



Clinicum
Alpinum
Gaflei

Jahresbericht

21



VORWORT

UND?
WIE WAR DAS
LETZTE JAHR
FÜR DICH
SO?



Ein weiteres Coronajahr hat uns und unsere Kolleginnen und Kollegen auf Trab gehalten. Wir haben Türklinken desinfiziert, Tische auseinandergestellt, Bodenmarkierungen angebracht, Masken bestellt, Infoveranstaltungen abgehalten, Online-Termine vereinbart, Einsatzpläne überarbeitet und versucht, die Motivation hochzuhalten. Wie war das letzte Jahr für uns so? Anstrengend, fordernd, nervig, zeitweise einsam, aber auch kurzweilig. Wir haben gelacht und geweint, diskutiert und gehandelt, gefordert und gefördert, aber wir haben auch viel gelernt. Gelernt, dass wir uns aufeinander verlassen können. Gelernt, dass Altbekanntes nicht im-

mer schlecht sein muss. Gelernt, dass man sich Neid verdienen muss. Gelernt, dass Solidarität ein hohes Gut ist. Gelernt, dass in einem Unternehmen wie dem unseren viel verstecktes Talent schlummert, das wir endlich ans Licht ziehen müssen. Wir haben unseren Mitarbeitenden viel abverlangt, viel Geduld, viel Flexibilität, viel Zeit, viel Improvisationsfähigkeit und viel Nerven. Nur die hohe Einsatzbereitschaft und die Loyalität von allen hat das letzte Jahr zu dem gemacht, was es war. Ein Jahr voller Höhen und Tiefen, ein Jahr voller Tränen und Freuden, kurzum – ein lehrreiches Jahr.

Danke!

Michaela Risch
Klinikleitung

Empfang

«Wir sind die erste Anlaufstelle im Clinicum Alpinum. Der Kontakt mit zukünftigen Patienten oder solchen, die schon da sind, Ärzten, Spitälern, Kliniken, Ämtern und Arbeitgebern ist spannend. Kein Tag ist wie der andere und das macht viel Freude und Spass.

Die letzten beiden Jahre waren aber auch für uns eine grosse Herausforderung. Ängstliche Menschen am Telefon oder auch unsere Patienten, die sich grosse Sorgen machten um ihre Angehörigen, während sie bei uns in einem geschützten Rahmen waren. Immer wieder auch die Anpassungen der Massnahmen, die sofort umgesetzt werden mussten. Die vielen Ausfälle durch Covid in den eigenen Reihen forderten von unserer Seite viel Flexibilität, gegenseitige Unterstützung und Verständnis. Miteinander war es aber immer zu schaffen.»



Regina Seger

GESUNDHEITS- BRANCHE IM WANDEL

Dr. med. Marc Risch, FAMH Psychiatrie
und Psychotherapie, praktischer Arzt
Chefarzt Clinicum Alpinum

Versorgungssituation psychisch schwer erkrankter Menschen

Die Lebenszeitprävalenz – das Risiko, einmal im Leben an einer behandlungsnotwendigen Affekterkrankung zu leiden – liegt bei 1:4. Übersetzt meint dies, dass jeder vierte Leser dieses Jahresberichtes einmal im Leben fachtherapeutische Hilfe – ambulant, teilstationär und/oder stationär – benötigt. Die Punktprävalenz meint dasjenige Mass an aktuell schwer psychisch erkrankten Menschen in einem grösseren Kollektiv. Diese liegt bei 10%. Das heisst, dass unter den 1000 Adressaten dieses Jahresberichts zum Versandzeitpunkt 100 Personen psychisch dermassen symptomatisch waren, dass sie einen therapeutischen Zugang benötigten.

Bezogen auf Liechtenstein müssen wir davon ausgehen, dass bei einer Bevölkerungszahl von gerundet 40'000 EinwohnerInnen 4'000 Personen derzeit schwerwiegend erkrankt und in Behandlung sind oder sein sollten oder sich auf einer der stets länger werdenden Wartelisten für einen Behandlungsplatz befinden.

Die Behandlungsstrukturen für Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen sind weltweit, überregional und regional unzureichend. Die Wartezeiten für ambulante, teilstationäre und stationäre Behandlungsplätze sind unerträglich lang und treiben Betroffene in die Chronizität mit entsprechender gesamtgesellschaftlicher Kostenfolge. Spezialisierung in der psychiatrischen Versorgung hinkt im Vergleich zur körpermedizinischen Spezialisierung deutlich hinten nach. Zum Nachteil und Schaden schwer psychisch erkrankter Menschen und deren Angehörigen.

Affektive Erkrankungen, zu denen Angststörungen, Panik- und Zwangserkrankungen und v.a. Depressionen zählen, sind sehr häufig. Dennoch besteht kein breit angelegter öffentlicher Dialog darüber. Wir verorten hier ein «Häufigkeits-Scham-Paradoxon».

Depression ist keine Gesichtskrankheit

Nachdem Depressionen, die den grössten Anteil der affektiven Störungen ausmachen, keine Gesichtserkrankung sind, sehen sie es ihrem Nachbarn, Arbeitskollegen, Freund oder lieben Angehörigen nicht an, wie sein seelisches Befinden gerade ist.

Menschen aller Altersstufen, die psychisch erkrankt sind, und deren Angehörige haben häufig keine Stimme und finden nicht das Gehör, sie finden nicht die Hilfen, die sie so dringend benötigen. Das ist leider unser Alltag als BehandlerInnen. Wir haben als Fachleute die Pflicht, die Stimme für Mental-Health Themen zu erheben und auch dorthin zu zeigen, wo es gesellschaftspolitisch dringender Handlungen bedarf.

Investition in die Gesundheit spart Geld

Durch die SarsCov2-Pandemie und die aktuellen kriegerischen Auseinandersetzungen sowie die weltweite Bedrohung dadurch, ist davon auszugehen, dass die WHO ihre Prognose, dass die unipolare Depression im Jahr 2030 der häufigste Erkrankungsgrund und die häufigste Todesursache darstellt und die Herz-Kreislaufkrankungen ablösen wird, zeitlich nach unten korrigieren muss. WHO und Weltbank haben in einer gross angelegten Studie vor wenigen Jahren die direkten und indirekten Schadenskosten pro Jahr durch nicht oder zu spät behandelte psychische Erkrankungen errechnet: 1'000 Mrd. USD. Die gleiche Studie von WHO und Weltbank hat auch den sogenannten ROI, den «social return on investment» durch Investition in niederschwellig zugängliche Beratungs-, Hilfs- und Therapiestrukturen berechnet. Dieser liegt bei 1:4. Dies meint, dass für jeden eingesetzten Franken, Dollar oder auch jede andere Währung 4 Wertäquivalente eingespart werden könnten.

Und wer investiert in die Behandlungsstrukturen für die psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen, Adoleszenten, Erwachsenen, Senioren und hochbetagten Menschen?

Qualitätskorrigierte Lebensjahre

Wir müssen es schaffen, von einem rein versorgungs- und kostengetriebenen Denken in einen Dialog über «Qualitätskorrigierte Lebensjahre» kurz QALY (engl: quality adjusted life years) zu kommen. Unser aller Ziel muss es sein, Versorgungsstrukturen zu gestalten, damit jeder von uns eine optimale Ausgangslage erhält, seine individuelle Krankheitsbelastung über die Lebensspanne hinweg – bei einer stetig steigenden Lebenserwartung – zu verringern. Die englische Bezeichnung dazu ist die sogenannte. «burden of disease».

Moderne Depressionsbehandlung und Tiefsinn

Neue Erkenntnisse aus der Psycho-Neuro-Immunologie, der Stressforschung und der Epigenetik helfen uns zu begründen, was wir aus der Erfahrung bereits wissen: ein therapeutischer Dreiklang aus sprachbezogenen, und nicht-sprachbezogenen Therapien sowie einer klug gewählten, individualisierten Psychopharmakotherapie bei Affekterkrankungen ist am wirksamsten. Die nicht-sprachbezogenen Therapien, Kunst- und Klang-Therapien aber v.a. auch bewegungstherapeutische Verfahren sind höchst effektiv.

TIEFSINN ist sprachwissenschaftlich eine der positiven Deutungen des Depressionsbegriffs und unterstreicht unsere Haltung einer positiven Psychologie. Dem tiefsinnig-hinterfragenden depressiven Menschen darf nicht mit einer Anti-Medizin (Antibiotika, Antidepressiva) entgegengetreten werden. Nein! Der Tiefsinn ist in der Therapie als höchster Wert zu erhalten und durch individualisierte therapeutische Arbeit zu «reframen».

Die 65 Mitarbeitenden, die tragenden Säulen des Clinicum Alpinum setzen sich durch ihre Arbeit auch für Chancengleichheit, Gleichberechtigung und Inklusion psychisch erkrankter Menschen ein, und das nicht nur am Tag der psychischen Gesundheit, sondern 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr. Danke dafür!

CORONA, HERAUSFOR- DERUNGEN UND WEITERER AUSBAU

Dr. med. Michael Holzapfel, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, FMH Facharzt (D) für Psychosomatische Medizin, Co-Chef-arzt Clivum Alpinum

Die Medizin am Clivum Alpinum erlebte 2021 mehrere ermutigende und mutige Innovationen: Zum einen wurde Ende 2020 mit mir ein Co-Chef-arzt eingestellt, der die medizinischen Aktivitäten und Team-Ausrichtung bündeln durfte und den Klinik-Gründer Dr. med. Marc Risch entlasten sollte. Dieser Schritt einer erweiterten psychiatrisch-psychosomatischen Expertise im Hause und damit auch einer weiteren Ausdifferenzierung des Therapieangebotes – sowohl in Richtung Psychosomatik als auch in eine tiefenpsychologische Dimension der Psychotherapie – brachte neue Ressourcen und auch neue Zusammenarbeit mit sich. Es konnten mehrere neue Teamgefässe wie z.B. Fallkonferenzen, Prozesskonferenzen, Supervision der PsychologInnen und gemeinsame Fallbesprechungen stattfinden. Damit wurde die Teamarbeit auch bezogener und gewann an Tiefe und Team-Kohärenz.

2. Welle und Post-Covid-Cure

Zum anderen beschäftigte uns auch die zweite Coronawelle, die bis zum Mai 2021 anhielt, einen relativ kurzen, etwas sorgenfreieren Sommer bereitete, um anschliessend ab September 2021 wiederum an besorgniserregender Fahrt zuzulegen. Unter Coronabedingungen war das medizinische Setting eingeschränkter und komplizierter zu handhaben. Die grösste Einschränkung war die Rücknahme der Patientenbehandlungszahl auf ca. 30, um allen Distanzregeln und den kritischen Gruppengrössen (max. fünf Patienten pro Gruppe) gerecht zu werden. Es darf als positives Merkmal hervorgehoben werden, dass im Verlauf des Jahres 2021 keine erneuten Quarantäne- und

Isolationsmassnahmen am Clivum Alpinum mehr nötig wurden, wie im Winter zuvor 2020 auf 2021. Das heisst, die gesamten etablierten Coronavorsichtsmassnahmen haben gegriffen und bescherten – bei aller Bescheidenheit in ihrer Ausführung – doch zuletzt den bescheidenen Erfolg, dass keinerlei schwerwiegende Coronafälle auf Gaflei registriert und behandelt werden mussten.

Die anhaltende Coronapandemie brachte auch eine weitere medizinische Neuerung auf Gaflei mit sich: Im Dezember 2020 entschied sich das Leitungsteam dafür, Post-Covid-Verläufe ohne grosse bürokratische Eintrittsprozedere zu behandeln. So konnte das medizinische Team relativ schnell Erfahrungen in der Post-Covid Symptomatik, aber auch in deren Beeinflussbarkeit gewinnen. Die Post-Covid-Cure umfasste neben elf Adaptogenen, die immunmodulatorisch wirken sollten, auch eine Post-Covid-Cure Gruppe, deren Schwerpunkt das adäquate Erlernen von «Coping» und «Pacing» darstellte.

