

NATUR UND GESUNDHEIT

2011 FRÜHJAHR

Gesundheit ist des Menschen wichtigstes Gut. «Gesundheit im Appenzellerland» befasst sich mit den Angeboten im Gesundheitswesen hierzulande. Leistungserbringer kommen zu Wort, medizinische Themen finden Platz und Organisationen im Dienste der Gesunden und Kranken stellen sich vor. Diese Ausgabe widmet sich u.a. der Komplementär-Medizin und dem gesunden Körpergewicht.

Departement Gesundheit
und Spitalverbund
Appenzell Ausserrhoden
9100 Herisau

www.spitalverbund.ch



Inhalt

Grusswort Departement Gesundheit	1
Ist unsere Medizin noch natürlich?	3
Aus- und Fortbildung für die Behandlungsqualität von Bedeutung	5
Den Menschen dort helfen, wo sie zu Hause sind	7
TCM und Musiktherapie am Spital Heiden	9
«Hohe Anforderungen für die Zulassung als Heilpraktiker»	10
Den Menschen, nicht die Krankheit behandeln	12
Vom Blutuntersuch über Blutegel bis zum Schröpfen	13
Die Kräuterstube im ehemaligen Hotel Hecht in Teufen	14
Ein konstruktives Miteinander kommt allen Seiten zugute	15
Gesundes Körpergewicht von Kindern und Jugendlichen	16
Eltern und Jugendliche für gesundes Körpergewicht sensibilisieren	17
Massnahmen von der Geburt bis zur Oberstufe	18
Wohnen und Betreuung in drei Häusern in Herisau	21

Impressum

Herausgeber

Departement Gesundheit und
Spitalverbund (SVAR)
Appenzell Ausserrhoden

Redaktion

Jürg Bühler, Kommunikation &
Öffentlichkeitsarbeit, Herisau

Projektleitung & Layout

dialog communication, Teufen

Druck

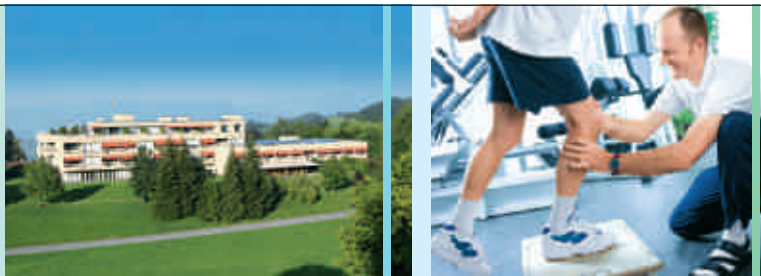
Appenzeller Medienhaus
Druckerei & Verlag, 9100 Herisau

Erscheint in

Appenzeller Zeitung
Anzeigebblatt Gais & Bühler
Der Rheintaler, Gossauer Tagblatt
angrenzende Regionen

Gesamtauflage

40'000 Exemplare
erscheint: Anfang Mai 2011




hirslanden
Klinik Am Rosenberg

Eine rundum gesunde Region liegt uns am Herzen.

Die Klinik Am Rosenberg bietet über 180 Mitarbeitenden und zahlreichen Auszubildenden aus der Region einen sicheren und abwechslungsreichen Arbeitsplatz. Sie alle setzen sich laufend für das Wohlbefinden unserer jährlich über 5600 stationären und ambulanten Patientinnen und Patienten ein. Unsere Stärken liegen vor allem in der Orthopädie, der Wirbelsäulenchirurgie und der Neurochirurgie. Seit über 25 Jahren arbeiten wir zudem mit hoch qualifizierten Fachärzten der Orthopädie am Rosenberg, mit Praxen in St. Gallen, Wil, Widnau und Abtwil, zusammen. So profitieren Sie jederzeit von einer kompetenten und persönlichen Betreuung auf höchstem medizinischem Niveau.

Weil Qualität zählt. Hirslanden Klinik Am Rosenberg, Heiden.

Hirslanden Klinik Am Rosenberg

Postfach
Hasenbühlstrasse 11
CH-9410 Heiden
T +41 71 898 52 52
F +41 71 898 52 77
klinik-amrosenberg@hirslanden.ch

www.hirslanden.ch

GRUSSWORT DEPARTEMENT GESUNDHEIT

Geschätzte Leserinnen und Leser

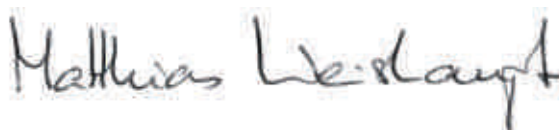
Die freie Heiltätigkeit geniesst in Appenzell Ausserrhoden eine lange und weit über die Kantonsgrenzen bekannte und anerkannte Tradition. Seit 1871 dürfen bei uns Naturheilärzte – Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker, wie sie heute genannt werden – ihre Methoden anwenden. Mit dem total revidierten Gesundheitsgesetz von 2008 hat die Ausserrhoder Bevölkerung diese alte Tradition erneut bejaht und trägt damit der besonderen Struktur der kantonalen Gesundheitsversorgung Sorge.

Im Kanton praktizieren heute rund 230 nicht ärztliche Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker. Hinzu kommt die bedeutende Tradition in der Anwendung von Heilpflanzen und anderen heilenden Stoffen auf natürlicher Basis. Die aktuelle Ausgabe des Gesundheitsmagazins gibt Ihnen einen vielseitigen Einblick in die verschiedenen Angebote und Praktiken der Naturheilkunde.

Die eidgenössische Abstimmung vom 17. Mai 2009 über einen Verfassungsartikel zur Komplementärmedizin hat eindrücklich gezeigt, dass zwei Drittel der Bevölkerung den alternativen Therapieformen ein grosses Vertrauen entgegenbringen. Die Naturheilkunde wird als eine wichtige Ergänzung zur Schulmedizin betrachtet. Ab 2012 können komplementäre Therapieformen wie die anthroposophische Medizin, die klassische Homöopathie, die Neuraltherapie, die Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) und die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) wieder über die Grundversicherung abgerechnet werden. Diese fünf Therapieformen müssen jedoch von schulmedizinisch ausgebildeten Ärztinnen und Ärzten mit einer Zusatzausbildung angeboten werden. Je nach Zusatzversicherung werden bereits heute Behandlungen auch von nicht ärztlichen Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern bezahlt.

Welchen Heilmethoden sollen wir vertrauen? Ich meine, dass die Vielfalt der Therapieformen einen wesentlichen Beitrag zum Gesundsein und Gesundwerden darstellt. Komplementärmedizin und Schulmedizin leisten beide mit ihren je spezifischen Methoden einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung oder Wiederherstellung der Gesundheit.

Dr. Matthias Weishaupt
Regierungsrat



Vorsteher Departement Gesundheit
Appenzell Ausserrhoden



■ Integrierte IT-Lösungen von Agfa HealthCare

360° ORBIS NICE

Die 360° Sichtweise wird bei Agfa HealthCare GROSS geschrieben!

ORBIS von Agfa HealthCare ist das ganzheitliche System zur Steuerung Ihrer Klinikprozesse. Diese einzigartige Applikationslandschaft für das Gesundheitswesen wird heute bereits in 950 Krankenhäusern von über 500.000 Anwendern täglich genutzt. Mit ORBIS sind Sie schon heute auf die Zukunft bestens vorbereitet – hin zu übergreifenden Prozessabläufen mit Blick auf klinische Behandlungspfade, Integrierte Versorgung und die Bildung von Medizinischen Versorgungszentren.

Die 360° Sicht bezieht auch unsere Speziallösungen für Intensivmedizin und Diagnostik (Radiologie, Kardiologie u.a.) mit ein, womit Agfa HealthCare einmal mehr Maßstäbe setzt. Nehmen auch Sie uns beim Wort und lassen Sie ORBIS zum Fundament Ihrer krankenhausweiten Informationslogistik werden. Selbstverständlich mit Integration Ihrer bereits bestehenden IT-Systeme, falls Sie sich von diesen nicht trennen wollen.

ORBIS. Ein System. Eine Philosophie. Ein Gesicht.

www.agfahealthcare.ch

AGFA 
HealthCare



der schweizer



der rheintaler

rhenusana.
die rheintaler krankenkasse



vergleichen sie!

**Über 5% unserer Versicherten wohnen im Appenzellerland.
Und sind zufrieden mit der rhenusana, ihrer Rheintaler
Krankenkasse. Das wird wohl seine Gründe haben.**

Wann kommen Sie zur rhenusana?

Verlangen Sie unverbindlich eine Offerte.

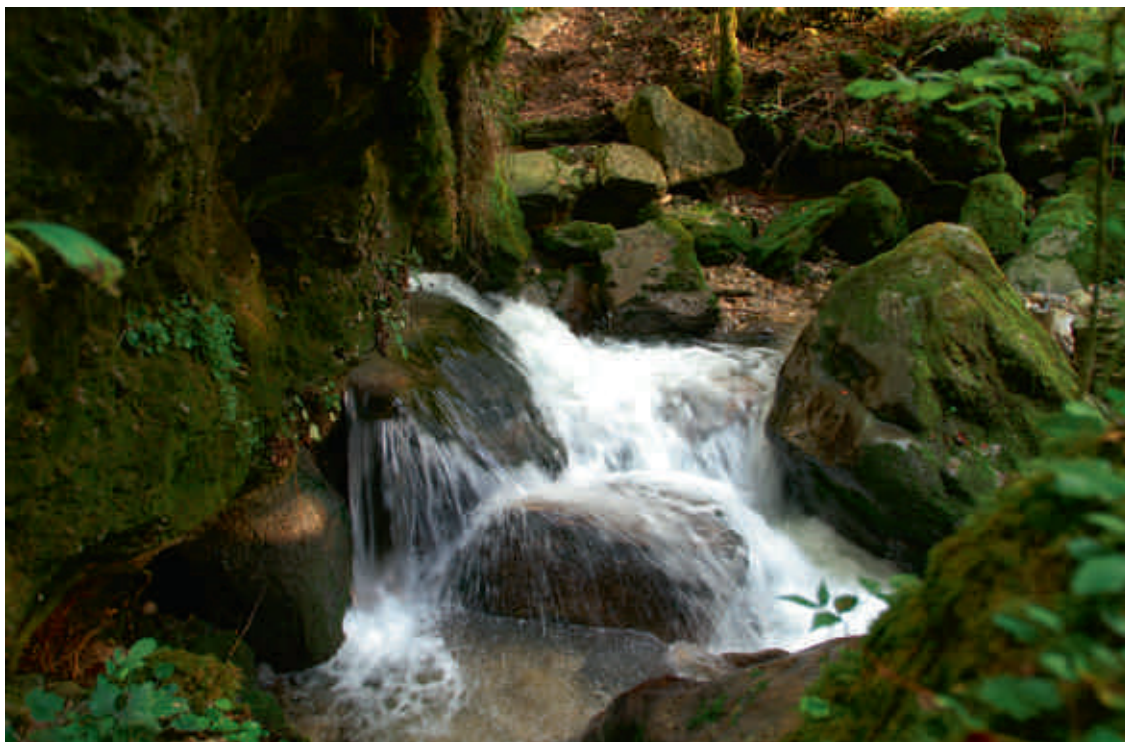
Unsere Preise und Leistungen dürfen sich sehen lassen.

