PERSÖNLICH UND DISKRET

Privat
Klinik
Aadorf

ANTWORTEN FINDEN

Es gibt nicht für jede Frage eine Antwort. Für viele aber schon. Einige davon finden Sie in dieser Broschüre. Und darüber hinaus viele Informationen über die Privatklinik Aadorf und ihr Angebot in der Psychotherapie, Psychiatrie und Psychosomatik.

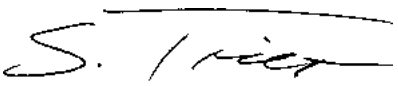
WORUM ES GEHT?

Um Gesundheit, um Lebensqualität, um Behandlungskonzepte, um Vertrauen, um Achtsamkeit – und vor allem um Menschen.

Bei einem Menschen, der sich in einer seelisch belastenden Situation befindet oder an einer psychischen Erkrankung leidet, sind gute Ratschläge und ein aufmunterndes Schulterklopfen nicht förderlich und werden womöglich gar als zusätzlicher Druck empfunden. Was hingegen weiterhelfen und heilen kann, ist eine zielgerichtete Psychotherapie im Rahmen einer multimodalen Behandlung.

Die Privatklinik Aadorf bietet eine betont individuelle und methodenübergreifende Psychotherapie, die auch den Details Beachtung schenkt, dabei aber stets das grosse Ganze im Sinn hat. Dazu gehören immer auch die körperlichen Aspekte und sozialen Faktoren. Wir helfen Betroffenen, das Leiden zu mindern, wieder zu Kräften zu kommen, die persönlichen Ressourcen zu stärken und die Lebensqualität zu erhöhen.

Herzliche Grüsse



Dr. med. Stephan N. Trier, M.H.A.
Klinik- und Ärztlicher Direktor

Genderhinweis: Die in dieser Publikation verwendeten maskulinen bzw. femininen Sprachformen dienen der leichteren Lesbarkeit und meinen – wo nichts anderes erwähnt – immer auch das jeweils andere Geschlecht.

WAS BRINGT EINE PSYCHOTHERAPIE EIGENTLICH?

Durch eine gezielte Psychotherapie kann eine psychische oder eine körperliche Krankheit mit belastenden psychischen Auswirkungen erfolgreich behandelt oder zumindest gemildert werden.

Eine psychische Erkrankung ist kein Beinbruch. Bei einem Beinbruch ist ziemlich klar, worum es geht und welche Folgen es mit sich bringt. Psychische Erkrankungen hingegen sind oft schwer zu erkennen – auch weil die Betroffenen nicht darüber reden, aus Scham und Angst vor Stigmatisierung und Vorurteilen. Umso wichtiger ist eine ebenso professionelle wie einfühlsame und vertrauensvolle Behandlung.

Beim Beinbruch ist nicht nur die Symptomatik eindeutiger, sondern auch die Behandlung. Manchmal reicht ein Gips, manchmal bedarf es einer Operation, und auf Röntgenbildern ist der Heilungsprozess gut sichtbar. Bei einer Depression oder einer Essstörung gibt es keine Röntgenbilder, auch gibt es keinen Gipsverband, der die ersehnte Genesung bringt. Was hingegen helfen kann, ist eine zielgerichtete Psychotherapie.

Befreiung von seelischem Leiden

Wer beispielsweise an einer Depression oder einem Burnout leidet, kann von einer Psychotherapie nachhaltig profitieren. Diese ist jedoch kein simples Allheilmittel mit Patentrezept. Vielmehr ist eine psychotherapeutische Behandlung – insbesondere im stationären Rahmen – eingebunden in ein massgeschneidertes Paket mit weiteren Elementen, das darauf abzielt, die betroffene Person vom seelischen Leiden zu befreien oder zumindest die beeinträchtigenden Symptome zu reduzieren.

Veränderung der Lebensgestaltung

Der psychotherapeutische Prozess ist darauf ausgerichtet, den Patienten auf dem Weg zu einer veränderten Lebensgestaltung zu begleiten. Wichtige Ausgangspunkte sind das ganz individuelle Befinden, die Persönlichkeit und die Anliegen der Betroffenen. Darauf baut die Psychotherapie auf – und verhilft durch intensive Gespräche, die passenden Therapiebausteine und ein unterstützendes, motivierendes Umfeld zum nachhaltigen Behandlungserfolg.

Arbeit an sich selbst

Psychotherapie ist immer auch ein Reflektieren und Arbeiten an sich selbst und bedingt ein aktives Mitwirken der Patienten. Die Behandlung bleibt nicht nur auf die momentane Situation ausgerichtet, sondern soll Betroffene auch befähigen, zukünftige Herausforderungen besser zu meistern und wieder bedeutend mehr Lebensqualität zu erfahren.