Therapieangebot Mutter-Kind und Schlaf in Ausbau

Einen weiteren Ausbau erfuhr der Bereich der Mutter-Kind-Behandlung, um die sich die Leitende Ärztin, Frau Christine Biedermann, sehr bemühte und so die Rahmenbedingungen der Therapie weiter verbessern konnte. Das medizinische Team mit Dr. Magdalena Filzwieser, Christine Biedermann und Dr. med. Michael Holzapfel zeigte sich in seiner Zusammenarbeit beständig und pflegte auch den täglichen Austausch mit den PsychologInnen.

Schliesslich wurde im Jahr 2021 auch die Schlafmedizin neu belebt durch die Entscheidung, Herrn Dr. med. Stefan Telser in das medizinische Team zu holen, das dann ab Anfang 2022 von seiner Expertise profitieren sollte. Das Ziel des schlafmedizinischen Angebotes ist der Ausbau in Richtung Schlafklinik, der Etablierung von Polysomnografien und der differenzialdiagnostischen Abklärung von Schlafstörungen sowie daraus resultierend einer spezifischen Behandlungsstrategie.

Über 90 Vor- und Indikationsgespräche

Einen oft nicht sichtbaren, aber nicht unwesentlichen Teil der medizinischen Arbeit bildeten auch im Jahr 2021 die über 90 Vor- und Indikationsgespräche, die hauptsächlich von Dr. med. Marc Risch, Christine Biedermann

und Dr. med. Michael Holzapfel durchgeführt wurden. Diese medizinische Expertise (=Indikationsstellung) untersucht vor allen Dingen die Bereitschaft und Qualifizierung des Patienten für eine Behandlung am Clivum Alpinum, umgekehrt jedoch auch das spezifische Therapiespektrum, das für den jeweiligen Patienten und seine ganz eigene Krankheit angeboten werden kann. Diese Indikationsgespräche stellen einen grossen Schritt in Richtung personalisierte Medizin dar, wie es die letzten Entwicklungen der modernen Medizin vorgegeben haben. So können bereits mit dem Indikationsgespräch die Weichen für eine schnelle Klinikbehandlung, insbesondere auch die beteiligten therapeutischen Protagonisten aktiviert werden, sodass bei Klinikeintritt des Patienten bereits wichtige Profilierungen des therapeutischen Menüplans ausgereift sind, z.B. der sehr rasche Einbezug des Case Managements, das die sozialmedizinischen Bedingungen prüft und im Sinne einer Verbesserung der Gesundheit des Patienten ausgestaltet. Aber auch Fragen der psychopharmakologischen Therapie oder der Präferenz in Richtung Bewegungstherapie oder gestaltende Kunsttherapie können im Indikationsgespräch vorab geklärt werden. Ein weiterer Hintergrund dieser Indikationsgespräche ist die Gesuchstellung für eine Kostengutsprache durch unsere Patientenadministration, die dann von den jeweiligen Krankenkassen eingehend geprüft und in ca. 90% der Fälle tatsächlich bewilligt wird. Letzteres spricht für eine hohe Qualität der Indikationsabklärung und belegt die beeindruckende Wirksamkeit dieses Instruments.

Zusammenfassend ist die Medizin auf Gaflei im Auf- und Ausbau begriffen – mit dem Ziel, eine Exzellenz-Medizin anzustreben. Ein Schritt in diese Richtung dürfte das für 2022 projektierte neue Therapie-Programm «Via Therapeutica» sein, dass eine ganzheitliche, kondensierte, Personen-übergreifende sowie Stationen-orientierte Therapie-Erfahrung vorsieht und ein Novum darstellt in der klinischen Psychotherapie, wie wir sie kennen.

TARIFVERHANDLUNGEN UND OKP VERTRAG

Im November 2021 durfte das Clinicum Alpinum mit dem liechtensteinischen Krankenkassenverband (LKV) die Tarifverhandlungen für einen OKP Vertrag aufnehmen. Damit wollten wir die Versorgungssicherheit psychisch schwer erkrankter Menschen gewährleisten und eine ortsnahe Therapie ermöglichen.

In den Verhandlungen wurde seitens des LKV schwerpunktmässig auf Kostenoptimierung geachtet. Die Regierung hatte zudem die Vorgabe gemacht, die Tarife auf dem von ihr definierten, regionalen Niveau zu halten. Bereits während den Verhandlungen wurde klar, dass aufgrund der damit verbundenen Senkung der Kassenbeiträge an die Klinik das Leistungsangebot überarbeitet und teilweise reduziert werden muss. Gleichzeitig wurden erste Massnahmen für die Gründung einer Stiftung gesetzt, um Härtefälle unterstützen und damit das öffentliche Gesundheitswesen im Land subventionieren zu können.

Die Klinik soll damit neu als Spezialklinik für Affekterkrankungen (schwere Depression) anerkannt werden. Aus diesem Grund muss sich das Clinicum Alpinum künftig aus der Grundversorgung im Land zurückziehen. Davon betroffen ist u.a. auch der mit dem liechtensteinischen Landesspital getroffene Kooperationsvertrag. In diesem Rahmen hat das Clinicum Alpinum allein im Jahr 2021 fast 200 Konsilien erbracht. Neu stehen unsere Ärzte nicht mehr für Notfallkonsilien zur Verfügung.

Die Spezialisierung betrifft die grössten Diagnosegruppen in der Psychiatrie, F3 und F4. Darunter werden Affekterkrankungen wie Angststörungen, Depressionen, Panikerkrankungen, Post-Traumatische Störungen und Zwangserkrankungen verstanden – ein sehr grosser und gesellschaftsrelevanter Bereich. Das Clinicum Alpinum ist als Spezialklinik auch über die Grenzen hinaus anerkannt und wird weiterhin vollstationäre Leistungen für schwer an Depression erkrankte Menschen anbieten.

Dieser OKP-Vertrag ist eine der Voraussetzungen, die benötigt werden, um künftig Patientinnen und Patienten aus der Schweiz, die gegenwärtig über Wartelisten in den angrenzenden Spitälern auf einen Platz hoffen, in Liechtenstein behandeln zu können. Der Bedarf ist derzeit im gesamten deutschsprachigen Raum so hoch wie noch nie zuvor, der zunehmende Bedarf an Behandlungsplätzen könnte so weiter gedeckt werden. Liechtenstein könnte damit einen wichtigen gesundheitspolitischen Beitrag für die gesamte Region leisten. Dafür ist ein grenzüberschreitendes Pilotprojekt seitens der Klinik bereits in Planung. Eine erste Kontaktaufnahme mit dem Kanton St. Gallen ist bereits erfolgt.

Wir hoffen, dass der LKV im Auftrag der Regierung gemeinsam mit den Systempartnern weitere gesundheitspolitische Schritte, wie die nach wie vor in Ausarbeitung befindliche Bedarfsplanung für die Psychiatrie und Psychotherapie, unternimmt. Eine effiziente Gesundheitsversorgung in Liechtenstein ist für alle Partner von grosser Bedeutung und macht auch volkswirtschaftlich gesehen Sinn. Wir hoffen auf eine Verbesserung der Situation psychisch erkrankter Menschen und deren Angehörigen, die oftmals vergessen werden.

Verwaltungsrat

«Die staatliche Gesundheitspolitik unseres Landes wird beherrscht durch ein einseitiges Kostendenken, gepaart mit Beamtentum und eigentümlichem Konkurrenzdenken. Das wurde mir im vergangenen Jahr im weiteren Rahmen der Verhandlungen um den OKP-Vertrag eindrücklich, wenn nicht gar schmerzlich bewusst. Dieses Denken in engen Grenzen verzögert oder verhindert im schlimmsten Fall letztlich die effiziente und rechtzeitige Bereitstellung notwendiger Behandlungsplätze, gerade im psychiatrischen Bereich und verursacht der Volkswirtschaft im Endeffekt enorme Kosten.

Hier würde ich mir im Sinne unserer Patientinnen und Patienten eine ganzheitlichere und ausgewogenere Herangehensweise wünschen.»

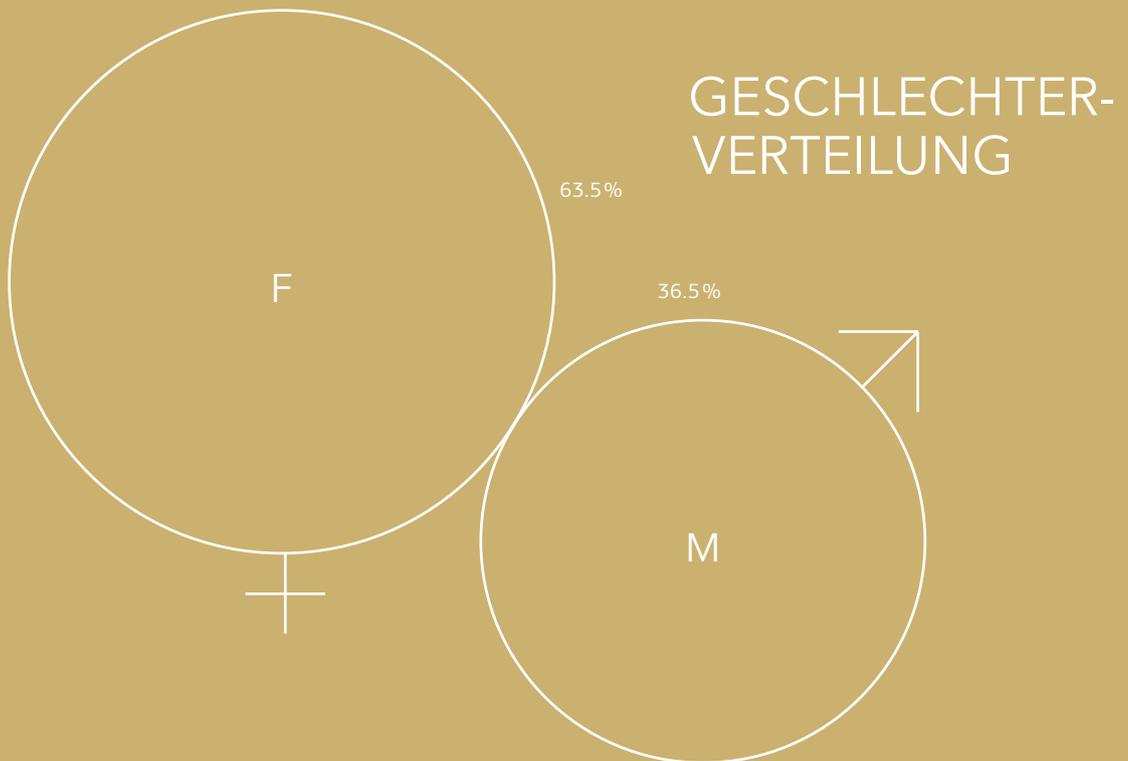
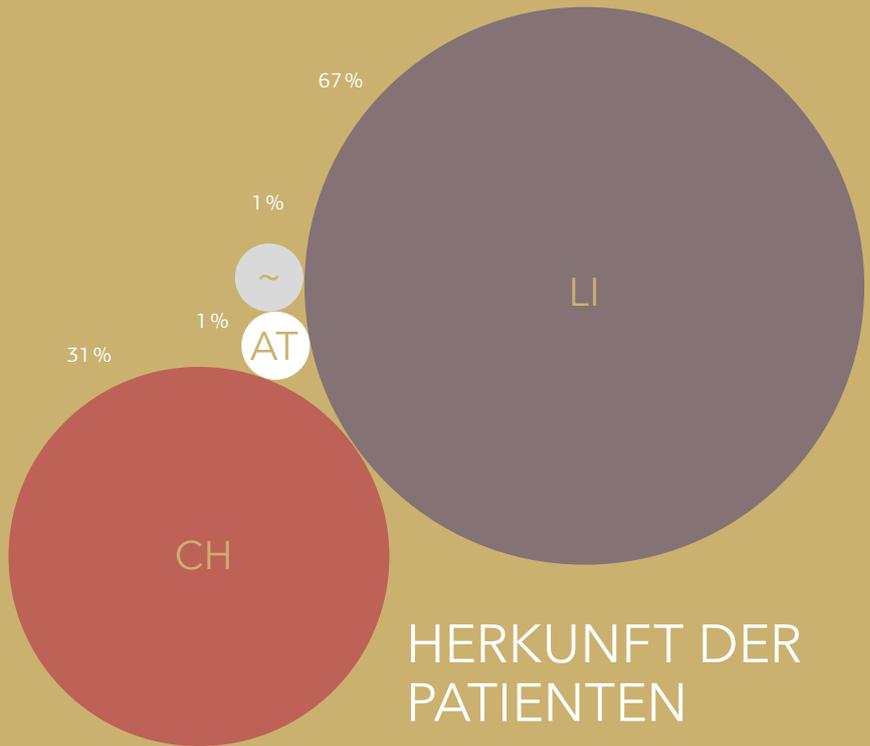


Clemens Laternser

DAS JAHR 2021 IN ZAHLEN

Im abgelaufenen Jahr hat sich der Anteil der Schweizer PatientInnen an der Gesamtzahl erhöht, Jene aus Deutschland sind hingegen im Jahr 2021 gänzlich ausgefallen. Die PatientInnenanzahl aus Österreich sowie den übrigen Ländern blieb auch in 2021 auf konstant niedrigem Niveau.