rhenusana · Die Rheintaler Krankenkasse

Heinrich-Wild-Strasse 210 · 9435 Heerbrugg
Telefon 071 727 88 00 · Telefax 071 727 88 99
info@rhenusana.ch · www.rhenusana.ch

IST UNSERE MEDIZIN NOCH NATÜRLICH?

Die Medizin als die Lehre von Vorbeugung, Erkennung und Behandlung von Krankheiten und Verletzungen hat sich innerhalb einer Generation enorm verändert.



Urs Kellenberger
CEO Spitalverbund
Appenzell Ausserrhoden

Zwei Trends sind es vor allem, die unsere Medizin antreiben. Zum Ersten führte die Zunahme des Wissens zu einer Aufgliederung der Medizin in eine wachsende Anzahl von Fachgebieten und Subspezialitäten. Zweitens verändern die Zunahme der Zahl der Ärztinnen und Ärzte sowie die verbesserten technischen Möglichkeiten unser Gesundheitssystem.

In einem Spannungsfeld

Wie entwickelt sich der Spitalverbund Ausserrhoden in diesem Spannungsfeld? «Die Patientinnen und Patienten bestimmen unser Handeln; ihr Wohl steht im Mittelpunkt.» Mit diesem Bekenntnis verpflichtet sich der Spitalverbund in seinem Leitbild zu einer Tätigkeit, die sich an den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten ausrichtet. Dabei ist die persönliche Patienten-Arzt-Beziehung wesentlich. Eine Vielzahl von Beobachtungen und Fakten führt zur Diagnose und in der Folge zur

erfolgreichen Therapie. Sie stützen sich dabei auf Expertenwissen und neue wissenschaftliche Methoden ab. Grenzen setzen die vorhandenen Fachkompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten.

In einem weiteren Leitsatz bekennt sich der Spitalverbund zur Offenheit gegenüber Neuentwicklungen und Veränderungen: «Kreativ gestalten wir unsere Zukunft». Die Empathie gegenüber den Patientinnen und Patienten und die Kreativität zeigen sich in der Offenheit für Neuerungen mit einem ausgewogenen, stimmigen Angebot. In diesem sind neben der naturwissenschaftlichen Schulmedizin auch vereinzelt Leistungen aus dem Bereich der Komplementärmedizin zu finden. In jedem Fall sind sie ärztlich verordnet und als Alternative oder Ergänzung zu verstehen.

Beziehungen im Zentrum

Eine Antwort auf die eingangs gestellte Frage «Ist unsere Medizin noch natürlich?» fällt nicht leicht. Denn schlussendlich entscheiden Sie, in welchem Spital Sie sich gut aufgehoben fühlen und welchem Sie vertrauen. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, trotz der verbesserten technischen Möglichkeiten – ja gerade deswegen – die zentrale Beziehung von Patientinnen und Patienten zu Ärzten und Medizinal- und Pflegefachpersonen ins Zentrum unserer Tätigkeit zu stellen.

Urs Kellenberger

Kunstgriff oder Kunstfehler?

Sprechen Sie mit uns über
versicherbare und
nicht versicherbare Risiken
im Gesundheitswesen.

www.kessler.ch



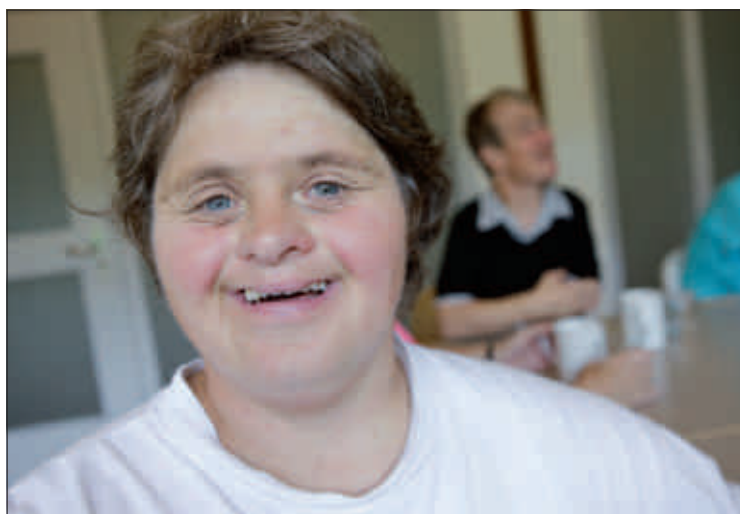
über stock und stein

Maibummel am Do., 12. Mai 2011

Der Lenz ist da! Ziehen Sie die Wanderschuhe an und kommen Sie mit. Wir treffen uns um 12.30 Uhr bei der Linde. Auskünfte und Anmeldungen bitte per Telefon, Fax oder Mail.

Übrigens: Ab sofort werden in der Linde wieder feine Frühlings-spezialitäten gekocht, kommen Sie vorbei und geniessen Sie...

Fam. Hans-Jakob und Julia Lanker • 9053 Teufen
Telefon 071 335 0 737 • Telefax 071 335 0 738
info@hotelzurlinde.ch • www.hotelzurlinde.ch



Besten Dank für Ihre Spende. PC 90-18177-2

WO LEBENSFREUDE WÄCHST

Herzlich willkommen in der Stiftung Waldheim für Erwachsene mit geistiger und mehrfacher Behinderung. In sechs schön gelegenen und modernen Wohnheimen bieten wir 190 Bewohnerinnen und Bewohnern betreute Wohnheimplätze, vielfältige Beschäftigungen und ein breites Freizeitangebot. Ein Lebensraum zum Wohlfühlen, offen für Begegnungen und gastfreundlich. Erleben Sie unsere Welt auf DVD auf unserer Homepage oder bestellen Sie sie unter 071 886 66 19. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



**Eine Heimat
für Behinderte.**
www.stiftung-waldheim.ch

**stiftung
waldheim**

Walzenhausen · Rehetobel · Teufen

www.stiftung-waldheim.ch

AUS- UND FORTBILDUNG FÜR DIE BEHANDLUNGSQUALITÄT VON BEDEUTUNG

Der Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden beschäftigt 1000 Mitarbeitende, mehr als zehn Prozent absolvieren eine Ausbildung in rund einem Dutzend verschiedenen Lehrberufen.



Peter Büsser
Leiter Personaldienst SVAR

Die Tabelle zeigt, wie vielfältig das Angebot an Ausbildungsplätzen in den drei Betrieben des Spitalverbunds ist.

Ständig in Ausbildung SVAR (Standardmodell / pro Jahr)	
Pflegefachleute HF	35
Fachpersonen Gesundheit (FAGE)	35
Rettungssanitäter HF	3
Operationstechnik-Fachleute HF	4
Biomedizinische AnalytikerInnen HF	1
Physiotherapeuten / innen FH im Studium	4
Hebammen FH im Studium	6
Fachpersonen Hauswirtschaft	8
Köche / Köchinnen	14
Kauffrauen / Kaufmänner	3
Medizinische Praxisassistenten MPA	3
Küchenangestellte mit Attest	2
Hauswirtschaftspraktiker mit Attest	2
Total Ständig in Ausbildung	120
Anzahl Personen Pflegepraktikum (lang)	12
Anzahl Personen Pflegepraktikum (kurz)	60
Unterassistentenplätze (Medizinstudenten)	15
Assistenzarztstellen	25
Total Angebot Praktikumsplätze oder Teilnehmer	112
Total Ausbildungs- und Praktikumsplätze	232

Die Liste der Ausbildungsberufe in den drei Betrieben des Spitalverbunds Appenzell Ausserrhoden ist lang: Junge Frauen und Männer holen sich ihr berufliches Rüstzeug in verschiedenen pflegerisch/medizinischen Ausbildungen, in Hausdienst und Küche sowie im kaufmännischen Bereich. «Die Ausbildung junger Menschen ist uns ein grosses Anliegen, denn damit tragen wir dazu bei, dass das Gesundheitswesen auch in Zukunft über gut ausgebildetes Fachpersonal verfügt. Dies ist für die Qualität in den beiden Spitälern Herisau und Heiden wie auch im Psychiatrischen Zentrum Appenzell Ausserrhoden von grösster Bedeutung», sagt Peter Büsser, der im Spitalverbund als Leiter des Personaldienstes auch für die Aus- und Fortbildung verantwortlich ist.

