürlich auch seine Einrichtung erreichen, geht man auf der Lahnhöhe gelassen um: „Den Nicht-Leistbarkeits-Virus können wir hier jedenfalls nicht brauchen!“, sagt der Klinik-Chef lachend.

● **Weitere Informationen:**  
| [www.lahnhoehe.de](http://www.lahnhoehe.de)