Interessant ist der geringe, aber doch vorhandene Anstieg beim Anteil männlicher PatientInnen. Dieser stieg im Vergleichszeitraum um rund 2.5%.



Aufgrund der besseren Lesbarkeit wurde im Jahresbericht in manchen Fällen die männliche Form verwendet. Die Weibliche ist selbstverständlich mit eingeschlossen.

PFLEGETAGE

Die Pflegetage bei den Schweizer Patienten sind, wie einführend dargestellt, angestiegen. Das Niveau der Patienten mit Zusatzversicherung nahm gegenüber 2020 leicht ab, befindet sich aber nach wie vor deutlich bei über 50%. Die durchschnittlichen Behandlungstage sind bei den halbprivat Versicherten gestiegen, bei den allgemein Versicherten gesunken und bei den privat Versicherten annähernd gleich geblieben. Im Durchschnitt ist ein Patient knapp sieben Wochen bei uns in stationärer Behandlung.

LI 5806 in Tagen

CH 2781 ~ 50

AT 30

PFLEGETAGE UND AUSTRITTE NACH VERSICHERUNGSKLASSEN

	Pflegetage	Austritte	durch. AD
Allgemein versicherte PatientInnen	4103	85	48.3
Halbprivat versicherte PatientInnen	2845	55	51.7
Privat versicherte PatientInnen	1722	41	42.0
Total	8670	181	47.9

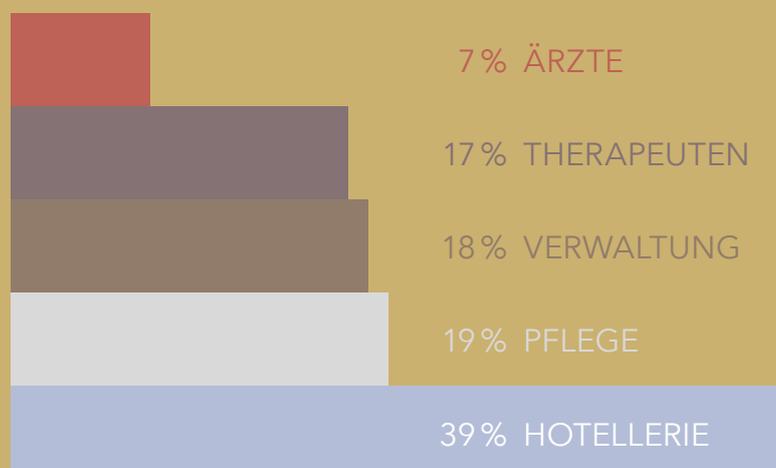
52.7%

Total
Zusatzversicherte

MITARBEITER

Die Zusammensetzung der MitarbeiterInnen in den unterschiedlichen Bereichen hat sich gegenüber dem Vorjahr nur unwesentlich verändert. Ende 2021 beschäftigten wir anteilig mehr ärztliches und pflegendes Personal sowie MitarbeiterInnen in der Hotellerie. In der Therapie und in der Verwaltung nahm der Prozentsatz hingegen ab.

Im Namen der Klinikleitung bedanken wir uns herzlich bei allen MitarbeiterInnen. Ihnen gebührt grösster Respekt und Dank für ihre überzeugende, in erster Linie den Patientinnen und Patienten und ihren spezifischen Bedürfnissen verpflichteten Behandlungs- und Serviceleistungen.



DAS CLINICUM ALPINUM

Hauswirtschaft

«Das Hauswirtschaftsteam ist tagtäglich im Haus unterwegs. Für die Sauberkeit im Haus benötigen wir täglich im Schnitt 120 Reinigungstücher, 35 Bodenmopps sowie in einem Monat ca. 180 Rollen WC Papier. In der hauseigenen Wäscherei verarbeiten wir durchschnittlich 1.6 Tonnen Wäsche pro Woche – von Patientenkleidern über Frotte und Wellnesswäsche bis hin zu Mitarbeiterkleidung, Duvets und Vorhängen. Der tägliche Reinigungsaufwand für den Wellnessbereich beträgt zwischen 2–3 Stunden. Täglich werden 3-mal die Wasserwerte überprüft. Der Innenpool hat ein Fassungsvermögen von über 100'000 Liter Wasser. Eine Jahresgrundreinigung inklusive der Wartung der gesamten Wellnessanlage dauert knapp 3 Wochen. Für die drei Heizkessel im Clinicum Alpinum benötigten wir letztes Jahr rund 199 Tonnen Pellets.

Das Wohlfühlen der Patienten ist von höchster Priorität. Die Mitarbeitenden der Haustechnik bzw. Hauswirtschaft leisten einen grossen Beitrag zum Erhalt und Gesamterscheinungsbild des Clinicum Alpinum Gaflei. Flexibilität ist hier sehr wichtig, da oft kurzfristige Einsätze anfallen oder spontan umdisponiert werden muss. Durch den tollen Einsatz aller Kolleginnen und Kollegen im Jahr 2021 konnten wir aktiv unseren Teil dazu beitragen.»



Morina Fluter

HEILENDE ARCHITEKTUR

Krank sein verändert vieles – auch die Raumwahrnehmung. Deshalb fördern Gebäude und Räume, in denen die Bedürfnisse von kranken Menschen berücksichtigt werden, den Genesungsprozess. Als erste Fachklinik im deutschsprachigen Raum setzt das Clinicum Alpinum das Konzept der heilenden Architektur in heilender Umgebung konsequent um. Studien belegen, dass die Architektur und Materialisierung einer Klinik Einfluss auf den Genesungsprozess haben. Der Materialkanon reduziert sich deshalb im Wesentlichen auf zwei Materialien: Holz und Stein (Beton). Dies dient der landschaftlichen Integration und befördert eine ruhige und konzentrierte Grundstimmung, die den geeigneten Hintergrund für die verschiedenen Therapiemassnahmen bietet.

Die heilende Architektur des Clinicum Alpinum ist auch baulicher Ausdruck einer Gemeinschaft, für die Besinnung, Tiefsinn und «Wieder-zu-sich-Finden» in einer geborgenen Umgebung wichtige Themen sind. Nicht zuletzt kann die Architektur auch die Sensibilisierung Nichtbetroffener für die Krankheit Depression unterstützen, indem sie sich nach aussen öffnet.

Menschen mit Depressionen brauchen mehr als nur Kontrast zur bisherigen Umgebung. Der Ort Gaflei bietet dieses «Mehr». Das Clinicum steht auf einem natürlichen Plateau in etwa 1500 m ü. M., tal- und bergseits umgeben von steilen Berghängen und Felswänden. Hoch über dem Rheintal mit Blick zum Bodensee gelegen steht es für Licht, Ruhe, Luft und Privatsphäre. Auf diesem «Balkon über dem Rheintal» wurde vor 120 Jahren Liechtensteins erster Kurort gegründet. Auch nachdem 2003 die Hotelnutzung aufgegeben und alle Gebäude abgerissen wurden, stellt der Ort für viele Liechtensteiner ein wichtiges Ausflugsziel dar. In dieser besonderen landschaftlichen Situation fand die Klinik ein ideales Umfeld für die Therapie von Patienten mit Stressfolgeerkrankungen.

Die Architektur des Clinicum Alpinum integriert die umliegende alpine Natur, die Bergluft, das Licht und die Ruhe. Diese Faktoren wirken positiv auf den Biorhythmus sowie die Harmonisierung des Vegetativums und geben sowohl zeitliche als auch räumliche Orientierung. Die baulichen Attribute schaffen Geborgenheit und lassen Räume der Ruhe und der Begegnung entstehen. Rund um unsere Klinik gibt es naturbelassene Gehwege durch Wälder, über offene Wiesen und Weidewiesen. Viele der Therapien finden bewusst draussen statt.

Die Landschaft und die umliegende Natur wurden auch in die Patientenzimmer «hereinge-

holt» – alle Zimmer und Suiten verfügen über eine Loggia. Das Bad wurde bewusst räumlich von der Toilette getrennt und liegt direkt an der Fassade vor einem Panoramafenster. Jedes Gästebad wird somit zur privaten Ruhe- und Entspannungszone, zu einem Ort, an dem die Patienten auch animiert werden, aktiv etwas für die eigene Genesung, für Körper und Geist zu tun.

Die heilende Architektur im Clinicum Alpinum erfüllt auch das Grundbedürfnis des Menschen nach Individualität. Die Räume sind farblich und materiell so gestaltet, dass Patientinnen und Patienten diese in ihren 8 bis 12 Wochen dauernden Therapie- und Genesungsaufenthalten schnell für sich «vereinnahmen» können. Ein gesundheitsförderndes Raumklima ist wichtig: In den Zimmern ist ein Teil der Wände aus Lehm gestaltet. Die lehmverputzten Wände nehmen überschüssige Feuchtigkeit aus der Luft auf und geben sie bei Bedarf an die Umgebung ab. Darüber hinaus neutralisieren Lehmputze unangenehme Gerüche und absorbieren Schadstoffe, Rauch sowie Ausdünstungen nachhaltig. Ein Lehmputz hilft dank seiner hohen Dichte auch, die Elektromogbelastung im Inneren der Klinik zu reduzieren.

Wichtig zu erwähnen ist uns, dass das gesamte Klinikareal auf die Bedürfnisse von Menschen mit einer Gehbehinderung ausgerichtet ist. Alle Therapiebereiche können barrierefrei ohne Zweithilfe befahren werden.



GEOGRAFISCH- POLITISCHE EINBETTUNG – DIE GEMEINDE TRIESENBERG

Christoph Beck

Gemeindevorsteher Triesenberg

Das Clivium Alpinum hat für die Gemeinde Triesenberg und für mich als Vorsteher eine besondere Bedeutung. Bereits in der Planungsphase lernte ich in meiner Funktion das Projekt kennen, sah die geplante Einbettung in die Bergwelt und den schonenden Umgang mit der Umgebung. Der Zweck des Gebäudes war aber auch immer wieder Gegenstand von Diskussio-

nen. Die Betreiber und Mitinhaber Michaela und Marc Risch erklärten mit viel Herzblut, Inbrunst und Enthusiasmus ihre Mission, Menschen mit psychischen Problemen nachhaltig zu helfen. Die architektonischen Details widerspiegeln ihre Erfahrungen und streichen den Zweck des Gebäudes gefühlt in jedem Detail heraus. Sei dies in der Höhe des Gebäudes, der Anordnung des Stiegenhauses oder dem Schwimmbad, welches wie der Rest des Bauwerkes barrierefrei ist. Das ganze Gebäude gibt einem das Gefühl, dass die Privatsphäre immer gewährleistet ist. Der Zweck und die Funktion wurden perfekt vereint und gestaltet.