WARUM IST DIE PRIVATKLINIK AADORF DIE RICHTIGE KLINIK?

In vier Fachgebieten bietet die Privatklinik Aadorf eine professionelle Behandlung, die genau auf die individuelle Situation des Patienten ausgerichtet ist.

Die Privatklinik Aadorf ist eine ärztlich geleitete Fachklinik für Psychotherapie, Psychiatrie und Psychosomatik. Eingebettet in ein Wohnquartier in Aadorf, verfügt die Klinik über 60 Betten im stationären Bereich. Ergänzt wird das Leistungsspektrum durch die Ambulatorien für Beratungen sowie Abklärungs-, Beratungs- und Triagegespräche in Aadorf und Zürich.

Die verhältnismässig überschaubare Grösse erachten wir keineswegs als Makel, sondern als nicht zu unterschätzenden Vorteil. Wir können unseren Patienten ein vertrauensvolles und familiäres Umfeld bieten, in welchem sie achtsam und persönlich betreut werden. Und sich mit kompetenter Unterstützung aus einer beschwerlichen Situation befreien können.

Persönlichkeit

In der Privatklinik Aadorf steht Einzigartiges im Vordergrund. Nämlich unsere Patienten. Jeder Einzelne mit einer ganz eigenen Geschichte, mit individuellen Bedürfnissen und spezifischen Voraussetzungen. Deshalb ist jede Behandlung genau auf die entsprechende Person ausgerichtet – umfassend, gezielt und ganz persönlich.

Kompetenz

Die hohe Behandlungsqualität wird von kompetenten und spezialisierten Fachkräften sichergestellt. Der jeweiligen Situation des Patienten begegnen sie mit massgeschneiderten Therapiekonzepten, die im Behandlungsverlauf sukzessive überwacht und bei Bedarf modifiziert werden. Der Einbezug von Wissenschaft und Forschung stärkt die medizinische Kompetenz und die Behandlungsqualität.

Fokussierung

Wir decken bewusst nicht jeden Bereich der Psychiatrie ab, sondern konzentrieren unsere Kräfte auf die Behandlung von Menschen mit Essstörungen, Adipositas, Depressionen/Angst/Burnout sowie auf die spezifische Behandlung von psychischen Erkrankungen bei älteren Menschen. Wir machen nicht alles – aber was wir machen, machen wir in konsequent hoher Qualität.

Geborgenheit

Bei einer stationären Psychotherapie ist es von grösstem Wert, einen vertrauensvollen Rahmen, ein motivierendes Umfeld und ein Höchstmass an Diskretion und Sicherheit vorzufinden. Dies ist einer der zentralen Aspekte an der Privatklinik Aadorf. Wer zu uns kommt, soll sich sicher und gut aufgehoben wissen und damit die Basis für eine erfolgreiche Genesung schaffen.

Atmosphäre

Die Privatklinik Aadorf liegt in einem ruhigen Wohnquartier am Waldrand. Diese harmonische Umgebung und die Nähe zur Natur tragen massgeblich zur erholsamen Atmosphäre bei. Dank einer hochwertigen Hotellerie und Gastronomie, einem gemütlichen Ambiente sowie attraktiven Zusatzleistungen erleben Patienten ein hohes Mass an Aufenthaltsqualität und Wohlbefinden.

Qualität

Wir konzentrieren uns stets auf den Menschen vor uns und messen dieser Individualität höchste Bedeutung zu. Daneben wollen wir aber auch auf breitenwirksamer Ebene für grösstmögliche Qualität sorgen. Dabei helfen uns unter anderem ein gut ausgebautes Qualitätsmanagementsystem und eine enge Anbindung an die Wissenschaft und Forschung.

Expertise, Herz und Augenmass

Nicht alle Aspekte der klinisch-therapeutischen Arbeit und Organisation lassen sich exakt messen. So bleibt eine Kultur authentischen Engagements, getragen von Hilfsbereitschaft, tiefem Interesse und gesundem Menschenverstand das Fundament unserer Arbeit. Dies resultiert aus vielen verschiedenen persönlichen und institutionellen Faktoren. Und so muss das Qualitätsmanagement auch ganz in diesem Sinne Reflexion und Entwicklungspotenzial fördern.

WELCHE BEREICHE DECKT DIE PRIVATKLINIK AADORF AB?