Wichtige Aus- und Fortbildung
Das zahlenmässige Schwergewicht der Auszubildenden liegt im Spitalverbund bei den Fachangestellten Gesundheit (FAGE) und Dipl. Pflegefachleuten HF. In beiden Bereichen sind immer je 35 junge Personen in Ausbildung. Die FAGE-Ausbildung ist ab dem 16. Altersjahr möglich, bei den Pflegefachpersonen HF ist zuvor der Abschluss einer Erstausbildung erforderlich. «Wer bereits mit 16 Jahren in den Pflegeberuf einsteigt, sollte persönlich schon recht gefestigt sein, wird man doch hin und wieder mit schwierigen Situationen konfrontiert», weiss Peter Büsser aus Erfahrung, «wir bieten den jungen Leuten jedoch eine optimale Begleitung während der gesamten Lehrzeit». Die Rekrutierung von jungen Menschen für Pflegeberufe bereitet keine allzu grossen Schwierigkeiten, insbesondere die FAGE-Ausbildung ist gefragt.

Neben der Grundausbildung in den verschiedenen Lehrberufen und HF-Studiengängen (siehe Grafik) bietet der Spitalverbund zudem noch regelmässig für über 100 Personen einen Praktikumsplatz an. Zwei Drittel davon sind kürzere oder längere Pflegepraktika, ein Drittel sind Unterassistentenplätze für Medizinstudentinnen und Medizinstudenten und Stellen für Assistenzärztinnen und Assistenzärzte. Auch die Praktikumsstellen seien sehr wichtig, um auch in diesem Bereich weiterhin gut ausgebildete, motivierte Leute rekrutieren zu können, unterstreicht der Spitalverbund-Personalleiter.

Organisation angepasst
Weil die Bedeutung der Aus- und Fortbildung im Spitalverbund in den letzten Jahren immer grösser geworden ist, ist diese seit Anfang Jahr neu organisiert. Während bis anhin die verschiedenen Bereichsleitungen für die Ausbildung verantwortlich waren, sind die Ausbildungsverantwortlichen jetzt neu zu einem zentralen Team unter der Führung des Leiters Personaldienst formiert worden. «Ziel der Neuorganisation ist es, sämtliche Ausbildungsthemen sowie ein umfassendes internes Fortbildungsprogramm in einem fachkompetenten Team zu koordinieren. Die Teamleitung ist auch zentrale Ansprechperson für alle externen Bildungspartner inner- und ausserhalb des Kantons», umschreibt Peter Büsser die gut angelaufene Neuorganisation des Ausbildungsbereichs.

Öffentliche Arztvorträge

Dienstags, jeweils um 19.30 h im Konferenzraum 2. OG,
Spital Herisau (Dauer ca. 45 Min.)

Im Anschluss an die Vorträge sind die Teilnehmenden jeweils
zu einem Stehapéro mit ReferentIn vor der Cafeteria des Spitals
Herisau eingeladen.

03. Mai 2011

Notfallbauch und Gynäkologie

Frau Dr. med. A. Kratschla, Assistenzärztin
Gynäkologie/Geburtshilfe, Spital Herisau

10. Mai 2011

Bauchschmerzen

Herr Dr. med. C. Büsser, Oberarzt
Innere Medizin, Spital Herisau

24. Mai 2011

Das hyperaktive Kind

Herr Dr. med. S. Mirjanic,
Kinder- und Jugendmedizin, Herisau

31. Mai 2011

Vernetzung «Hausarzt - Spital»

Herr Dr. med. E. Gähler, Hausarzt, Herisau

www.bechtle.ch

In Bechtle steckt mehr, als Sie glauben:
4'800 Mitarbeiter, rund 60 IT-Systemhäuser,
IT-E-Commerce in vielen Ländern und die
intelligente Verzahnung beider Geschäftsfel-
der. Plus Kundennähe, massgeschneiderte
IT-Lösungen, Managed Services, Schulun-
gen... Macht 56'000 zufriedene Kunden.

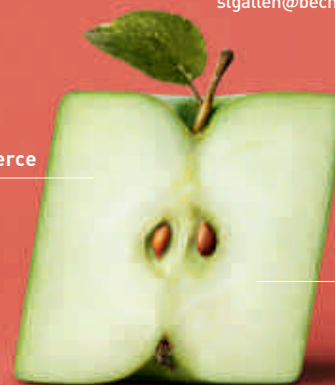
Dazu kommen die Bechtle Werte, die Sie in
der täglichen Zusammenarbeit spüren:
Bodenhaftung, Beharrlichkeit, Zuverlässig-
keit und Begeisterungsfähigkeit. Auch in
St. Gallen.

Ihre bessere IT-Hälfte.

Bechtle St. Gallen AG
Gaiserwaldstrasse 6, CH-9015 St. Gallen
Telefon +41 71 272 62 62
stgallen@bechtle.ch

IT-E-Commerce

IT-Systemhaus &
Managed Services



IT für die Schweiz.

BECHTLE



Unser Ärzteteam

Orthopädie & Traumatologie

- Dr. med. Reto A. Bon
- Dr. med. Marco Brunazzi
- Dr. med. Heiko Durst
- Prof. Dr. med. André Gächter
- Dr. med. Thomas Herren
- Dr. med. Pierre Hofer
- Dr. med. Martin Houweling
- Dr. med. Herbert König
- Dr. med. Peter Mewe
- Dr. med. Manoutch Nakhostin

Neuro-/Wirbelsäulen-Chirurgie

- Dr. med. Aleksandar Popadic
- Dr. med. Ismail Taner
- Prof. Dr. med. Thomas Wallenfäng

Handchirurgie

- Dr. med. Simone Feurer
- Dr. med. Peter Meyer
- Dr. med. Stefan Weindel

Spitzenmedizin rund um den Bewegungsapparat

Rehabilitationsmedizin

- Dr. med. Zdenek Skrzny St.Gallen

Allgemeine Chirurgie

- Dr. med. Emmanuel Bannerman
- Dr. med. Max Fischer
- Dr. med. Kuswara Halim
- Dr. med. Peter Meyer

Gefässkrankheiten (Venenleiden)

- Dr. med. Nikolaus Linde

Plastisch-Kosmetische Chirurgie

- Dr. med. Volker Wedler
- Dr. med. Stefan Weindel
- Dr. med. Dominik Schmid

Gynäkologie

- Dr. med. Elisabeth Leuenberger
- Dr. med. Richard Urscheler

Innere Medizin

- Dr. med. Giovanni Bassanello
- Dr. med. Conrad Eugster
- Dr. med. Christoph Rohrer

Anästhesiologie / Schmerztherapie

- Dr. med. Anita Kohler
- Dr. med. Christian Paulus

Unsere Spezial- Sprechstunden

Orthopädie

- Prof. Dr. med. André Gächter

Neuro-/Wirbelsäulen-Chirurgie

- Dr. med. Aleksandar Popadic
- Prof. Dr. med. Thomas Wallenfäng

Handchirurgie

- Dr. med. Stefan Weindel

Plastisch-Kosmetische Chirurgie

- Dr. med. Volker Wedler
- Dr. med. Stefan Weindel
- Dr. med. Dominik Schmid

Gynäkologie

- Dr. med. Elisabeth Leuenberger
- Dr. med. C. Schumann Berghändler

Dermatologie

- Dr. med. Claudio Cipolat
- Dr. med. Marco Venuti

Traditionelle Chinesische Medizin

- Prof. TCM Chang Qing Liu

DEN MENSCHEN DORT HELFEN, WO SIE ZU HAUSE SIND

Für Axel Weiss, seit Anfang 2011 Chefarzt am Psychiatrischen Zentrum Appenzell Ausserrhoden PZA, müssen neben der stationären Betreuung auch andere Behandlungsangebote weiter entwickelt werden.

Dem neuen Chefarzt Axel Weiss ist das Eingehen auf die Individualität des Einzelnen ein wichtiges Anliegen.



Das Psychiatrische Zentrum Appenzell Ausserrhoden ist ein familiärer Ort, an dem die Menschen sich aufgehoben fühlen können. «Engagierte Pflegefachleute und Therapeuten sind als Personen greifbar, sie treten mit den Patientinnen und Patienten in Beziehung; der persönliche Umgang und kleine Stationen tragen dazu bei, dass sich Patienten wahrgenommen fühlen und in seelischen Notlagen Schutz und Hilfe finden», sagt Axel Weiss.

Auf dem Weg ins Dorf

Im PZA wird auf jede einzelne Patientin, jeden einzelnen Patienten geschaut; die Behandlung erfolgt auf der Grundlage der aktuellen Kenntnisse der Medizin und ist auf individuelle Bedürfnisse zugeschnitten. Diese Individualität und Menschlichkeit zeichnen das PZA aus und haben Tradition in Herisau, unterstreicht Axel Weiss. Auch wenn Pflege und Behandlung noch so gut sind, ist er sich bewusst: «Die meisten Menschen wollen – gerade auch, wenn sie in seelischer Not sind – nicht von zu Hause fort, sich nicht von ihren Angehörigen trennen müssen.» Den Menschen dort zu helfen, wo sie leben, «bi de Lüt» zu sein, sei die Herausforderung der kommenden Jahre. Es gelte, die Hilfe zu den Menschen zu bringen. Die Psychiatrie sei «auf dem Weg ins Dorf».

Massgeschneiderte Lösungen

Zum schon Bestehenden werden andere Angebote der Behandlung hinzukommen. Appenzell Ausserrhoden mit seinen gewachsenen und geographischen Besonderheiten brauche – wie die Menschen, die hier leben – massgeschneiderte Lösungen, ist Axel Weiss überzeugt. «Das neue Psychiatriekonzept, das in Ausserrhoden beraten wird, wird die Grundlinien aufzeigen. Aufsuchende Hilfen werden dabei eine grosse Rolle spielen.» Psychische Krankheit könne jedoch so schwer sein, dass es die «Intensivpflegestation für die Seele» brauche. Manchmal belasteten Menschen in einer schweren Krise sich und ihre Nächsten so sehr, dass eine Pause voneinander wohltuend und heilsam sei. Das Psychiatrische Zentrum werde deshalb auch weiterhin gebraucht.