Im Zusammenhang mit der Klinik höre ich oft das Wort «Tiefsinn» – dies bringt es auf den Punkt. Tiefsinn beschreibt eine grüblerische Haltung oder Geistesverfassung, oft mit der Konnotation trübsinnig/melancholisch und/oder unergründlich oder schwermütig. Vermutlich fühlen sich viele Patientinnen und Patienten so, wenn sie den Weg nach Gaflei antreten, um die professionelle Hilfe dort anzunehmen. Das Wort genauer betrachtet be-

schreibt meiner Meinung nach den tieferen Sinn der Klinik – die tiefgründig überlegte und durch und durch sinnhafte Konstruktion bis ins kleinste Detail – wie auch den tieferen Sinn, gemeinsam mit Architekten, Ärzten, Therapeuten und allen Involvierten den Menschen helfen zu können.

Die Klinik ist ein wichtiger Teil von Triesenberg und dank ihrer schönen Sonnenterrasse auch gern durch Einheimische besucht. Die Institution bietet etliche Arbeitsplätze sowohl für Triesenbergerinnen und Triesenberger als auch für Leute der Umgebung. Aber noch wichtiger ist, dass Menschen geholfen wird, welche diese professionelle Unterstützung brauchen. Und dank der guten Betreuung und Hilfe verlassen diese Menschen, so bin ich überzeugt, Gaflei mit einem positiven Gefühl und guten Gedanken an Triesenberg.

Ich wünsche der Klinik nach der Pandemie alles Gute und bedanke mich für die gute Zusammenarbeit – und noch viel mehr für den guten Dienst an den Menschen.



NACHHALTIGER BETRIEB

Die Klimakrise ist real. Dies ist besonders den Menschen, die in den Bergen wohnen, bewusst. Das Zusammenleben mit Schnee und Felsen war schon immer eine Herausforderung. Heute ist die Situation dramatischer: Wenn im Dezember die Wiesen noch grün sind, der Permafrost auftaut, der Starkregen die Bäche anschwellen lässt, dann gerät die Bergwelt aus den Fugen.

«Oberste Prämisse ist, Häuser zu bauen, die mit der Natur arbeiten, statt gegen sie. Die Kraft der Natur positiv nutzen und diese in die Architektur miteinfließen lassen. Die ökologische Verantwortung ist eine zentrale Messlatte, an der die eingereichten Projekte beurteilt werden.» sagt Constructive Alps Jury-Mitglied Andi Götz

Der so oft bemühte Begriff Nachhaltigkeit engl. «Sustainability» fehlt heute in keinem Jahresreport grosser als auch kleiner Firmen. Er umfasst aber im weiteren Sinne mehrere Aspekte, nämlich sowohl kulturelle, ökologische als auch soziale und ökonomische. Allen Aspekten hat man beim Bau des Clinicum Rechnung getragen.

Ohne auf einen hohen Komfort in der Hotellerie verzichten zu müssen, wird die Klinik mit nachhaltigen Energiesystemen betrieben. Eine autarke Energieversorgung wird durch eine Pelletheizung, Photovoltaik auf dem Dach sowie einer Fäka-Anlage, die die Abwärme des Abwassers nutzt, gewährleistet. Nachhaltigkeit spiegelt sich auch in unserem Umgang mit nachwachsenden Rohstoffen und dem schonenden Einsatz von Chemikalien wider. Auch bei der Wahl unserer Lieferanten, Beschaffungs- und Entsorgungspartner setzen wir auf einen schonungsvollen Umgang mit Ressourcen.

Nicht nur aussen, sondern auch im Innern der Klinik wird besonderer Wert auf nachhaltiges, lokal wachsendes, belastbares Material und eine ökologische Ausgewogenheit gelegt. Durch die Verwendung von Holz, Stein und Lehm wird konsequent auf Naturnähe, Materialehrlichkeit und Nachhaltigkeit gesetzt.

Im Sinne des Erhalts der Biodiversität wurden beim Bau keine Baumfällungen notwendig. Die Weidenutzung wurde nach Erstellung wieder bis ans Gebäude geführt. Der Innenhof ist als Alpingarten mit Farnen und Moosen konzipiert. Um das Gebäude wurden Biotope angelegt, die den örtlichen Tieren Rückzugsort bieten sollen.

Um die ökologische Mobilität zu fördern, unterstützen wir zudem die Nutzung der Busanbindung und die Gründung von Fahrgemeinschaften. Darüber hinaus stehen vier Zimmer für die Unterbringung von Personal zur Verfügung.

Um einen Beitrag zur sozialen Integration und Durchmischung zu leisten, ist die richtige Balance von Öffentlichkeit und Schutz wesentlich: Die Klinik soll ein offenes, durch das öffentliche Restaurant auch für Ausflügler einladendes Haus sein. Berührungängste zu den Themen Depression oder «Burn-Out» sollen abgebaut und eine unverkrampfte Begegnung von Patienten und externen Gästen ermöglicht werden. Gleichzeitig soll der Patient aber den nötigen Schutz und die nötige Diskretion erfahren.

Die Raumplanungs- und Gestaltungskommission Triesenberg begleitete das Clinicum von Anbeginn. Neben der öffentlichen «Gaflei-Stuba» wurde auch ein 24 Stunden zugängliches barrierefreies WC für die öffentliche Nutzung im Erdgeschoss integriert und zeigt unseren offensiven Umgang mit der Erkrankung in der Gesellschaft.

Das gesamte Klinikareal ist auf die Bedürfnisse von Menschen mit einer Gehbehinderung ausgerichtet. Die Nutzung ist auch ohne weitere Hilfe inklusive SPA Bereich möglich. Alle Patientenzimmer sind als Gästezimmer Typ II (geeignet für Menschen mit Gehbehinderung) ausgeführt, zwei davon sind als Gästezimmer Typ I (rollstuhlgerecht) berücksichtigt. Als Begegnungsorte stehen u. a. die Sonnenterrasse, der Innenhof sowie das öffentliche Restaurant zur Verfügung.

Der soziale Faktor des Clinicums als Berggasthof, Raum für Veranstaltungen und für den alpinen Tourismus sowie auch als Arbeitgeber sind uns sehr wichtig. So möchten wir auch bewusst die peripheren Regionen fördern und unterstützen Kooperationen mit lokalen Lieferanten sowie Bauerngruppen für die Gastronomie.

Im weiteren Sinne der ökonomischen Nachhaltigkeit wurden auch die Materialien mit Bedacht gewählt. So wurden die Oberflächen weitestgehend naturbelassen. Als Holz wurde Fichte gewählt, das auf dieser Meereshöhe oberflächlich verbrennt und damit einen dauerhaften, natürlichen und auch wartungsfreien Holzschutz bildet.

Die Fensterflächen sind weitestgehend durch Rücksprünge und Auskragungen vor Witterung geschützt und minimieren die Unterhaltsreinigung. Der Sonnenschutz wurde baulich verwirklicht und erzeugt somit keine Folgekosten. Die Auskragung des oberen Gebäudekörpers gewährleistet einen reduzierten Bedarf an Schneeräumung und ein Freibleiben angrenzender Terrassen und Eingangsbereiche.

Die bereits erwähnten regenerativen Energiequellen gewährleisten einen von (stark vom Marktpreis beherrschten) fossilen Brennstoffen unabhängigen Betrieb.

Das Clinicum Alpinum ist 2022 für den erwähnten Architekturpreis «Constructive Alps» nominiert. Der von der Schweiz und Liechtenstein ausgeschriebene Preis, der aus der «Alpenkonvention» der Alpenländer mit der EU hervorging, zeichnet nachhaltiges, klimabewusstes Bauen und Sanieren im Alpenraum aus. Die international besetzte Jury hat aus den Einreichungen 28 Projekte nominiert, die im Gebiet der 8 Alpenstaaten etwas zur Erreichung des Klimaziels «Netto Null» beitragen.

Im Rahmen des Wettbewerbs, der von der Internationalen Alpenschutzkommission CIPRA begleitet wird, gibt es auch eine Auszeichnung für den «Publikumsfavoriten».

Heizen und Kühlen

Die Wärmeerzeugung für Raumheizung, Lüftungsanlage und Schwimmbad erfolgt über einen Pellet-Heizkessel. Zur Vorwärmung des Warmwassers wird die Abwärme der Kühlzellen genutzt. Um den Wirkungsgrad des Heizkessels zu verbessern, wird ein Abgaswärmetauscher eingesetzt. Die Warmwasseraufbereitung wird zu 100% durch eine Wärmepumpe bereitgestellt. Als Verdampfungsquelle wird die Abwassermenge der Klinik genutzt. Die produzierte Kälte der Wärmepumpe wird für die Gebäude- und EDV Kühlung weiterverwendet. In den Obergeschossen ist die Kühlung durch einen Sonnenschutz gewährleistet.

Pflege

«Besonders freute ich mich, dass unser elfköpfiges Pflegeteam im vergangenen Jahr den Kurs NADA «National Acupuncture Detoxification Association» – ein standardisiertes Verfahren der Akupunkturbehandlung – absolvieren konnte.

Die NADA Ohrakupunktur erleichtert es vielen Menschen, sich zu entspannen, zu beruhigen und die eigene Körperwahrnehmung zu steigern. Akupunktur generell unterstützt die inneren Selbstheilungskräfte und hilft, das Wohlbefinden zu regulieren. Die Behandlung findet in kleinen Gruppen von drei bis maximal fünf Patienten statt. Zu Beginn werden jeweils fünf sehr feine Akupunkturnadeln in beide Ohrmuscheln appliziert, die dann etwa 30 Minuten im Ohr verbleiben, während die Gruppenteilnehmer gemeinsam im Raum entspannen, begleitet durch Entspannungsmusik und unterstützende Düfte der Aromapflege.

Neben der klassischen Ohrakupunktur konnten wir auch speziell für Post-Covid-Patienten Stichpunkte erlernen, die für das Krankheitsbild spezifisch akupunktiert werden. Aber auch für unsere Patienten mit Schlafstörungen erweiterten wir unser Wissen mithilfe des sogenannten «Schlafkranzes», bei dem mit fünf feinen Nadeln am Kopf akupunktiert wird.

Wir haben seither schon viele positive Rückmeldungen von unseren Patienten erhalten und werden auch in Zukunft unser Wissen zum Thema Akupunktur erweitern, um so unseren Patienten begleitend zu den klassischen Behandlungsmethoden weitere Therapiemöglichkeiten anbieten zu können.»



Christina Gstrein

THERAPIE- ANGEBOT

Spezialisierung

Eine personalisierte, an anerkannten Standards orientierte Behandlung der Depression steht für uns im Mittelpunkt aller Therapiebemühungen. Wir konzentrieren uns auf den Diagnosebereich der affektiven Störungen (ICD-10 F3) sowie auf neurotische, belastungs- und somatofome Störungen (ICD-10 F4). Diese Spezialisierung gewährleistet ein professionelles und massgeschneidertes Therapieangebot.

Mutter-Kind Therapie

Die Geburt eines Kindes ist ein freudiges Ereignis. Doch während das Umfeld frohlockt, sieht es in der Seele der Mütter (manchmal auch der Väter) oft anders aus. Denn nicht jede Mutter kann sich uneingeschränkt über ihr Kind freuen – zwischen 10 bis 15 Prozent der Schwangeren und Frauen leiden unter einer psychischen, behandlungsbedürftigen Erkrankung, wie zum Beispiel einer postpartalen Depression beziehungsweise einer Wochenbettdepression. Denn eine Wochenbettdepression ist weit mehr als «Baby Blues». Während «Baby Blues» eine Normalreaktion auf die Aussergewöhnlichkeit der Mutterschaft ist und nach ein paar Tagen wieder verschwindet, bleibt eine postpartale Depression bestehen und die damit verbundenen Symptome sind sehr viel belastender.