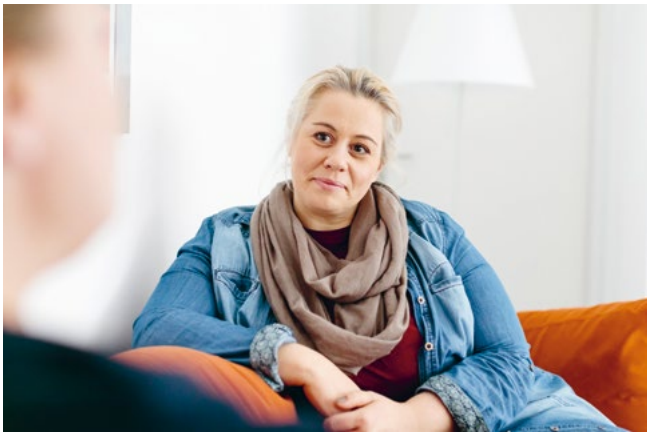
Durch die Fokussierung auf vier Kernthemen bietet die Privatklinik Aadorf ein spezialisiertes Angebot und eine hohe Behandlungsqualität.

Essstörungen

In einem wohlwollenden und familiären Umfeld behandeln wir mit langjähriger Erfahrung Frauen mit Essstörungen. Wir sind speziell für Betroffene von Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa und Binge-Eating-Störung eingerichtet und führen zudem eine spezialisierte Station mit ausschliesslich weiblichem Behandlungspersonal nur für weibliche Patientinnen.

Adipositas

In der Behandlung von Adopositas mit gleichzeitiger psychischer Erkrankung geht es darum, ein gesundes Essverhalten zu etablieren, dabei aber ebenso den psychischen Auslösern und Auswirkungen gerecht zu werden und so nachhaltig die Lebensqualität zu verbessern. Das ganzheitliche Behandlungsangebot der Privatklinik Aadorf bietet Betroffenen daher auch Ernährungsberatung, Essbegleitung und körperliche Aktivierung.

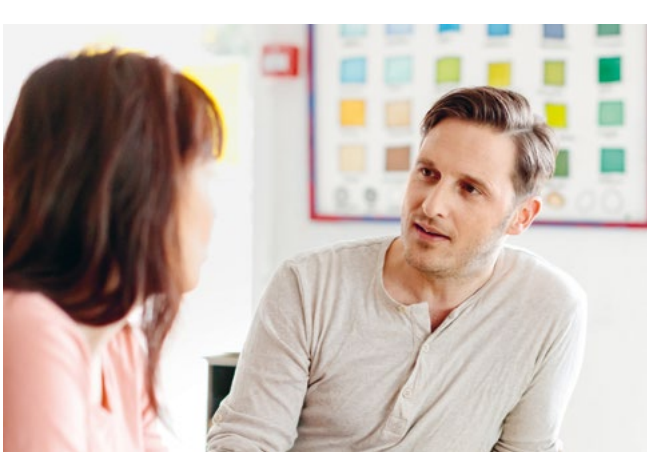


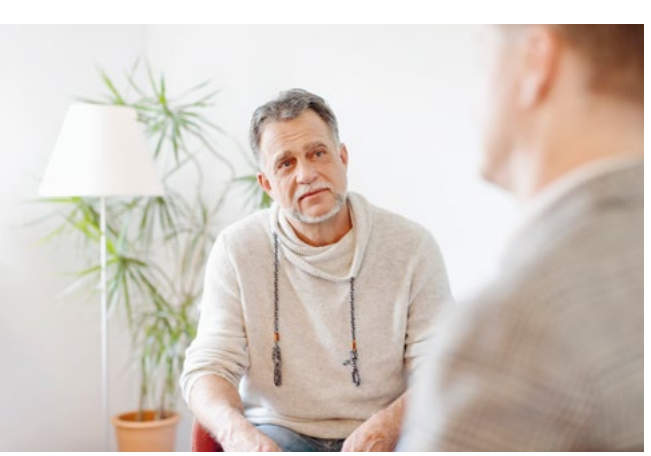
Depressionen, Angststörungen, Burnout

Die Depression gehört zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Wie beim Burnout-Syndrom und bei Angststörungen lassen sich Betroffene jedoch aus unterschiedlichen Gründen oft sehr spät oder gar nicht behandeln. Dabei stehen bei einer zielgerichteten, professionellen Behandlung die Chancen sehr hoch, nachhaltig genesen zu können.

Psychotherapie für Menschen der Generation 50+

Psychische Erkrankungen bei älteren Menschen sind weit verbreitet, die Schwelle, sich in Behandlung zu begeben, liegt aber besonders hoch. Wir haben grosse Erfahrung in der Behandlung von Menschen im Alter von über 50 Jahren und begegnen den besonderen Anforderungen mit spezifischen Bedingungen und Methoden.