Der neue Chefarzt

Axel Weiss hat das Medizinstudium in Köln absolviert und dort die Approbation als Arzt erlangt. Er bildete sich zum Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie weiter und verfügt über die deutsche wie auch die schweizerische Facharzt-Anerkennung. Nach langjähriger Tätigkeit als Oberarzt in Deutschland nahm Axel Weiss im Juli 2008 die Tätigkeit als Oberarzt an der Krisenstation des Psychiatrischen Zentrums St.Gallen auf. Parallel dazu absolvierte er ein Masterstudium Hospital Management (MaHM) an der Universität Kiel. Am 1. Januar 2010 übernahm Axel Weiss die Aufgabe als Leitender Arzt des Sozialpsychiatrischen Dienstes am PZA in Herisau. Als Chefarzt des PZA ist Axel Weiss auch Mitglied der Geschäftsleitung des Spitalverbundes Appenzell Ausserrhoden. Er ist 50 Jahre alt, verheiratet, Vater von zwei Kindern und wohnt in Gais.



IHRE KLINIK FÜR NEUROLOGISCHE UND ORTHOPÄDISCHE REHABILITATION

- Ganzheitliches Behandlungs- und Rehabilitationskonzept
- Individuelle Betreuung und Therapie
- Offen für alle Versicherten
- Regelmässig hohe Zufriedenheitswerte bei Patientenbefragungen
- Wunderschöne Lage über dem Bodensee

www.rheinburg.ch

Rheinburg-Klinik AG, 9428 Walzenhausen, Telefon 071 886 11 11

Hotel Heiden
Gesundheit Wellness Erholung Seminare

Well & See Spa



Geniessen Sie im Well & See Spa auf 1000 m² die neue grosszügige Saunalandschaft und den prickelnden Whirlpool unter freiem Himmel.

Und danach empfehlen wir Ihnen im Gault-Millau-Restaurant «Bö's» verschiedene kulinarische Köstlichkeiten, die täglich marktfresh für Sie zubereitet werden.

Herzlich willkommen in der Idylle hoch über dem Bodensee!

Hotel Heiden Seeallee 8 CH-9410 Heiden T +41 (0)71 898 15 15
info@hotelheiden.ch www.hotelheiden.ch

Pflegebetten

Bade-/Duschhilfen

Gehhilfen

Rollstühle

Elektroscooter

Umlagerungshilfen

Unser Name steht für ein
abgerundetes Programm
im Rehabilitations- und
Pflegebereich.

naropa reha
für ihr wohlfinden



Naropa Reha AG, Signalstrasse 12, 9401 Rorschach, T +41 (0)71 845 24 04, www.naropa-reha.ch

TCM UND MUSIKTHERAPIE AM SPITAL HEIDEN

Im Spital Heiden wird das Miteinander von Schulmedizin und Komplementärmedizin seit Jahren gelebt. Die Traditionelle Chinesische Medizin und die Musiktherapie werden allseits geschätzt.

Im Dunant-Haus steht für die Musiktherapie ein Zimmer mit verschiedenen Instrumenten zur Verfügung.



Othmar Kehl
Chefarzt Medizin
Spital Heiden

Dem Chefarzt Medizin am Spital Heiden, Othmar Kehl, ist die Komplementärmedizin seit jeher ein ernsthaftes Anliegen. «Alternative Heilmethoden haben mich schon immer interessiert, weil es ein Miteinander und nicht ein Entweder-oder sein soll», sagt er. Als Arzt am Albert-Schweitzer-Spital in Lambarene, Gabun, hatte er vor vielen Jahren bereits Kontakt mit lokalen Heilerinnen und Heilern. Im Rahmen seiner Möglichkeiten hat Othmar Kehl auch die Bestrebungen des nach wenigen Jahren wieder eingegangenen Instituts für eine vermehrte Zusammenarbeit von Schulmedizin und Komplementärmedizin unterstützt. Dass gerade am Spital Heiden die Komplementärmedizin einen festen Platz hat, sieht Othmar Kehl auch in der Übersichtlichkeit des Spitals begründet, «wir können alternative Methoden wohl besser integrieren, weil wir beweglicher handeln können.»

Chinesische Medizin

Seit mehr als 15 Jahren werden am Spital Heiden Patientinnen und Patienten mit Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) behandelt. Der heute von Carmen Kletschke geleitete Bereich geht auf die Initiative von Gabi Nowak zurück, früher Leitende Ärztin Gynäkologie im Spital Heiden, welche ihre Patientinnen auch nach den Methoden der TCM behandelte. Als Gabi Nowak eine eigene Praxis in Heiden eröffnete, war es den Verantwortlichen ein Anliegen, das Angebot in Traditioneller Chinesischer Medizin weiterzuführen. «Dieser Zweig der Komplementärmedizin ist bis heute bei den Patientinnen und Patienten gefragt und aus dem Spital nicht mehr wegzudenken», unterstreicht Othmar Kehl.

Zimmer für Musiktherapie

Ebenfalls dem weiten Feld der Komplementärmedizin zuzurechnen ist die Musiktherapie, welche im Spital Heiden nach einem mehrmonatigen Unterbruch wieder angeboten wird. Der Heidler Stefan Wigger bot die Musiktherapie im Spital und im nahen Betreuungszentrum von 1996 bis zu seiner Pensionierung Anfang 2010 an. Othmar Kehl ist sehr erfreut, dass seit Februar dieses Jahres dem Spital Heiden mit Andreas Vuissa ein ausgebildeter Musiktherapeut zur Verfügung steht, der im Dunant-Haus zudem über einen entsprechend eingerichteten Raum verfügt. «Die Musiktherapie kann begleitend zur medizinischen Behandlung eingesetzt werden oder hilft bei der Verarbeitung von schwierigen Diagnosen», erklärt der Chefarzt Medizin.

«HOHE ANFORDERUNGEN FÜR DIE ZULASSU

Christian U. Vogel, Präsident der Naturärzte Vereinigung der Schweiz, zu den Aufgaben des Verbandes und zu der heutigen Situation der Heilpraktiker in Appenzell Ausserrhoden.



Christian U. Vogel präsidiert den mitgliederstärksten Verband der Komplementär- und Alternativmedizin

Die Naturärzte Vereinigung der Schweiz (NVS) mit Sitz in Herisau ist mit rund 3000 Mitgliedern der grösste Zusammenschluss der Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker in der Schweiz, rund 180 NVS-Mitglieder praktizieren in Appenzell Ausserrhoden. Die Naturärzte Vereinigung ist an der Schule für angewandte Naturheilkunde in St.Gallen und Zürich beteiligt. Der NVS-Präsident Christian U. Vogel führt die Geschäftsstelle des Verbandes in Herisau und wohnt in Rehetobel.

Naturärzte Vereinigung
der Schweiz NVS
Schützenstrasse 42
9100 Herisau

www.naturaerzte.ch

Telefon +41 71 352 58 80
Fax +41 71 352 58 81
mail nvs@naturaerzte.ch

Welches sind die Aufgaben der Naturärzte Vereinigung der Schweiz?

Christian U. Vogel: Wir haben zu unserem 90. Geburtstag im letzten Jahr drei Schwerpunkte als Richtschnur formuliert: Politik, Dienstleistungen und Gemeinschaft. Politik heisst Engagement in allen berufspolitischen Prozessen. Von der Schaffung je eines Berufes in Alternativmedizin (Naturheilkunde) und in Komplementärtherapie über kantonale und eidgenössische Reglementierungen bis zu den komplexen Vorgängen in der EU.

Dienstleistungen für seine Mitglieder zu erbringen, ist heute eine Selbstverständlichkeit für einen funktionierenden Verband, von massgeschneiderten Versicherungslösungen über verschiedenste Vergünstigungen bis zu unseren Angeboten an Information und Unterstützung, die sowohl der Gesamtheit der Mit-

glieder als auch dem einzelnen Mitglied und Aussenstehenden zur Verfügung stehen.

Gemeinschaft heisst, dass sich unsere Mitglieder in ihrem Verband daheim fühlen sollen, durch eine gute Kommunikation zwischen Basis und Verbandsführung, durch die Vernetzung der Mitglieder an unseren regelmässigen Info-Veranstaltungen in der ganzen Schweiz, durch Fach- und Regionalgruppen. Und natürlich indem wir daran arbeiten, der Marke NVS in der Öffentlichkeit Bekanntheit und Anerkennung zu verschaffen.

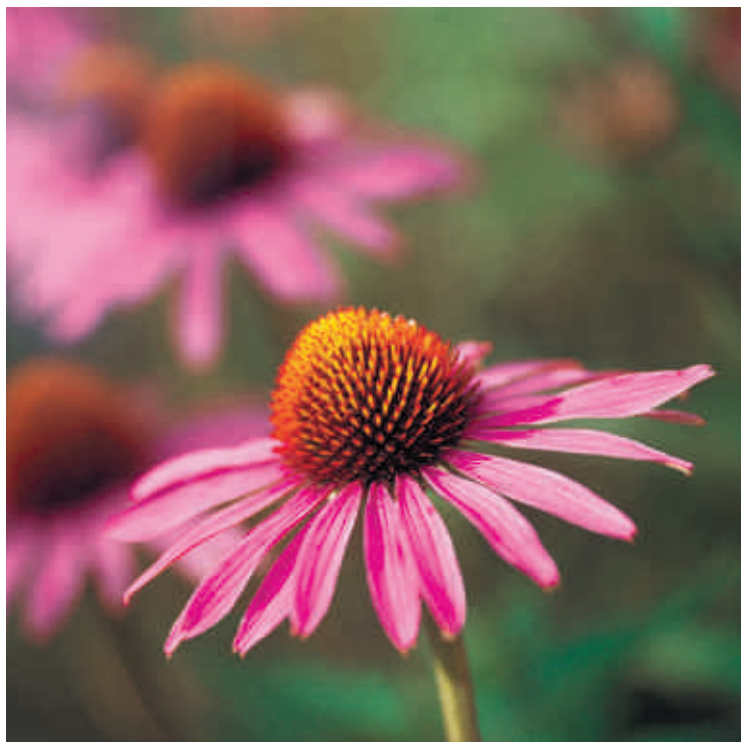
Wie hat sich die Situation der Heilpraktiker in Appenzell Ausserrhoden in den letzten Jahren entwickelt und wie beurteilen Sie deren nähere Zukunft?