Sportpsychiatrie

Leistungsdruck im Spitzensport kann krank machen – in manchen Fällen belasten dieser Druck und zahlreiche weitere Faktoren die Psyche so sehr, dass Sportlerinnen und Sportler professionelle Hilfe benötigen. In ihrer aktiven Laufbahn lernen Sportlerinnen und Sportler, eigene Grenzen zu überwinden, Zeichen der Erschöpfung oder Leistungsgrenzen zu verschieben, auszureizen eventuell auch zu ignorieren. Dieser Zustand kann zur Belastung werden, die nicht mehr ausreichend reguliert werden kann. Man geht davon aus, dass jeder Spitzensportler mindestens einmal in der Karriere den Zustand des Übertrainings und damit verbundene depressive Symptome mit der Gefahr der Entwicklung einer manifesten depressiven Episode erlebt.

Schlafklinik

Durchschnittlich verbringen wir ein Drittel unseres Lebens schlafend. Gut so, denn gesunder und erholsamer Schlaf ist einer der wichtigsten Faktoren für unsere körperliche und psychische Gesundheit. Für einen Grossteil der Bevölkerung machen Schlafstörungen, zumindest zeitweise, die Nacht zur Qual. Studien zeigen, dass ein Drittel der Bevölkerung unter nicht erholsamem Schlaf leidet. Bei rund 10% der Bevölkerung liegen klinisch bedeutsame, behandlungsbedürftige Schlafstörungen vor, die in den meisten Fällen erheblichen Leidensdruck, Stressaktionen und Erschöpfungszustände hervorrufen. Unsere Klinik führt eine eigene Schlafklinik und bietet ein entsprechendes Behandlungsangebot an. Wir freuen uns sehr, ab dem Jahr 2022 den Schlafmediziner Dr. med. Stefan Telser bei uns im Team zu haben.

Post-Covid-Cure

An COVID-akut genesen, aber nicht gesund: Wirklich gesund und komplett ausgeheilt fühlen sich viele Betroffene nach einer überstandenen COVID-19 Erkrankung nicht. Laut Studien und Erfahrungen aus der Praxis leiden mindestens ein Drittel der COVID-Erkrankten an Spätfolgen. Dabei ist weit mehr als die Lunge betroffen. Zahlreiche Untersuchungen zeigen, dass Langzeitfolgen einer Coronainfektion mit einer Vielzahl von Symptomen einhergehen: organische Beschwerden, erheblich verminderte körperliche Leistungsfähigkeit, stark ausgeprägte Müdigkeit (Fatigue), vielerlei Störungen im Bereich des Neurovegetativums, zum Beispiel Konzentrationschwäche, aber auch psychische Leiden wie Depressionen, Angst-, Panik- und Zwangserkrankungen sowie posttraumatische Störungen kommen vor. Oft spricht man hierbei auch vom «Neuro-COVID».

Unsere Klinik bietet zusammen mit erfahrenen Kooperationspartnern aus der somatischen Medizin und der Labormedizin ein individuelles neuro-psychiatrisches Behandlungsangebot für Patientinnen und Patienten, die unter den sogenannten «Post-COVID-Symptomen» leiden.



MEDIZINISCHES PERSONAL

Den Jahresbericht möchten wir auch zum Anlass nehmen, die am Clinicum Alpinum tätigen Ärzte, die unser Therapieangebot umsetzen und den Erfolg der Klinik massgeblich prägen, sowie ihre Fachbereiche vorzustellen.



Dr. med. univ. Lena Filzwieser
Fachärztin für Allgemeinmedizin

Magdalena Filzwieser studierte Humanmedizin an der medizinischen Universität Graz und promovierte 2010. Im Anschluss absolvierte sie ihre Ausbildung zur Fachärztin Allgemeinmedizin in Österreich und der Schweiz. Hier war sie unter anderem an der Rehabilitationsklinik Valens und Walenstadtberg sowie an der Klinik für Kinder und Jugendliche und psychiatrische Klinik der Spital Thurgau AG tätig. Seit 2016 ist Frau Filzwieser in Zweitausbildung zur Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie bei den Psychiatrischen Diensten Thurgau und seit 2020 im Clinicum Alpinum als Fachärztin für Allgemeinmedizin angestellt. Zudem ist Lena Filzwieser Notärztin (ANS).



Dr. med. Marc Risch
Chefarzt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH sowie praktischer Arzt

Dr. med. Marc Risch studierte Humanmedizin in Zürich und Innsbruck und schloss sein Studium in Innsbruck mit einem Doktorat ab. In den weiteren Jahren absolvierte er vertiefende Ausbildungen unter anderen in den Bereichen Krisenintervention, wo er zusammen mit seiner Frau als Ausbilder für das Rote Kreuz tätig war.

Seit 2012 führt der Psychiater seine eigene Praxis in Schaan. Marc Risch war zuvor ein Jahr am Institut für Rechtsmedizin in Basel tätig und 5 Jahre im Bereich Diagnostik und Therapie bei den St. Gallischen Psychiatrie-Diensten Süd.



Dr. med. Michael Holzapfel
Co-Chefarzt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Facharzt (D) für Psychosomatische Medizin

Michael Holzapfel studierte Humanmedizin in Turin (Italien) und Frankfurt. Er promovierte auf dem Gebiet Psychosomatische Medizin und schloss sein Studium mit einem Doktorat ab. Seit 1996 ist Michael Holzapfel als Mediziner in der Schweiz tätig. Nach seiner Assistenzarztstätigkeit war er als Oberarzt u.a. an der Klinik am Zürichberg und am Unispital Zürich bei Prof. Claus Buddeberg tätig.

Anschliessend fungierte er als ärztlicher Leiter des Care Point (C.G. Jung-Institut) in Zürich und baute nebenbei seine eigene Praxis auf. Zuletzt arbeitete Michael Holzapfel als Stv. Klinikleiter für Psychosomatik am Kantonsspital St. Gallen. Seit November 2020 ist Michael Holzapfel Co-Chefarzt des Clinicum Alpinum. Michael Holzapfel lehrt zudem weiterhin als Dozent am Institut für Humanwissenschaftliche Medizin in Zürich.



Dr. med. Wolfram Müssner

Facharzt für Urologie und Chirurgie,
Konsiliararzt

Dr. med. Wolfram Müssner ist Facharzt für Urologie. Er studierte Humanmedizin in Innsbruck und arbeitete anschliessend viele Jahre in den Fachgebieten Gynäkologie und Urologie u.a. im Kantonsspital St. Gallen in Leitender Position. Dr. Müssner war viele Jahre Belegarzt am Liechtensteinischen Landesspital, Präsident der Ärztekammer Liechtenstein sowie Mitinitiator und -gründer der Medicinova Privatklinik.

Heute ist er neben seiner Haupttätigkeit als niedergelassener Urologe in Vaduz als Belegarzt im Kantonalen Spital Grabs und Konsiliararzt für das Clinicum Alpinum im Einsatz. Dr. Müssner ist Mitglied des Verwaltungsrats im Clinicum Alpinum.



Dr. med. Stefan Telser

Facharzt für Psychiatrie und Neurologie,
Somnologe

Stefan Telser absolvierte ein Medizinstudium an der Leopold Franzens Universität Innsbruck und eine Ausbildung zum Facharzt für Neurologie und Psychiatrie an der Universitätsklinik für Psychiatrie, ebenfalls in Innsbruck. Die Vertiefung in Richtung Schlafmedizin erfolgte in einer einjährigen postgraduellen Ausbildung am Institute for Circadian Physiology in Boston, der im Anschluss eine tiefenpsychologisch basierte Psychotherapieausbildung an der Leopold Franzens Universität Innsbruck folgte. Als Ärztlicher Leiter war er im Schlaflabor des Lindenhospitals in Bern, Schweiz, tätig. Stefan Telser hält zudem eine somnologische Zusatzqualifikation der Deutschen und der Schweizer Gesellschaft für Schlafmedizin. Ab 2015 war er ärztlicher Leiter des Psychiatrischen Zentrums Rorschach, Schweiz. Seit Ende 2021 ist er im Clinicum Alpinum für das Schlaflabor verantwortlich und bietet unter anderem Abklärung und Behandlung von Beschwerden des schlechten, nicht erholsamen Schlafes und durch Schläfrigkeit bedingte Fehlleistungen und Befindlichkeitsstörungen am Tage, wobei die diagnostische Abgrenzung der Schlafstörungen von primär psychischen und körperlichen Beschwerden zur Fokussierung der Therapie und gegebenenfalls zur weiteren körperlichen Behandlung durch die entsprechende Fachdisziplin erfolgt.



Christine Biedermann

Leitende Ärztin, Fachärztin für Psychiatrie und
Psychotherapie FMH

Christine Biedermann ist nach ihrem Medizinstudium an der Charité Universitätsmedizin Berlin und ihrer Weiterbildung in kognitiver Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin am Psychologischen Institut der Universität Zürich seit 2014 Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. Während ihrer Facharzt Ausbildung war sie als Assistenzärztin in der Klinik Waldhaus in Chur, am Rehabilitationszentrum Seewis sowie im Psychiatrie-Zentrum Werdenberg-Sarganserland im Einsatz, bevor sie zunächst als Oberärztin an der Klinik Beverin in Cazis und später auch als stellvertretende Chefärztin Spezialpsychiatrie für die Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR) erfolgreich tätig wurde. Seit 2020 ist Christine Biedermann Leitende Ärztin am Clinicum Alpinum in Gaflei und hier aufgrund ihrer ausserordentlichen und langjährigen Erfahrung als oberärztliche Leiterin der Mutter-Kind-Station bei den PDGR speziell für die Entwicklung und den Erfolg der Mutter-Kind-Therapie verantwortlich, welche eine fundamentale Säule im Therapieangebot des Clinicum darstellt. Aufgrund ihrer Weiterbildungszeit im Rehabilitationszentrum Seewis ist sie zudem mit der Bedeutung von Bewegung und Sport in der Prävention und Therapie psychischer Erkrankungen bestens vertraut.

BAUSTEINE EINER GANZ- HEITLICHEN THERAPIE

Unterstützt wurde das ärztliche Personal in 2021 in der sprachbezogenen Therapie von unseren Psychologinnen Antonella Tschann, Noelia Pérez Gonzàles und Alessia Strampella.



Alessia Strampella

Psychologin M. Sc.

Alessia Strampella studierte Psychologie an der Universität in Bern. Ihr Schwerpunkt stellte die klinische Psychologie und Psychotherapie sowie Gesundheitspsychologie dar. Anschliessend nahm sie ihre Tätigkeit in der Klinik Beverin, Psychiatrische Dienste Graubünden, auf. Ihre psychotherapeutische Weiterbildung absolviert sie am Klaus-Grawe-Institut in Zürich, welche einen integrativen und ressourcenorientierten Ansatz verfolgt. Seit November 2021 arbeitet sie als Psychologin im Clivium Alpinum.



Noelia Pérez Gonzalez

Psychologin M. Sc.

Noelia Pérez Gonzalez studierte Psychologie an der Universität Bern mit dem Nebenfach Erziehungswissenschaften und dem Schwerpunkt klinische Psychologie. Danach war sie auf offenen Akutstationen in der Klinik Waldhaus und in der Klinik Beverin der psychiatrischen Dienste Graubünden tätig. Parallel unterstützte sie die allgemeinspsychiatrische Tagesklinik in Thusis. Seit Februar 2020 ist sie im Clivium Alpinum als Psychologin tätig und befindet sich in psychotherapeutischer Weiterbildung am Klaus Grawe Institut in Zürich, mit kognitiv-behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt.

Sprachbezogene Therapieverfahren

Die Sprache vermag die Tiefe und Schwere des psychischen Krankseins oft nicht ausreichend detailliert zu beschreiben. Dennoch bedienen wir uns der Sprache nicht nur im Alltag, auch in den psychotherapeutischen Verfahren sind die systemischen und die interpersonellen, tiefenpsychologischen und kognitiv-verhaltenstherapeutischen Sprachtherapien von grosser Bedeutung.