Während früher Appenzell Ausserrhoden als Naturheiler-Paradies galt, weil hier jede und jeder einfach eine Praxis eröffnen konnte, ist die Reglemen-

tierung im Laufe der Jahrzehnte immer straffer geworden. Wer sich heute als Heilpraktikerin oder Therapeut hier niederlassen will, muss eine modern konzipierte, anspruchsvolle Prüfung bestehen. Dies wird auch für die Diplomierten der kommenden, neuen Berufe gelten. Dadurch wird Appenzell Ausserrhoden zu einem Kanton mit sehr hohen Anforderungen für die Zulassung werden. Ist die Hürde aber einmal genommen, bietet der Kanton dank seiner Tradition auch in Zukunft die besten Arbeitsbedingungen und das förderlichste Umfeld für uns Therapeutinnen und Therapeuten.

Welches sind die aktuellen Probleme für die Heilpraktiker in Appenzell Ausserrhoden, aber auch in der Schweiz?

Vor allem sind wir nach wie vor den oft schwer nachvollziehbaren Entscheiden von Registrierungsstellen und Krankenkassen ausgeliefert, die uns gegenüber klar am



längeren Hebel sitzen. Hier hoffen wir, mit der kommenden eidgenössischen Berufsankennung das Gewicht etwas verschieben zu können.

Nach wie vor erfindet aber auch jeder Kanton eigene Regeln für uns, in einem Spektrum, das vom völligen Verbot bis zur totalen Freigabe reicht. Nach wie vor ist in fast allen Kantonen der Zugang zu den für unsere Therapien notwendigen Heilmitteln sehr stark eingeschränkt. Nach wie vor werden wir und unsere Anliegen von den Behörden nicht wirklich ernst genommen. Ausserhoden und seine Gesundheitsdirektion bilden hier eine rühmliche Ausnahme, auch wenn wir uns oft noch mehr Zusammenarbeit vorstellen könnten, z.B. im Bereich der Prävention oder bei der Durchführung einer Informationskampagne über die naturheilkundlichen Hausmittel.

Was ändert sich, wenn, wie angestrebt, die Arbeit des Heilpraktikers als Beruf eidgenössisch anerkannt wird?

Mit einer Höheren Fachprüfung haben wir einen eidgenössisch und international anerkannten Abschluss auf Tertiärstufe, der von den dafür zuständigen Berufsverbänden erarbeitet wurde und von diesen kontrolliert und weiterentwickelt wird. Ein anerkannter Beruf gibt uns eine klare Identität, einen Ort und einen Status innerhalb des Gesundheitswesens und innerhalb der Gesellschaft. Er wird zum allgemein anerkannten Qualitäts-Standard werden. Für die jetzt schon Praktizierenden werden selbstverständlich Gleichwertigkeitsnachweise und Übergangsfristen geschaffen, damit auch sie die Möglichkeit haben, die geplante Höhere Fachprüfung abzulegen. Und für die kantonale Zulassung – die ja keine Berufsprüfung ist – wird sicher eine Besitzstandswahrung gelten.

Hat sich die Situation der Naturärzte mit dem Ja der Stimmberechtigten zur Komplementärmedizin verändert?

Schon die ersten Kommentare zum Abstimmungsergebnis machten klar, dass sich eigentlich nichts geändert hat. Wer vorher dafür war, ist immer noch dafür, wer dagegen war, ist immer noch dagegen. Was wir seither an Attacken und Glaubenskriegen gegen die Komplementär- und Alternativmedizin erleben, ist zumindest teilweise eine Reaktion auf das sehr klare Votum des Schweizer Volkes. Wie die provisorische Aufnahme der fünf Fachrichtungen der ärztlichen Komplementärmedizin in die Grundversicherung zeigt, ist aber ein politischer Druck entstanden, der nicht mehr negiert werden kann. Und auch für unsere lange blockierte Berufsreglementierung läuft seit der Abstimmung die Zusammenarbeit mit dem zuständigen Bundesamt sehr gut.

Der Prävention im Gesundheitsbereich kommt eine immer grössere Bedeutung zu. Was kann die Naturheilkunde in diesem Bereich tun, bzw. was tut sie bereits?

Die Naturheilkunde geht immer davon aus, das Gesunde im Menschen, also seine Ressourcen zu fördern und stärken. Es wird nicht gegen etwas gekämpft – gegen Viren oder «den Krebs» –, sondern der ganze Mensch als psychisches, physisches und soziales Wesen wird in die Behandlung miteinbezogen. Darum fördern die Naturheilkunde und die Komplementärtherapie schon von ihrem Ansatz her die Selbstverantwortung und die Selbstwahrnehmung und wirken dadurch immer auch präventiv.



DEN MENSCHEN, NICHT DIE KRANKHEIT BEHANDELN

Der Herisauer Heilpraktiker Gregor Schraner ist von der Wirksamkeit der homöopathischen Behandlung, insbesondere auch bei chronischen Leiden, überzeugt.



Gregor Schraner vor seinem Schrank mit gegen 1000 homöopathischen Heilmitteln.

Der Raum, in dem Gregor Schraner in Herisau seine Patientinnen und Patienten empfängt, ist schlicht eingerichtet, kaum etwas lenkt vom Gespräch ab. In der Mitte ein Pult, drei Stühle und an der Wand ein alter Holzschrank, in dem hunderte von homöopathischen Heilmitteln lagern. Nach der Ausbildung zum Heilpraktiker sei er der Homöopathie anfänglich zwar noch eher skeptisch gegenüber gestanden, erzählt er, «heute bin ich aber von der heilenden Wirkung der klassischen Homöopathie überzeugt. Rund 80 Prozent meiner Patienten werden ausschliesslich homöopathisch behandelt.»

Ganzheitliche Betrachtung

«In der Homöopathie wird nicht primär die Krankheit behandelt, sondern der Mensch ganzheitlich betrachtet», sagt Heilpraktiker Gregor Schraner zu seinem Fachgebiet. Die Fallaufnahme und ein ausführliches Gespräch, nicht nur

über die Krankheitssymptome, stehen am Anfang jeder Behandlung. Der Homöopath gewichtet dann die einzelnen Symptome und verschafft sich so einen Gesamteindruck seines Patienten oder seiner Patientin. Aufgrund dieser Analyse erfolgt dann die medikamentöse Behandlung mit homöopathischen Heilmitteln. Es gibt davon rund 5000, etwa 1000 davon hat Gregor Schraner am Lager, alle übrigen kann er innert kürzester Zeit beschaffen. «Die Mittel der Homöopathie kommen insbesondere bei chronischen Leiden zur Anwendung und sowohl bei körperlichen als auch seelischen Beschwerden», sagt Gregor Schraner und betont, dass er in seiner Praxis nicht primär Krankheiten, sondern Menschen behandeln würde.

Erfahrung und medizinisches Wissen

Damit eine homöopathische Behandlung Aussicht auf Erfolg

verspricht, braucht der Heilpraktiker ein breites medizinisches Wissen und eine grosse Erfahrung. Gregor Schraner hat von 1994 bis 1997 die Ausbildung an der NVS-Schule in Herisau absolviert und nach der erfolgreichen Prüfung als kantonal approbierter Heilpraktiker im Jahre 1998 in Herisau seine eigene Praxis eröffnet. Eine stete Weiterbildung sei unabdingbar, weiss der Heilpraktiker.

Gregor Schraner ist die Zusammenarbeit mit der Schulmedizin und insbesondere mit den Hausärzten wichtig und auch ein berufspolitisches Anliegen. Ein Netzwerk zwischen Schulmedizinern und Naturärzten als gleichberechtigte und qualifizierte Gesundheitsfachleute muss nach Meinung von Gregor Schraner aufgebaut werden. Die Zusammenarbeit funktioniere in Appenzell Ausserrhoden zwar schon, aber es wäre noch mehr möglich. «Ausserrhoden könnte in dieser

Hinsicht eine Pionierrolle übernehmen, sind im kantonalen Gesundheitsgesetz doch die Grundlagen dafür geschaffen worden», ist der Heilpraktiker überzeugt.

Der VAHAR

Die Vereinigung aktiver Heilpraktiker im Kanton Appenzell Ausserrhoden (VAHAR) setzt sich für die Anerkennung im Sinne der Gleichwertigkeit von Schulmedizin und Naturheilkunde bei Behörden, Ämtern und in der Bevölkerung in Appenzell Ausserrhoden ein. Ein Anliegen ist der Vereinigung auch die Förderung und Zusammenarbeit von Schul- und Komplementärmedizin sowie der kollegiale Austausch unter den Heilpraktikern mit dem Ziel, als Berufsgruppe gemeinsam aufzutreten und wahrgenommen zu werden.

VOM BLUTUNTERSUCH ÜBER BLUTEGEL BIS ZUM SCHRÖPFEN

Gaby Bannholzer beschäftigt in ihrer Praxis in Herisau drei Mitarbeitende und kann dadurch eine Vielzahl von naturärztlichen Therapien und Behandlungen anbieten.

*Gaby Bannholzer
beim Blutuntersuch im
Dunkelfeldmikroskop in ihrer
«Ganzheitlichen Praxis»*



Der Firmenname «Ganzheitliche Praxis» unterstreicht es, Gaby Bannholzer bietet in ihrer Praxis in Herisau ein breites Spektrum von Behandlungen und Therapien im Bereich der Komplementärmedizin an. Das ist möglich, weil zwei Mitarbeiterinnen und der Mitarbeiter ebenfalls über die erforderlichen Ausbildungen verfügen und in unterschiedlichen Fachgebieten kompetent sind. Die kant. approbierte Heilpraktikerin Gaby Bannholzer, sie ist die medizinisch Verantwortliche für die Praxis, hat diese im Jahre 1993 als Einframbetrieb eröffnet. «Mich fasziniert es, die Ursachen für gesundheitliche Beschwerden zu analysieren, denn nichts geschieht im Körper grundlos. Ich will herausfinden, was falsch läuft, und das Problem angehen», sagt sie zu ihrer Motivation.