Wichtig dabei ist es, PatientInnen und deren Therapie-Erfahrungen ins Zentrum zu stellen und stets «Therapieschulen-übergreifend» zu denken und zu handeln. Dem Patienten auch auf sprachlicher Augenhöhe zu begegnen und partnerschaftlich an den sich im Therapieverlauf ändernden therapeutischen Zielen zu arbeiten, stellt ein zentrales Therapiemoment im Clivum Alpinum dar.

Nicht-sprachbezogene Therapieverfahren

Die grosse zweite Säule neben der sprachbezogenen Therapie ist die Nichtsprachbezogene. Sie umfasst im Wesentlichen den Kunst-, Musik- und Bewegungs-therapeutischen Bereich, in dem zehn Therapeuten und zwei Praktikanten im Clivum Alpinum täglich mit den Patienten an ihrer ganzheitlichen Genesung arbeiten und damit unschätzbare Erfolge erzielen. Zur Bedeutung der nichtsprachbezogenen Therapieverfahren in der Behandlung von Menschen mit Depressionen sagt Dr. Risch:

Menschen mit schweren seelischen Erkrankungen tun sich gehäuft schwer im interpersonellen sprachlichen Ausdruck. «Energie», die sich als «Aggression» kristallisiert und sich aufgrund von Sozialisation und Prägung nicht nach Aussen zeigen darf, wird gegen das eigene Ich gerichtet.

Bei diesen PatientInnen ist es hilfreich, therapeutisch die Aggression und die damit verbundene Selbstabwertung über ein nicht sprachbezogenes Medium zu externalisieren, sicht- und/oder hörbar zu machen und so schambehaftete Momente zu reduzieren.

Die ästhetischen Therapieverfahren und die damit verbundenen Ausdruckstherapien bis hin zur Bewegungstherapie sind keine therapeutischen Nebenschauplätze, sondern

zentrale Wirkorte für Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen. In unserer Klinik legen wir besonderen Wert auf die nicht sprachbezogenen, ästhetischen, ausdrucks- und bewegungstherapeutischen sowie erlebnisorientierten Therapieverfahren.

Aus den Rückmeldungen unserer Patientinnen und Patienten lernen wir, dass eben nicht die rein sprachbezogenen Therapieverfahren, sondern die Erfahrung und Inspiration, welche in Kunst, Klang und Bewegung erlebt werden, hilfreich, inspirierend und nachhaltig wirksam sind.

Vor diesem Hintergrund wollen wir trotz der im Rahmen der Corona-Pandemie gesehene Herausforderungen in die nicht-sprachbezogenen Therapien (Abstandsregeln, Maske tragen, etc.) weiter investieren.

Case Management

Psychische Erkrankungen verstehen wir nach dem bio-psycho-sozialen Modell als Beeinträchtigung der Körper-Seele-Einheit mit Auswirkungen auf den ganzen Lebenskontext eines betroffenen Menschen. Daraus leitet sich ein wissenschaftlich-evidenzbasiertes umfassendes Verständnis von Krankheit bzw. Gesundheit mit entsprechenden präventiven, diagnostischen und therapeutischen Massnahmen ab. Diese schliessen neben der körperlichen (biologischen) auch die seelische (psychische und geistige/spirituelle) Dimension sowie das Zusammenleben und Arbeiten (Soziale) mit ein. Arbeitszeit ist Lebenszeit, Arbeitszeit ist Wertschöpfung – sie sollte deshalb behutsam behandelt, ideal ausgestaltet und individuell betrachtet werden – von allen involvierten Seiten. Das Erkennen, Ansprechen und rechtzeitige, unterstützende Eingreifen und Melden erkannter Probleme des Patienten sind notwendig für eine erfolgreiche Begleitung durch den Genesungsprozess.

Wir unterstützen unsere PatientInnen und Patienten bei ihrer beruflichen und sozialen Integration nach der Erkrankung oder Krise. Nur so können sie im Alltag ankommen, am Leben wieder teilnehmen, neue Perspektiven erkennen und Kraft schöpfen. Unser Angebot ist ein integraler Bestandteil des stationären Aufenthaltes. Wir unterstützen bei der beruflichen Beratung, bieten Begleitung bei

der Wiederaufnahme der Erwerbstätigkeit bzw. beim Erhalt des Arbeitsplatzes. Weiters unterstützen wir bei persönlichen und sozialen Fragen (Arbeitsrecht, Sozialversicherungen, Finanzen) und koordinieren bei Bedarf die Unterstützung von verschiedenen Dienstleistungserbringern (Familienhilfe, Schuldenberatung, Spitex etc.) sowie der Angehörigen, um Ziele effizient zu erreichen.

Wir bieten individuelle, zielorientierte Beratung und Begleitung in den Bereichen Job Coaching, Sozialberatung und Case Management an.

Küche und Ernährung

Ein wichtiger Aspekt soll hier nicht vergessen werden. Gesundheit bedeutet sowohl körperliches als auch soziales und seelisches Wohlbefinden. Das Geniessen-Können nimmt dabei eine zentrale Rolle ein, genauso wie der Umgang und die sorgsame, umsichtige und fürsorgliche «Ernährung» des eigenen Körpers. Das Angebot in unserem Gastronomiebereich ist deshalb eine entscheidende Ergänzung zum therapeutischen Konzept und die Fragen «Was tut mir gut? Was ist gesund?» sind dabei zentral. Alle Speisen werden von ausgebildeten, spezialisierten Köchen mit regionalen, saisonalen Zutaten unter Kooperation mit lokalen Lieferanten zubereitet und sind auf ein ganzheitliches «Gesunden» abgestimmt. Kochkurse mit Patienten in Kombination mit Ernährungsberatung durch unsere Therapeuten sollen auch hier nachhaltig wirken, um das Gelernte zu verinnerlichen und auch zuhause weiter umzusetzen. Geführte Kräuterwanderungen bringen die Patienten in Berührung mit dem ‚Feinkostladen‘ Natur und sollen ein Bewusstsein für Vielfalt und Einsatzmöglichkeiten schaffen und schärfen.

Die «Gaflei-Stuba» als öffentlich zugängliches Restaurant setzt das Konzept konsequent um und ist auch ein wichtiges bindendes Element im Austausch zwischen «erkrankten» und «gesunden» Menschen.

IM DIALOG MIT DER ÖFFENTLICHKEIT

Gastronomie

«Trotz Corona konnten wir den 15. August mit Musik und feinem Barbecue feiern – die Gaflei-Stuba war wieder Begegnungsort für Patienten und Gäste!

Wir konnten in 2021 auch wieder diverse Kurse mit unseren Patienten durchführen, die wir der Saison angepasst haben, wie zum Beispiel Backkurse im Frühling, Pesto und Aperokurse im Sommer, Einwecken im Herbst und Gritibänz backen im Winter.

Besonders freut mich die grosse Nachfrage nach unseren Brotbackkursen, dem Kräuterkurs und den Wildkräuterspaziergängen, die ich regelmässig mit den Patienten bei uns auf Gaflei durchführe.

Das Therapieangebot für Post-Covid-Patienten liess uns in unserem Angebot unter anderem verstärkt auf Histamin-arme Kost achten, intern wurden dazu auch wichtige Schulungen durchgeführt.

Im Übrigen hat das Serviceteam im Jahr 2021 504 Kilo feinste Demmel Kaffee-Bohnen nachgefüllt. Für eine Tasse Kaffee benötigt man im Durchschnitt 8 Gramm Kaffee.»



Thomas Marxer

AKTIVER AUSTAUSCH IN PASSIVEN ZEITEN

Im Jahr 2021 konnten trotz anhaltender Covid-19 Pandemie einige Veranstaltungen, Vorträge und Fortbildungen dank Onlineübertragung, Aufzeichnungen und hybriden Lösungen sowie mit ausgeklügelten Schutzkonzepten durchgeführt werden.

Neben privaten Vorträgen für Firmen, Clubs und Vereine haben wir auch einige öffentliche Veranstaltungen durchgeführt, die helfen sollen, Verständnis und Akzeptanz für psychische Krankheiten zu schaffen und die Gesellschaft zu sensibilisieren. Auch für die Zusammenarbeit mit der Weiterbildungseinrichtung Stein Egerta in diesem Kontext möchten wir uns herzlich bedanken.

3. Qualitätszirkel «Post Covid: Genesen, aber nicht gesund» im Mai 2021

Im Mai wurde der 3. Qualitätszirkel zum Thema «Post Covid: Genesen, aber nicht gesund» veranstaltet. Das Thema Long-Covid wurde bislang tabuisiert, lautete der einhellige Tenor. Mit der Veranstaltung wollte daher die Klinik gegensteuern und sowohl die Politik als auch die Öffentlichkeit sensibilisieren: Krankenkassen fehle immer noch der Mut, das Krankheitsbild anzuerkennen und Kosten entsprechend zu decken.

«Alles schläft, einsam wacht...» Gesundheitstag Triesenberg im Juni 2021

Beim jährlichen Gesundheitstag der Gemeinde Triesenberg konnte Marc Risch mit seinem Vortrag zum Thema «Schlaf» Fragen wie «Warum schlafen wir? Lerche oder Eule? Schlafstörungen? Symptome und Ursachen und Wie kann man Schlafstörungen vorbeugen?» beantworten.

Vortrag «Sucht – aktuelle Herausforderungen für unsere Jugend» im September 2021

Im September war Marc Risch zu Gast beim Elternverein Triesen mit einem Vortrag zu «Sucht – aktuelle Herausforderungen für

unsere Jugend». Denn Sucht ist in Zeiten von Corona brisanter denn je. So waren die zentralen Themen des Abends: Wie wirken Suchtmittel und was geht ab in Liechtenstein? Wie erkennt man Suchtmittelkonsum und was können Eltern tun?

4. Qualitätszirkel «Quo vadis Long-Covid?» im Oktober 2021

«Long Covid hat nichts mit «Hysterie» zu tun». So titelte das Volksblatt am Tag nach dem Qualitätszirkel. Denn eine 29-Jährige, die Monate nach einer leichten Covid-19-Erkrankung nicht einmal mehr 200 Meter gehen kann, ohne in Atemnot zu geraten, ist kein Einzelfall, sondern typisch für Long Covid. Diesem Phänomen widmeten sich Experten am 4. Qualitätszirkel am Clinicum Alpinum. Die Covid-19 Pandemie ist nach wie vor beherrschendes Thema und vor allem seine Folgeerscheinungen, an denen gut drei Viertel der Genesenen nach wie vor leiden, veranlassen uns zu der Frage «Quo Vadis Long-Covid?» Seit Beginn des Jahres bietet das Clinicum Alpinum Behandlungen für Long-Covid-Patienten an – man habe sich damit auf eine «Reise ins Unbekannte» begeben, meinte Co-Chefarzt Michael Holzapfel einleitend zu einem Vortragsabend, an dem man den Antworten darauf nachging und sich im Zuge spannende Diskussionen ergaben. Denn noch immer ist vieles im Dunkeln, auch die Experten lernen von Woche zu Woche dazu.

Kamingespräch mit Gian-Marco Schmid «Gimma» im März 2021

We were really proud! Nach dem Kamingespräch mit Marco Büchel im Jahr zuvor war im März letzten Jahres Gian-Marco Schmid aka «Gimma», 40-jähriger Musiker, Rapper und Schriftsteller aus Chur, zu Gast bei uns auf Gaflei. Gimma, der in seinem Leben selbst Erfahrungen mit Psychotherapien gesammelt hat und dem schliesslich die Musik Halt gab, führte mit Patienten und Mitarbeitern einen Workshop zum Thema «Resilienz» durch und las aus seinem sehr persönlichen Buch mit dem Titel «z'Buach vum Scheiterra». Das anschliessende aufschlussreiche Gespräch vor dem Kamin mit Marc Risch haben wir aufgezeichnet, es steht auf youtube zur Ansicht und zum Download bereit.

«Höhenfeier» in Gaflei – höchstgelegenes Kleinstfestival zum Staatsfeiertag 2021!