Was die Zusammenarbeit mit der Schulmedizin angeht, wünscht sich Gaby Bannholzer diese noch vermehrt, «aber es ist nicht immer im gewünschten Mass möglich.» Um die Ursachen für gesundheitliche Störungen herauszufinden und zum Wohle des Menschen anzugehen, brauche es die Zusammenarbeit, ist die Heilpraktikerin überzeugt.

Als Erstes ein Blutuntersuch

Wer sich bei Gaby Bannholzer zur Behandlung anmeldet, erhält vor der ersten Konsultation einen Fragebogen zu seinem gesundheitlichen Zustand und zum Allgemeinbefinden. «Die Antworten geben mir schon im Voraus einen ersten Eindruck von der Patientin oder vom Patienten», sagt die Naturärztin. In der Praxis macht sie dann einen Blutuntersuch im Dunkelfeldmikroskop, mit dem das innere Milieu des Blutes analysiert wird. Gaby Bannholzer erhält dadurch auch Aufschluss über allfällige gesundheitliche Beeinträchtigungen und das Entwicklungsstadium von Bakterien, Viren, Pilzen und Parasiten. Je nach Ergebnis der Untersuchungen – begleitet vom vertiefenden Gespräch – werden dann die erforderlichen Behandlungen besprochen und in die Wege geleitet.

Breites Behandlungsangebot

Das Angebot an Untersuchungsmethoden sowie Behandlungen und Therapien ist in der «Ganzheitlichen Praxis» sehr breit und reicht vom bereits erwähnten Blutuntersuch über Massagen zu Darmspülungen und zur Akkupunktur und Homöopathie bis hin zur Fussreflexzonenmassage und zum ganzheitlichen Stoffwechselprogramm (Metabolic Balance) zur Gewichtsregulation. Aber auch Baunscheidt und Schröpfen, der Aderlass und die Blutegeltherapie werden in der «Ganzheitlichen Praxis» angewandt. Damit wird der Körper entgiftet, entschlackt und die Durchblutung angeregt, was sich nach den Worten von Gaby Bannholzer positiv auf den gesamten Organismus auswirkt.

DIE KRÄUTERSTUBE IM EHEMALIGEN HOTEL HECHT IN TEUFEN

Bruno Vonarburg ist als Spezialist für Heilkräuter wohl einer der bekanntesten Naturärzte. In seiner Praxis, auf Vortragsreisen und in Büchern nutzt und verbreitet er sein Wissen.

Bruno Vonarburg riecht in seiner Kräuterstube in Teufen an frischgewonnenen Kräutern.



Es ist gemütlich in der früheren Gaststube des Hotels Hecht in Teufen. Der 65-jährige Bruno Vonarburg sitzt an seinem kleinen Holzpult. Daneben stehen ein Gerät für die Augendiagnose und ein Mikroskop, auf Gestellen eine Vielzahl von Fläschchen. «Die gute Atmosphäre hier ist wichtig, die Menschen müssen sich wohl fühlen, denn nur dann können sie sich öffnen», sagt Bruno Vonarburg und gibt damit einen Einblick in seine Heilpraktiker-Philosophie.

Selbstheilung unterstützen

Bruno Vonarburg war ursprünglich in der Forschung in der chemischen Industrie tätig. Schon in jungen Jahren faszinierte ihn aber die Naturheilkunde, insbesondere die heilende Wirkung von Kräutern. Seit mehr als 35 Jahren betreibt er in den Räumen des ehemaligen Hotels Hecht in Teufen seine Naturheilpraxis mit Kräuterstube.

Seine langjährige Erfahrung ermöglicht es ihm, aus einer unglaublichen Vielzahl von Kräutern und Essenzen durch richtiges Mischen deren heilende Wirkung zu nutzen. «Es geht vor allem darum, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu unterstützen und die Organe zu stärken, dabei kann uns die Natur entscheidend helfen», ist der Teufener Heilpraktiker überzeugt. Es brauche dafür jedoch viel Einfühlungsvermögen in die konkrete Situation des Patienten. «Zu einer ganzheitlichen Betrachtung der gesundheitlichen Beeinträchtigungen gehören physische und psychische Aspekte», sagt Bruno Vonarburg.

Krankheiten und Behandlungen

Allergien, Migräne, Verdauungsprobleme, aber auch Magen- und Darmerkrankungen, sind nur einige der Krankheiten, die Bruno Vonarburg bei seinen Patientinnen und Patienten diagnostiziert und dann behandelt. Er verschreibt zur Linderung der Beschwerden Kräutertees, Frischpflanzentropfen, Kräuteremulsionen, Knospensprays, Kräuterbäder, ätherische Öle, aber auch Mittel aus der klassischen Homöopathie. Seine langjährige Erfahrung hilft ihm, die richtige Mischung zu finden. Obwohl Bruno Vonarburg ein überzeugter Vertreter der Naturheilkunde ist, hat er ein gutes Verhältnis zur Schulmedizin. «Die Philosophie ist unterschiedlich, aber im Interesse des Patienten gibt es nur ein Miteinander», betont er.

In letzter Zeit befasst sich Bruno Vonarburg mit der erweiterten Nutzung der Heilkraft von Arzneipflanzen. Bisher habe man lediglich die inhaltlichen Wirkstoffe genutzt, die energetischen Kräfte in den Pflanzen seien hingegen ungenutzt geblieben. Diese können durch feines Verreiben der Pflanzen gewonnen und dann als Heilmittel, sogenannte Trifloris-Essenzen, eingesetzt werden. Diese Essenzen lässt der Teufener Heilpraktiker bei der Herbamed in Bühler nach seinen Rezepten produzieren. «Ich bin überzeugt, dass dadurch die Naturheilkunde in Zukunft noch an Bedeutung gewinnen wird», ist Bruno Vonarburg optimistisch.

EIN KONSTRUKTIVES MITEINANDER KOMMT ALLEN SEITEN ZUGUTE

Für den Ausserrhoder Kantonsarzt und Hausarzt Vinzenz Müller hat die Naturheilkunde im Gesundheitswesen AR traditionell einen wichtigen Platz.



Welchen Stellenwert hat aus der Sicht des Kantonsarztes die Naturheilkunde in Appenzell Ausserrhoden?

Vinzenz Müller: Die Naturheilkunde gehört zur ausserrhodischen Kultur und hat bei uns seit Jahrzehnten Tradition. Sie ist ein unverzichtbarer Teil des kantonalen Gesundheitswesens. Waren es früher oftmals vor allem Auswärtige, sind es heute immer mehr auch Einheimische, die auf die Komplementärmedizin vertrauen, oft in Kombination mit der Schulmedizin. Die Naturheilkunde ist im Kanton nicht nur aus der Optik der Heilpraktiker und ihrer Patienten wichtig, sondern auch aus volkswirtschaftlicher Sicht, sind damit doch viele Arbeitsplätze verbunden.

Haben Sie in Ihrer Funktion als Kantonsarzt mit Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern zu tun? In meiner nebenamtlichen Aufgabe als Kantonsarzt habe ich

keine konkreten Berührungspunkte mit den Naturärztinnen und Naturärzten. Aufsichtsorgan ist das Departement Gesundheit. Hingegen komme ich in meiner Arbeit als Allgemeinpraktiker immer wieder mit Vertreterinnen und Vertretern der Komplementärmedizin in Kontakt.

Wie beurteilen Sie die Zusammenarbeit zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin? Als Hausarzt bin ich über meine Patientinnen und Patienten des öftern im Gespräch mit Naturärzten und erlebe dabei die Zusammenarbeit positiv. Insbesondere dann, wenn es um die Probleme der Befindlichkeit der Patienten geht. Bei konkreten Krankheitssituationen wird es manchmal etwas schwieriger, weil der Übergang von der Schul- zur Komplementärmedizin oft fließend ist. Generell lässt sich zudem sagen, dass die Zusammenarbeit sehr personenabhängig ist.

Was erwarten Sie als Kantonsarzt von den in der Komplementärmedizin tätigen Personen?

Dass diese mit ihrer Vertrauensstellung verantwortungsvoll umgehen und dem Patienten nur jene Mittel empfehlen, die Sinn machen und deren Wirkung sie kennen. Das gilt übrigens nicht nur für Naturärzte, sondern für alle im Gesundheitswesen tätigen Fachpersonen.

Was wünschen Sie sich von den Patienten im Umgang mit der Komplementärmedizin?

Dass sie auch bei einer Behandlung beim Naturarzt kritisch sind und den Heilungserfolg einer Behandlung aufmerksam beobachten und Fragen stellen. Nicht alle Heilmittel aus der Natur sind unbedenklich, so wenig wie die Medikamente der Schulmedizin in jedem Fall schlecht sind. Mündige Patientinnen und Patienten wollen wissen, warum sie wie behandelt werden – und das ist gut so.

Kantonsärztlicher Dienst

Der kantonsärztliche Dienst ist in Appenzell Ausserrhoden nebenamtlich organisiert. Die Aufgaben werden von Dr. med. Jürg W. Weber, Degersheim, ehemals Allgemeinarzt in Degersheim, und Dr. med. Vinzenz Müller, Internist in Herisau, wahrgenommen.

Obwohl die Aufsichtsfunktion über die Heilpraktiker nicht in den Zuständigkeitsbereich des kantonsärztlichen Dienstes fällt, haben wir Kantonsarzt Vinzenz Müller einige Fragen zur freien Heiltätigkeit in Appenzell Ausserrhoden gestellt. Er antwortet zum einen aus der Optik des Kantonsarztes, dann aber vor allem auch aus der Sicht des Hausarztes.

GESUNDES KÖRPERGEWICHT VON KINDERN UND JUGENDLICHEN

Ziel der kantonalen Aktionsprogramme für ein gesundes Körpergewicht ist es, Kinder und Jugendliche zu gesunder Ernährung und ausreichender Bewegung zu ermuntern.