Nach den vorhergegangenen eher beschaulichen Monaten freuten wir uns, den Staatsfeiertag mit Musik, Essen und demonstrativ guter Laune zu begehen, auf der höchstgelegenen Aussichtsterrasse des Landes mit Blick aufs Liechtensteiner Rheintal und die umliegenden Höhenfeuer. Gaflei ist auch der Ausgangspunkt der Fackelwanderung zum Fürstensteig. Nach dem Abstieg kehrten die Teilnehmer bei uns in der «Gaflei-Stuba» ein.



SPIEGELUNG IN DEN MEDIEN

Auch die Beiträge und die Resonanz in den Medien waren in 2021 auf anhaltend hohem positiven Niveau. Wir danken allen Medienpartnern. Einen Auszug der Artikel finden Sie hier, mehr davon auf unserer Homepage.

Clinicum Alpinum als «Klinik der Zukunft» im Sanitas Health Forecast im Juli 2021

Heilende Materialien aus der Natur, einfache Orientierung und Körperpflege mit Blick in die Berge: Wie ein konsequenter Einbezug von Räumlichkeiten und Natur ins Behandlungskonzept aussehen kann, zeigt das Beispiel des Clinicum Alpinum im Fürstentum Liechtenstein.

Affekterkrankungen. «Disportare vs. Depressio – im Dunkelfeld des Leistungssports» in der Deutschen Sportärztezeitung im September 2021

Nach ihrem Auftaktsieg beim French Open 2021 nahm die japanische Tennisspielerin Naomi Osaka nicht an der beim Turnier verpflichtenden Pressekonferenz teil. Als Begründung gab sie ihren mentalen Gesundheitszustand an, sie selbst sprach von Depressionen. Es «sei ok, nicht ok zu sein», sagte sie dem Time Magazine. Zu den Olympischen Spielen in Tokio meldete sie sich zurück.

«Von der Depression zum Tiefsinn» in der Österreichischen Hausärztl. im Dezember 2021

Einem nicht depressiven Menschen das Wesen einer Depression verständlich zu machen, stellt für Fachleute aus Medizin, Psychologie und Psychotherapie eine Herausforderung dar. Betroffene und ihre oft vergessenen Angehörigen treffen immer wieder auf stereotype Bilder von psychischem Kranksein: Depression als Charakterschwäche, die mit ausreichend grosser Anstrengung überwindbar sein soll, ist nur ein Beispiel, das so nicht stehenbleiben darf. Diese und weitere holzschnittartige Überzeugungen in Bezug auf psychisches Kranksein sind nicht nur falsch, nein, sie sind vor allem stigmatisierend und für Betroffene häufig ein zusätzlicher Treiber, ihr Leid aus Scham im Dunkelfeld zu halten.

«Psychische Nachwirkungen der Pandemie» Interview mit der nzz Neue Zürcher Zeitung im Dezember 2021

Das Coronavirus brachte Veränderungen mit sich, die sich mittlerweile zum festen Bestandteil des Alltags entwickelt haben. Längst zeigen sich die psychischen Nachwirkungen, vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Was hat die Pandemie mit unserer Psyche gemacht? Die nzz Neue Zürcher Zeitung hat bei Dr. Marc Risch am Clinicum nachgefragt.

«Wir haben eine Versorgungslücke» Interview im Vaterland vom März 2021

Ausgebuchte Therapieplätze und der raue Ton in den sozialen Medien: Psychiater Marc Risch spricht über die momentanen Entwicklungen und über die Herausforderungen, vor denen die Gesellschaft in psychischer Hinsicht steht. Dabei beobachtet er einen Anstieg an Anfragen um Therapieplätze und diesbezügliche Versorgungsempässe. Dabei stellt er ausser Frage, dass die Regierungsmassnahmen gerechtfertigt sind.

Post-Covid-Therapie in Liechtenstein Radio Liechtenstein Interview im Mai 2021

Rund 20 Prozent der Menschen, die eine Coronaerkrankung überstanden haben, leiden auch Monate später noch an Spätfolgen. Vor allem, eine enorme Müdigkeit ist eines der Hauptmerkmale. Immer mehr Krankenhäuser bieten Post-Covid-Sprechstunden an. In Liechtenstein ist es das Clinicum Alpinum in Gaflei. Dr. Michael Holzapfel stand Frage und Antwort dazu.

«Demut vor einer Infektion mit Sars-Cov-2 macht Sinn» im Vaterland im Juli 2021

Angst und Unsicherheit angesichts der Lockerungsmassnahmen hält Psychiater Marc Risch für logisch und normal. Die mittlerweile eineinhalb Jahre andauernde Coronapandemie hat das soziale Leben nachhaltig auf den Kopf gestellt – weltweit und damit auch in Liechtenstein. Dabei sind die Auswirkungen der in vielen Ländern in den vergangenen Wochen beschlossenen Lockerungen der einst rigiden Schutzmassnahmen nicht zu übersehen.

«Kurze Gehstrecken werden zur Tortur» im Liechtensteiner Vaterland im Februar 2021

Dass einige an Corona erkrankte Personen von Langzeitfolgen betroffen sind, ist hinlänglich

bekannt. Die Ausmasse dürften dennoch einige überraschen: «Wir wissen, dass rund 40 Prozent nach der zwölften Woche der Infektion noch unter starken Einschränkungen wie Erschöpfung, mangelnde Energie, Antriebslosigkeit, Konzentrationsstörungen und Schwindel leiden», sagt Michael Holzapfel, Co-Chefarzt beim Clinicum Alpinum. Die Klinik in Gaflei bietet seit zwei Wochen eine Post-Covid-Cure für Betroffene an.

«BC 007 lässt Long-Covid-Patienten hoffen» LIEWO im September 2021

Der Nachrichtensender «ntv» vermeldete kürzlich, dass es Ärzten der Augenklinik des Uniklinikums Erlangen gelang, mit dem Wirkstoff BC 007 ein wirksames Medikament zur Heilung der Symptome von Long Covid zu finden. Zwar handelt es sich bei der Mitteilung um eine Einzelfallbeschreibung, dennoch wächst dadurch Hoffnung, SarsCov2 besser zu verstehen.

«Auswirkungen der Pandemie auf die Psyche» Radio Liechtenstein Interview im September 2021

Seit mehr als 1.5 Jahren begleitet uns die Pandemie und das Corona-Virus im täglichen Leben. Doch wie wirkt sich das Thema «Corona-Virus» auf unsere Psyche aus? Das Clinicum Alpinum in Gaflei hat täglich mit Long-Covid Patienten zu tun und kennt die möglichen Folgen des Virus. Marc Risch, Chefarzt und Verwaltungsrat der Clinicum Alpinum in Gaflei, erzählt von seinem Alltag und seinen Erfahrungen rund um das Coronavirus und dessen Auswirkungen.

«Wir laufen im emotionalen Notbetrieb» Vaterland im Januar 2021

Einige benötigen infolge der Coronapandemie professionelle Hilfe, die Wartezeiten für Therapieplätze sind allerdings lang und Psychologen schlagen Alarm. Die Pandemie wirke sich zusehends auf die Psyche aus. Eine Umfrage der Universität Basel zur zweiten Welle zeigt: Der psychische Stress hat im Vergleich zum Frühjahr zugenommen. Der Anteil der Personen mit schweren depressiven Symptomen lag während des Lockdowns im April bei rund 9 Prozent und stieg im November auf 18 Prozent. Gerade junge Leute und Personen, die finanzielle Einbussen hinnehmen und Zukunftsängste ausstehen müssen, sind besonders betroffen. Die Anfragen in Gaflei haben sich mehr als verdoppelt.



STOLZ

«Proud» ist gegenwärtig in aller Munde – auch bei uns. Das letzte Jahr brachte wieder Nominierungen, Auszeichnungen, erfreuliche Erwähnungen und Partnerschaften, die uns zeigten, dass wir auch in herausfordernden Zeiten auf dem richtigen Weg sind. Ein paar davon möchten wir hier erwähnen.

Clinicum Alpinum wiederholt als «familienfreundliches Unternehmen 2021» ausgezeichnet

Letztes Jahr durfte sich Michaela Risch wieder über einen Anerkennungspreis «Familienfreundliches Unternehmen 2021» in der Kategorie mittlere Unternehmen mit 21–250 Mitarbeiter freuen. Die Studie wird von «Great Place to Work» gemeinsam mit dem Fachbereich Chancengleichheit des Amtes für Soziale Dienste der Regierung durchgeführt und insgesamt 51 Organisationen hatten sich für die Studienteilnahme angemeldet. 2270 Mitarbeitende haben bei der Umfrage zwischen Juli und Oktober 2021 ihre Rückmeldungen abgegeben. Unternehmen ab 20 Mitarbeitenden wie das Clonicum Alpinum führten ein Online-Self-Audit zu ihren Aktivitäten und eine Mitarbeitenden-Befragung durch.

Clinicum Alpinum als «Klinik der Zukunft» im Sanitas Health Forecast 2021

Wie bereits weiter oben erwähnt, wurde das Clonicum als einzige ausserschweizerische Institution in den Sanitas Health Forecast 2021 aufgenommen. Die Gesundheit der Zukunft – unter diesem Untertitel erschien der Forecast eines der grössten Schweizer Gesundheitsversicherer. Auf über 400 Seiten werden Antworten aus den Themenbereichen Körper, Geist, Sexualität und Umwelt geliefert.

Wir freuen uns und sehen es als Auszeichnung, als einzige ausserschweizerische Einrichtung

im Buch als «Klinik der Zukunft» im Portrait prominent vertreten zu sein und Teil dieser zukunftsweisenden Bestandsaufnahme sein zu dürfen. Es zeigt und macht uns durchaus stolz, auf dem richtigen Weg zu sein

Zusammenarbeit mit SOS Kinderdorf und Sophie von Liechtenstein Stiftung

Besonders stolz sind wir auch auf die Unterstützung durch das SOS Kinderdorf und die Peter Kaiser Stiftung, ohne deren Engagement eine Mutter-Kind Therapie in dieser Form im Clonicum Alpinum nicht möglich wäre. Grosser Dank gilt auch I.K.H. Erbprinzessin Sophie von Liechtenstein und der von ihr gegründeten Stiftung, die sich der Hilfe und dem Wohle von Frau und Kind verschrieben hat und wichtige Botschafterin ist.

Herausragendes Ergebnis in der Patientenzufriedenheit im schweizweiten Spitäler- und Klinikvergleich ANQ

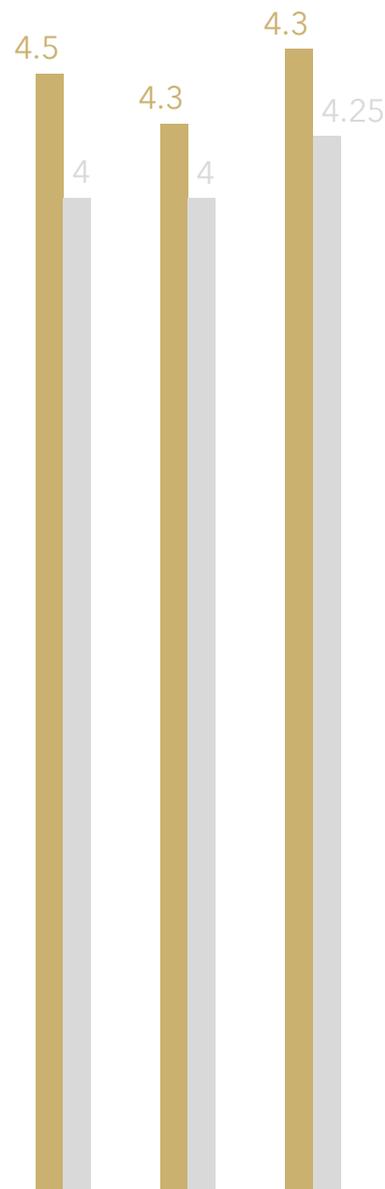
Wie die Auswertung des Nationalen Vereins für Qualitätsentwicklung in Spitälern und Kliniken (kurz ANQ) sowie die Ergebnisse der internen Patientenbefragung für das Jahr 2021 ergab, liegt das Clonicum Alpinum weit über dem Durchschnitt der Schweizer Kliniken. Dabei wurden mit 82 anderen psychiatrischen Einrichtungen 7265 Fragebögen mit je sechs Fragen, auf einer Skala von 1 = nicht zufrieden bis 5 = ausgezeichnet, ausgewertet. Mit einem Durchschnittswert von 4,45 platzierte sich das Clonicum Alpinum im Vergleich zu den anderen Kliniken weit vorne.

Wir können damit auf ein sehr positives Jahr im Bereich der Qualität zurückblicken.

Um unser Angebot und unsere Leistung kontinuierlich zu verbessern, führen wir zudem eine interne Patientenbefragung nach Münstertal durch.

Vor allem folgende Punkte des ANQ Fragebogens gilt es hier zu erwähnen (siehe Grafik).

MITTELWERT DES CLINICUM ALPINUM IM VERGLEICH ZU ANDEREN KLINIKEN



QUALITÄT DER BEHANDLUNG

Durch Fachärzte, spezialisiertes therapeutisches Personal sowie Pflegefachpersonen wird jedem Patienten eine qualitativ wertvolle Behandlung gewährleistet.

MEDIKAMENTE

Durch unsere Apothekerin im Haus werden spezifische Fragen zu Medikamenten schnell und unkompliziert beantwortet.

VORBEREITUNG AUSTRITT

Mit den hausinternen Case Managern werden passende Lösungen für die Zeit nach dem Austritt des Patienten gefunden und vorbereitet.

Diese positive Bewertung spiegelt sich auch in den zahlreichen schönen, lobenden und wertschätzenden Rückmeldungen unserer Patienten wider, die unseren wahren Stolz darstellen! Einen Auszug dürfen wir hier zeigen:

«Von der ersten Minute weg habe ich mich von Euch sensationell betreut gefühlt und über den gesamten Aufenthalt unglaublich wohl gefühlt!»

«Ich danke euch von ganzen Herzen für den liebevollen Umgang, eure Fürsorge, das täglich saubere Zimmer, das leckere Essen, die guten Gespräche und die (eure) wertvolle Zeit, die ihr euch immer für uns genommen habt. Jeder einzelne von euch hat zu meiner Heilung beigetragen und das schätze ich unendlich fest.»

«Von uns geht zwar noch niemand heim, doch gerne wollen wir euch jetzt schon Danke sagen. Danke für die Zeit, die ihr uns schenkt. Danke für die Herzlichkeit, mit der ihr uns begleitet. Danke für das freundliche Lächeln, mit dem ihr uns täglich begegnet. Wir fühlen uns hier sehr geborgen und sind zuversichtlich, in Zukunft den Weg des Glückes gehen zu können.»

«Ich konnte immer wieder mit meinen Anliegen zu Euch kommen und Ihr habt für jedes Problem eine Lösung gefunden.»

«Ein grosses Kompliment an Euch – macht weiter so; es ist nicht selbstverständlich, allen Patienten mit den unterschiedlichsten Bedürfnissen gerecht zu werden.»

«Dank eurer Hilfe konnte ich mich so gut erholen und wiederaufbauen, dass zum Glück einige Long-Covid-Beschwerden teilweise oder sogar vollständig abgeklungen sind. Dadurch darf ich nun wieder eine bessere Lebensqualität geniessen.»

«Heilsam ist das passende Wort, um rückblickend den Klinikaufenthalt bei euch zu beschreiben. Dieses ganzheitliche Wort und diese Erfahrung verdanke ich jedem und jeder von euch... von Therapeuten, Service und Küche, Hauswirtschaft, Case Manager, Leitung, Pflegehelferinnen und -helfer, in der Administration, Organisation und jedem Bereich. Jedes Lächeln, jede Frage, jede Hilfe, Gespräch, jede Pflege und jedes der 1000 offenen Ohren hat meiner Heilung gut getan.»

Patientenadministration

«Die Patientenadministration als zentrale Schnittstelle zu anderen Abteilungen in der Verwaltung ist mit der Organisation, Bearbeitung und Sicherstellung der administrativen Patientenabläufe befasst – von Anfragen zu einem stationären Aufenthalt, über die Kostengutsprache gesuche an die Versicherungen und Planung des Vorgesprächs sowie des Aufenthalts bis hin zum Austritt. So wurden im Jahr 2021 von uns zwei Mitarbeiterinnen rund 1000 Berichtsstücke erfasst, bearbeitet, formatiert und an die gewünschten Empfänger versendet. Rund 60% der Anfragen führen zu einem Eintritt.»



Virginia Vogt

STIFTUNG TIEFSINN

Ende des Jahres, als sich die Ergebnisse der Tarifverhandlungen bereits am Horizont abzeichneten und die coronabedingten Anfragen aber auch Abweisungen zunahmen, reifte die Idee, eine gemeinnützige Stiftung zu gründen, die all jenen helfen sollte, die keine oder unzureichende oder eine zu späte Psychotherapie in Aussicht hatten. Die Planung nahm ihren Lauf und die Eintragung sowie Vorstellung der Stiftung TIEFSINN am Konzert in Triesen erfolgte schliesslich Anfang diesen Jahres.

Die Stiftung TIEFSINN will auf verschiedenen Ebenen einen aktiven Beitrag zur Verbesserung der Situation psychisch erkrankter Menschen und v.a. für die oft vergessenen Angehörigen leisten. Angehörige sind Kinder, aber auch Eltern und Partner von Erkrankten, die oft höchste Stressbelastungen aushalten müssen und im Dunkelfeld der Gesellschaft still leiden. Die Stiftung TIEFSINN will sich aktiv-handelnd zu Mental-Health Themen in den medizinischen und gesellschaftspolitischen Dialog einbringen.

Die Stiftung TIEFSINN will helfen, im deutschsprachigen Raum von einem rein versorgungs- und kostengetriebenen Denken in einen Dialog über «lebensqualitätbereinigte Lebensjahre», auf Englisch «quality adjusted life years», zu kommen. Dies meint, dass wir gesamtgesellschaftlich erreichen müssen, dass die Krankheitsbelastung über die Lebensspanne bei stetig steigender Lebenserwartung nicht zu, sondern abnimmt. Der englische Ausdruck dazu ist die sogenannte «burden of disease». Psychisch erkrankte Menschen und ihr Umfeld leiden besonders – oft im Stillen – aus Angst vor Stigmatisierung und sozialer Exklusion und aus Scham.

Die Stiftung TIEFSINN will die Stimme erheben, laut sein, wo nötig unangenehm sein und gleichzeitig vermitteln, informieren und damit entstigmatisieren – Schritt für Schritt: Geduldig und kraftvoll mit einer Kraft, die Menschen mit psychischer Beeinträchtigung und ihr Umfeld eben nicht mehr aufbringen können.

So steht neben der Einzelfallhilfe, wenn notwendige Behandlungen für Patientinnen und Patienten nicht zugänglich sind, ein übergeordnetes systemisches Ziel. Die Stiftung TIEFSINN will öffentlich sehr aktiv in Erscheinung treten und sich auch der Psychoedukation widmen: Durch Vortragstätigkeiten in einer verständlichen Sprache, durch Fachbeiträge in deutschsprachigen Medien und durch Impulsvorträge internationaler Grössen.

Wieso der Begriff TIEFSINN? Nun: Tiefsinn ist sprachwissenschaftlich eine der positiven Deutungen des Depressionsbegriffs und

unterstreicht unsere Haltung einer positiven Psychologie. Dem tiefsinnig Hinterfragenden eines depressiven Menschen darf nicht mit einer «Anti»-Medizin («Anti»biotika, «Anti»depressiva) entgegengetreten werden. Nein! Der Tiefsinn ist in der Therapie als Wert zu erhalten und durch individualisierte therapeutische Arbeit zu «reframen».

Die Stiftung TIEFSINN setzt sich für Chancengleichheit, Gleichberechtigung und Inklusion psychisch erkrankter Menschen ein und das nicht nur am Tag der Psychischen Gesundheit, sondern 365 Tage im Jahr. Ein weiter Weg!



AUSBLICK

AUSBLICK UND SCHLUSSWORT

Die Pandemie bewältigt bzw. zumindest in unserem Alltag integriert, den OKP Vertrag Psychiatrie erfolgreich abgeschlossen. Den OKP Vertrag Psychosomatik verhandelt und unterzeichnet, die vakanten Stellen besetzt. Die Auslastung wieder auf Vor-Covid Zeiten und die provisorische Betriebsbewilligung durch die definitive Bewilligung ersetzt. Das grenzüberschreitende Pilotprojekt mit dem Kanton St. Gallen lanciert. Die Stiftung TIEFSINN finanziell so gut ausgestattet, dass kein Patient auf einer Warteliste auf einen akut benötigten Behandlungsplatz warten muss. Wir haben erreicht, dass keine Diskussionen über Kostensteigerungen und angebotsinduzierte Mengenausweitung in der psychiatrischen Versorgung mehr geführt werden, sondern der Bedarf und damit der Mensch im Mittelpunkt steht...

Das wäre mal ein Ausblick, den wir uns wünschen würden.

Bis wir all das erreicht haben, werden wir weiterhin unsere Angebote wie die Schlaf-

klirik ausbauen, den neuen Therapieansatz der angesprochenen «Via Therapeutica» implementieren sowie unsere Prozesse und Abläufe definieren, damit wir Ende des Jahres, spätestens Anfang 2023, einem erfolgreichen Audit und infolge der EFQM Zertifizierung entgegensehen können.

Seit Anfang dieses Jahres läuft auch eine Kooperation mit dem Relais & Chateau Mitglied Sonnenhof in Vaduz und seinem Patron Hubertus Real. Unter dem Motto «Das Beste aus zwei Welten» werden im Sinne eines neuen «Nature Wellness and Healing»-Konzepts Synergien geschaffen und die Therapieangebote des Clinicum auch nach Aussen geöffnet.

Im Sinne des ganzheitlichen Therapieansatzes der Via Therapeutica möchten wir unter vielen anderen Punkten auch den individuellen Zugang unserer Patienten zur Kunst und zur Kultur fördern und ausbauen. «Artists in Residence» werden bei uns eine Zeit verbringen, genesen, Energie tanken, vielleicht Neues erarbeiten und ihre Einsichten, ihre Kunst, ihr Schaffen mit uns und unseren Patienten teilen.

Besonders freuen würden wir uns auch über den Gewinn des Europäischen «Constructive Alps»-Preises für alpine Architektur, für den wir dieses Jahr nominiert sind.

Nach Corona und mit neuem Küchenchef möchten wir uns selbst mindestens eine Haube aufsetzen und die «Gaflei-Stuba» wieder öffnen, um alpine Küche auf höherem Niveau auch für externe Gäste anzubieten. Vorerst einen Abend pro Woche, mittelfristig sind mehrere Tage geplant.

An der LIHGA im September sind wir als psychiatrische Vertreterin der Gesundheitseinrichtungen wieder präsent und freuen uns, Sie dort begrüssen zu dürfen.

Trotz Feierlaune – wir werden weiterhin unangenehm sein und die Stimme erheben für all jene, die nicht die Kraft und die Energie haben, es selbst zu tun. Wir werden aufmerksam machen auf Versorgungslücken, wir werden Indikationsgespräche führen, Vorträge halten und das tun, was wir gerne tun und gut können – wir behandeln unsere Patientinnen und Patienten und geben tagtäglich das Beste, weil es das ist was Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen verdienen – NUR DAS BESTE!





Impressum

Clinicum Alpinum

Gafleistrasse 70, 9497 Gaflei

Redaktion: Clincium Alpinum

Fotos: Archiv Clincium Alpinum

Gestaltung: Neuland visuelle Gestaltung, Schaan

Druck: Ostschweiz Druck, Wittenbach

Auflage: 400

Juli 2022