Bewegung ist für Kinder und Jugendliche auf dem Weg zu einem gesunden Körpergewicht von entscheidender Bedeutung



Bettina Schulte-Abel
Vize-Direktorin
Leiterin Programme bei
Gesundheitsförderung Schweiz



Gesundheitsförderung
Schweiz

Mit einem gesunden Körpergewicht erhalten Kinder eine wichtige Voraussetzung auf den Weg, die vielen Herausforderungen, die sie auch im Erwachsenenleben erwarten, mit einer guten Gesundheit zu bewältigen. Die Massnahmen und Aktionsprogramme für ein gesundes Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen zu verbreiten, wurde anfangs skeptisch beargwöhnt. Beim Start 2007 waren sechs Kantone mit dabei. Mit viel Überzeugungsarbeit ist es gelungen, 22 Kantone mit an Bord zu nehmen, Appenzell Ausserrhoden ist seit Januar 2011 dabei.

Mit konkreten Projekten

Durch Projekte in Kindergärten und Schulen werden gesunde Ernährung und Bewegung gefördert. Durch Massnahmen in der kantonalen und Gemeindepolitik, wie der Schaffung von sicheren und bewegungsfreundlichen Schulwegen, fördert das Projekt Veränderungen in der Umwelt. Über die Bedeutung

von Bewegung und Ernährung für die Gesundheit wird öffentlich informiert.

Aufwand lohnt sich

Warum so viel Aufwand, wenn der Gesundheitszustand der Schweizer Bevölkerung als gut eingeschätzt wird? Gemäss einer 2009 vom Bundesamt für Gesundheit veröffentlichten Studie betragen die Krankheitskosten von Übergewicht und Adipositas 5,75 Milliarden Franken pro Jahr. Dies bedeutet eine jährliche Belastung von fast 3000 Franken für einen vierköpfigen Familienhaushalt. Folgeerkrankungen wie Diabetes oder Herzerkrankungen kosten nicht nur, sie beeinträchtigen auch die Lebensqualität. Grund genug für Gesundheitsförderung Schweiz, die Arbeit fortzusetzen.

Gesundheitsförderung Schweiz setzt sich langfristig für ein gesundes Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen ein. Aus diesem

Grund wird in verschiedenen Kantonen bereits ein Folgeprogramm entwickelt. Die Initianten freuen sich, dass viele Kantone sich mit Gesundheitsförderung Schweiz für weitere vier Jahren für die Erreichung dieses wichtigen Ziels engagieren.

Gesundheitsförderung Schweiz

Diese Stiftung wird von Kantonen und Versicherern getragen. Mit gesetzlichem Auftrag initiiert, koordiniert und evaluiert sie Massnahmen zur Förderung der Gesundheit. Die Stiftung unterliegt der Kontrolle des Bundes. Oberstes Entscheidungsorgan ist der Stiftungsrat.

Jede Person in der Schweiz leistet – via Krankenversicherungsprämie – einen jährlichen Beitrag von Fr. 2.40 zugunsten von Gesundheitsförderung Schweiz.

ELTERN UND JUGENDLICHE FÜR GESUNDES KÖRPERGEWICHT SENSIBILISIEREN

Mit vereinten Kräften werden unter der Federführung des Amts für Gesundheit die gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung bei Kindern und Jugendlichen gefördert.



Reto Fausch
Leiter Amt für Gesundheit
Appenzell Ausserrhoden

Das mit Vertreterinnen und Vertretern aus den kantonalen Spitälern, der Pro Juventute, des Spielgruppenverbands St.Gallen-Appenzellerland, des Vereins Kinderbetreuung Herisau und der Elternbildung sowie des Departements Bildung entwickelte Aktionsprogramm wird immer konkreter. Erste Aktivitäten werden in den nächsten Wochen lanciert. Federführend ist das Amt für Gesundheit. Es wird durch das Amt für Volksschulen und Sport und die Fachstelle Familien und Gleichstellung unterstützt.

Das Aktionsprogramm «Gesundes Körpergewicht» wird in Appenzell Ausserrhoden mit einem Paket von einem Dutzend Massnahmen umgesetzt. Die Massnahmen richten sich vorwiegend an Kinder, Jugendliche und deren Eltern und zielen darauf ab, mehr Bewegung und gesunde Ernährung im Alltag zu integrieren. Dem Projekt stehen in den nächsten vier Jahren insgesamt 695'000 Franken zur Verfügung. Die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz beteiligt sich an den Projektkosten mit 215'000 Franken.



Praxiserprobte Massnahmen

Massnahmen, die Kinder und Jugendliche zu mehr Bewegung und gesunder Ernährung verhelfen, wirken nur, wenn sie das Verhalten langfristig beeinflussen. Dies zeigen wissenschaftliche Begleituntersuchungen. Es ist deshalb entscheidend, dass die vorgeschlagenen Massnahmen auch die Lebensumstände berücksichtigen. Es reicht nicht, Kinder und Jugendliche zu animieren, sich im Alltag mehr zu bewegen, wenn es in ihrer Umgebung an geeignetem Raum sowie an Freizeit- und Verpflegungsangeboten fehlt.

Appenzell Ausserrhoden profitiert von anderen kantonalen Aktionsprogrammen, die bereits seit ein bis zwei Jahren umgesetzt werden. Nebst eigenen Massnahmen können so lokal oder regional erprobte Gesundheitsförderungsprojekte mit dem Schwerpunkt Ernährung und Bewegung übernommen und auf hiesige Verhältnisse angepasst werden. Jedes Projekt richtet sich an eine spezifische Zielgruppe. Dabei stehen Massnahmen von der Geburt bis zum Alter von 18 Jahren im Vordergrund. Die Projekte richten sich direkt an die Hauptzielgruppe Kinder und Jugendliche, wollen aber auch ihr Umfeld, den Freundeskreis, Familie und Schule positiv beeinflussen.

Markanter Anstieg

Die Schweizerischen Gesundheitsbefragungen (BA für Statistik) zeigten einen markanten Anstieg von Übergewicht und Adipositas in der Bevölkerung. Die Tendenz zu Übergewicht zeigt sich auch bei Kindern:

- Bereits jedes fünfte Kind ist heute in den Städten Basel, Bern und Zürich übergewichtig oder adipös (2005/06). In ländlichen Kantonen jedes siebte Kind (2008).
- Im Jahr 2000 legten 9,4% der Sechs- bis Neunjährigen und 4,3 % der 10- bis 14-Jährigen den Schulweg im Auto zurück.

Übergewicht und Adipositas haben Auswirkungen auf den Gesundheitszustand der Betroffenen: Vermehrt treten schon bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen chronische Krankheiten wie Diabetes Typ II und psychische Belastungen auf.



MASSNAHMEN VON DER GEBURT BIS ZUR O

Die im Rahmen des Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht» vorgesehenen Massnahmen sind breit gefächert. Die Massnahmen reichen von zielgruppenspezifischen Informationen bis hin zu konkreten Projekten im Bereich Bewegung und Ernährung.



Es ist für die gesunde Entwicklung des Ungeborenen wichtig, wie sich die Mutter ernährt, und ob sie sich genügend bewegt. Ebenso ist bekannt, dass Kleinkinder Ernährungsgewohnheiten in den ersten Monaten nach der Geburt entwickeln. Die Eltern spielen dabei als Vorbilder eine wichtige Rolle. Vier Massnahmen sind deshalb auf Schwangerschaft, Geburt und Kleinkind ausgerichtet:

Hilfreiche Informationen über Schwangerschaft und Geburt, Stillen und Eltern-Sein

Eine neue attraktive Broschüre und Merkblätter sollen gezielt über die Frauenarzt- und Hausarztpraxen, die kantonalen Spitäler Heiden und Herisau, die Still- und Mütterberaterinnen abgegeben werden. Ausserdem werden die geschätzten Pro-Juventute-Elternbriefe auch in den nächsten Jahren verteilt.

Ernährungs- und Bewegungsberatung in der Schwangerschaft, babyfreundliche Spitäler und Förderung des Stillens bis ein Jahr nach der Geburt

In diesem Projekt sollen schwangere Frauen noch wirksamer als bisher für eine gesunde Ernährung und normale Gewichtszunahme sowie für ein gesundheitsförderliches Bewegungsverhalten gewonnen werden. Eine gute Beratung bzw. Begleitung während der Schwangerschaft und der Geburtsvorbereitung soll die werdenden Eltern unterstützen. Nach dem Spital Heiden soll auch das Spital Herisau in den Kreis der ausgezeichneten stillfreundlichen Spitäler der Schweiz aufgenommen werden.

Weiterbildungen für Geburtsvorbereiterinnen, Hebammen, Stillberaterinnen und Mütterberaterinnen

Für die appenzellischen Fachfrauen sind künftig je Fortbildung im Weiterbildungszentrum Euregio Bodensee (Projekt «Kinder im Gleichgewicht») zwei Plätze reserviert. Thematischer Schwerpunkt der dreistufigen Weiterbildung sind Ernährung und Bewegung bzw. Übergewichtsprävention bei Säuglingen und Kleinkindern.

Projekt Miges Balù

Zu einem späteren Zeitpunkt soll das erfolgreiche Migrationsprojekt Miges Balù des Ostschweizerischen Vereins für das Kind auch in Appenzell Ausserrhoden eingeführt werden. Studien zeigen, dass Migration ein Risiko für die Gesundheit und Bildung sein kann. Eltern mit Migrationshintergrund erhalten von den Mütterberaterinnen eine kulturell angepasste Beratung.





Projekte für Kinder und Jugendliche:

Essen und Bewegen in familienergänzenden Tagesstrukturen

Dem Personal von Krippen und Kindertagesstätten sowie in einer zweiten Phase von Horten und Mittagstischen sollen Workshops zu gesundem Verpflegungsangebot und Bewegungsförderung angeboten werden. Krippen und Kindertagesstätten können sich zudem individuell und vor Ort beraten lassen.

Essen und Bewegen in Spielgruppen: Einführungsabend, Abgabe einer Materialbox

In Zusammenarbeit mit dem Spielgruppenverband werden die Spielgruppenleiterinnen an einem Informationsanlass für gesundes Bewegungs- und Essverhalten sensibilisiert. Danach erhalten sie eine «fit und gesund Box» mit Spielen rund um Ernährung und Bewe-

gung für die Kinder und Unterlagen für die Elternarbeit.

Kindergarten, Grundschule und Sekundarstufe I

Lehrpersonen haben grossen Einfluss auf das Bewegungs- und Essverhalten ihrer anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Das Departement Bildung unterstützt bereits heute Initiativen für gezielte Bewegung und gesunde Zwischenmahlzeiten im Kindergarten- bzw. Schulalltag. Zurzeit werden ergänzende Anregungen und aktivierende Hilfsmittel geplant, die den Schulen zur Verfügung gestellt werden sollen.



BBZ Herisau und Kanti Trogen

Die Schulleitungen des Berufsbildungszentrums Herisau und der Kantonsschule Trogen zeigen sich offen für eine Verstärkung der Anstrengungen zu Bewegungsförderung und gesunder Verpflegung. Es ist vorgesehen, Schulprojekte im Rahmen des Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht» zu unterstützen und zu fördern.

Empfehlungen an Gemeinden

Geplant sind Empfehlungen für das Öffnen von Turn- und Sporthallen für Bewegungs-/Sportangebote an Wochenenden, soweit dies noch nicht oder erst zurückhaltend gehandhabt wird. Mit einer grosszügigen Verfügbarkeit von Sportstätten können Gemeinden, Schulbehörden, Anlagenverantwortliche und Vereine neue Bewegungsräume für Jung und Alt schaffen und zu einem gesunden Lebensstil der Bevölkerung beitragen.

Kontaktadresse

Reto Fausch
Leiter Amt für Gesundheit
Kasernenstrasse 17
9100 Herisau
071 353 65 92
Reto.Fausch@ar.ch

BETREUUNGS-ZENTRUM HEIDEN



Das moderne Betreuungs-Zentrum ermöglicht Ihnen ein angenehmes Wohnen im Einer- und Doppelzimmer oder Wohnen in Ein- oder Zweizimmer-Appartements.

Es ist unser Ziel, im Zusammenwirken mit den Bewohnerinnen und Bewohnern ein Ersatz für das aufgegebenes Zuhause zu sein.

Unsere Angebote im Betreuungs-Zentrum

Pflege und Betreuung über 24 Stunden bis BESA-Stufe 12

Ferienaufenthalte zur Entlastung der Angehörigen

Tages- oder Nachtaufenthalte

Betreutes Wohnen

Ärztliche Betreuung über 24 Stunden

oder ärztliche Betreuung durch Ihren Hausarzt

Aktivierungstherapie und Aktivitäten

Coiffeur und Fusspflege

Sozialdienst und Seelsorge

Cafeteria

Speziell qualifiziertes Personal sorgt für fachkompetente Betreuung und Pflege der uns anvertrauten, an Demenz erkrankten Menschen.

Betreuungs-Zentrum Heiden

Gerbestrasse 3 | 9410 Heiden

Tel 071 898 86 00 | Fax 071 898 86 16

www.rph-heiden.ch

Für eine Hausbesichtigung rufen Sie bitte
Herr Alfons Rutz, Geschäftsleiter an: Tel. 071 898 86 00



Spital Heiden
Appenzell Ausserrhoden

Öffentlicher Arztvortrag

Kleine Schnitte - grosse Netze

Moderne Chirurgie von Leisten- und Bauchwandbrüchen

Donnerstag, 12. Mai 2011 | 19:00 - 20:00 Uhr

Ort	Spital Heiden, Cafeteria Sternen
19:00 Uhr	Dr. med. Federico Goti Chefarzt Chirurgie, Spital Heiden
anschliessend	Fragen aus dem Publikum

Es ist keine Anmeldung notwendig – Eintritt frei.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Veranstaltungshinweis

Der nächste öffentliche Arztvortrag findet am 20. Juni 2011 um 19:00 Uhr statt. Dr. med. Manuela Brunner, Leitende Ärztin Chirurgie am Spital Heiden, wird zum Thema 'Schmerzen am Darmausgang: immer noch ein Tabuthema?' referieren.



ZENTRUM FÜR
LABORMEDIZIN



akkreditiert nach ISO/IEC 17025 (STS 155 und 168) - zertifiziert nach ISO 9001:2008 (SQS)
Frohbergstr. 3 9001 St. Gallen Tel 071 494 37 00 www.zlmsg.ch

Zentrum für Labormedizin, der Zusammenschluss von:
IKCH Institut für Klinische Chemie und Haematologie
IKMI Institut für Klinische Mikrobiologie und Immunologie



RENTEX®: Ihr Partner für innovative Textilversorgung

Der Zeitdruck in der Pflege ist hoch, denn rund um die Uhr wird eine professionelle Betreuung der Patienten und Bewohner gefordert.

RENTEX® unterstützt Sie bei den zeitaufwendigen pflegefremden Tätigkeiten: Die Textile Logistik bringt alle Textilien zeitnah und einsatzbereit dahin, wo Sie sie brauchen.

Rentex Schweiz
SaniRent AG
Grütlistrasse 1
9016 St. Gallen
Tel. 071 282 53 53
rentex@bernetgroup.ch
www.rentexschweiz.ch



WOHNEN UND BETREUUNG IN DREI HÄUSERN IN HERISAU

Die Stiftung Altersbetreuung Herisau mit den Häusern Park, Waldegg und Ebnet ist mit rund 200 Betten die grösste Institution für ältere Menschen in Ausserrhoden.

Das Haus Ebnet (rechts) im Zentrum von Herisau ist erst vor wenigen Jahren umfassend saniert worden.



Die Häuser Park und Waldegg (hinten links) der Stiftung Altersbetreuung Herisau



Die Stiftung Altersbetreuung Herisau ist eine von der Gemeinde Herisau gegründete private gemeinnützige Stiftung. Als Trägerschaft des Hauses Ebnet im Dorfzentrum sowie der Häuser Park und Waldegg im Heinrichsbad im Osten der Gemeinde erfüllt die Stiftung in der Altersarbeit in Herisau eine zentrale Funktion. «Wir bieten gesunden und kranken, älteren und behinderten Menschen, vor allem Einwohnerinnen und Einwohnern aus Herisau und der Vertragsgemeinden Hundwil, Schönengrund, Stein, Urnäsch und Waldstatt, Wohnmöglichkeiten mit individuell angepassten Dienstleistungen», sagt Kurt Bischof, Geschäftsführer der Stiftung Altersbetreuung Herisau.

Ebnet, Park und Waldegg

In allen drei Häusern wird Wert darauf gelegt, dass Bewohnerinnen und Bewohner eine hohe Lebensqualität haben und möglichst lange selbständig und indi-

viduell leben können. Die Pflege der sozialen Beziehungen nach innen und aussen ist den Verantwortlichen ebenfalls ein wichtiges Anliegen. Alle drei Häuser – Ebnet mit 48 Plätzen, Park mit 90 und Waldegg mit 67 Plätzen – bieten durchmishtes Wohnen an, einzig das Haus Waldegg mit seinen Einbett- und Mehrbettzimmern ist speziell auf Betreuung und Pflege ausgerichtet; diesem Haus ist seit 2006 eine Demenzabteilung angegliedert. «Die älteren Menschen sollen hier in der Stiftung ein neues Zuhause haben und auch bei allenfalls notwendiger Pflege nicht das Zimmer wechseln müssen», erklärt Kurt Bischof. «Wir sind überzeugt, dass dies die Frauen und Männer sehr zu schätzen wissen.»

Breites Dienstleistungsangebot

Das Dienstleistungs- und Freizeitangebot in den verschiedenen Bereichen der drei Häuser der Stiftung Altersbetreuung Herisau ist

umfassend. Auf Wunsch stehen Wäschebesorgung, Coiffeur/Pediküre sowie TV-/Radioanschluss und Telefon in den Ein- und Zweibettzimmern zur Verfügung. Die Bewohnerinnen und Bewohner erhalten bei Bedarf Betreuung und Pflege, Therapien sowie Hilfe bei administrativen Angelegenheiten. In allen Häusern besteht freie Arztwahl. Das Freizeitangebot umfasst neben Bewegungs- und Wellnessangeboten auch sportliche Aktivitäten und Angebote für künstlerische und handwerkliche Betätigungen. Spielnachmittage, Unterhaltungsanlässe und Ausflüge bringen willkommene Abwechslung in den Alltag.

In den beiden (auch öffentlich zugänglichen) Restaurants sowie in der wärmeren Jahreszeit in den grosszügigen Gartenanlagen bietet sich Gelegenheit zum gemütlichen Verweilen.

Privat-Kliniken im Appenzellerland

Augenklinik/Laserzentrum
9053 Teufen
www.augenklinik-teufen.ch

Berit Paracelsus Klinik AG
9052 Niederteufen
www.beritklinik.ch

Klinik Am Rosenberg
9410 Heiden
www.hirslanden.ch

Klinik Gais AG
9056 Gais
www.klinik-gais.ch

Klinik Teufen
9053 Teufen
www.klinikteufen.ch

Paracelsus Klinik
9062 Lustmühle
www.paracelsus.ch

Rheinburg-Klinik
9428 Walzenhausen
www.rheinburg.ch



DAS GEWISSE ETWAS

Ein bisschen mehr geniessen. Mehr auskosten, was das Leben bietet. Mehr Atmosphäre, mehr Sicherheit, mehr Services. Ein bisschen mehr erfahren, was es bedeutet, zu Hause zu sein. Mehr Sinn und Sinnlichkeit, mehr Freude und Freiheit. Ein bisschen mehr sich selbst sein. Mehr Individualität, mehr Wohlbefinden. Ein bisschen mehr Begegnungen mit anderen Menschen. Mehr Aktivität, mehr Erholung, mehr Abwechslung. Ein bisschen mehr Lebensqualität. Ein bisschen mehr Zufriedenheit.

HOF SPEICHER – ein visionäres Lebenskonzept für ältere Menschen mit dem Sinn für das Besondere.

Wohnen können Sie überall. Im HOF SPEICHER sind Sie zu Hause.

zufrieden