ESSSTÖRUNGEN

Essstörungen zählen zu den psychosomatischen Erkrankungen und können schwerwiegende Auswirkungen auf die körperliche und seelische Gesundheit haben. An der Privatklinik Aadorf werden alle Essstörungen behandelt: Anorexia nervosa, Bulimia nervosa und Binge-Eating-Störung sowie atypische Essstörungen und Orthorexie. Wir können Patienten ab einem Alter von 16 Jahren aufnehmen.

Anorexia nervosa

Bei der Anorexia nervosa (Magersucht) haben Betroffene aufgrund einer verzerrten Wahrnehmung die feste Überzeugung, trotz bestehendem Untergewicht normalgewichtig oder zu dick zu sein und sind von starker Angst vor Gewichtszunahme beherrscht. Sie entwickeln zahlreiche Strategien, um ihr Gewicht tief zu halten. Im Vordergrund steht die restriktive Nahrungseinnahme. Mittels der stationären Behandlung soll der Kreislauf von Perfektionismus, gestörtem Essverhalten und vermindertem Selbstwertgefühl durchbrochen werden. Ziel ist es, das Körpergewicht und das Essverhalten zu normalisieren, verzerrte Wahrnehmungen des eigenen Körpers und Gewichts zu bearbeiten sowie Auslöser, Hintergründe, aufrechterhaltende Faktoren und Funktion der Essstörung zu erarbeiten. Wir beziehen Angehörige von Anfang an ein, in Absprache mit den betroffenen Personen. Stets im Vordergrund steht die Nachhaltigkeit der Behandlung.

Bulimia nervosa

Bei der Bulimie kommt es zu wiederholten Heisshungeranfällen mit Kontrollverlust. Innerhalb kürzester Zeit werden grosse Nahrungsmengen verschlungen. Um der Gewichtszunahme entgegenzuwirken, wird unmittelbar danach versucht, den Vorfall rückgängig zu machen, meist durch selbst induziertes Erbrechen oder übermässige Bewegung. Wie auch bei der Anorexia nervosa erfolgt die stationäre Behandlung nach integrativem, methodenübergreifendem Ansatz mit verhaltenstherapeutischen und systemischen Anteilen. Im Vordergrund der Behandlung stehen das Einhalten regelmässiger Mahlzeiten sowie die Entwicklung von weiterführenden Perspektiven.

Binge-Eating-Störung

Patienten mit einer Binge-Eating-Störung leiden unter regelmässigen Essanfällen, bei denen grosse Nahrungsmengen in einem abgegrenzten Zeitraum aufgenommen werden. Im Gegensatz zu anderen Essstörungen unternehmen Betroffene jedoch keine gegensteuernden Massnahmen wie Erbrechen, Einnahme von Abführmitteln oder übermässige körperliche Betätigung. Häufig kommt es zur Gewichtszunahme und in der Folge zu unregelmässigem oder restriktivem Essverhalten. Die Behandlung der Binge-Eating-Störung zielt einerseits auf die Normalisierung des Essverhaltens sowie eine nachhaltige Gewichtsreduktion, andererseits auf die psychotherapeutische Bearbeitung der ursächlichen psychischen Probleme ab.

ADIPOSITAS

Unter Adipositas versteht man starkes Übergewicht, gekennzeichnet durch übermässige Vermehrung von Fettgewebe im Körper. Die Weltgesundheitsorganisation bezeichnet Adipositas als grösstes chronisches Gesundheitsproblem unserer Zeit.

Adipositas

Für betroffene Menschen haben Übergewicht und Adipositas weitreichende gesundheitliche Folgen. Dazu zählen einerseits körperliche Erkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, Angina pectoris, Herzinfarkt, Schlaganfall, Darmkrebs, Arthrose oder Schlafapnoe. Nicht zu unterschätzen sind aber auch die seelischen und psychosozialen Folgen. Häufig haben übergewichtige Menschen ein negatives Selbstbild, das durch ihr Umfeld mitunter noch verstärkt wird. Auch sind viele soziale Aktivitäten nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr möglich. In der Folge ziehen sich Betroffene immer mehr zurück und geraten allmählich in die soziale Isolation. Adipöse leiden oft unter grossen psychischen Belastungen bis hin zu depressiven Erkrankungen, die wiederum das Essverhalten beeinflussen können – eine Spirale, die häufig nur schwer zu durchbrechen ist.

Die stationäre Behandlung von Adopositas mit gleichzeitiger psychischer Erkrankung setzt auf mehreren Ebenen an. Einerseits richtet sich der Fokus auf die Ernährung. Grundlage bilden eine spezifische Beratung sowie ein strukturiertes und individuelles Ernährungsprogramm. Die zweite Behandlungsebene stellt die Bewegung in den Mittelpunkt. Im Rahmen der stationären Behandlung bieten sich zahlreiche Möglichkeiten für Sport und Aktivierung, darunter Aquafit, Turnen, Nordic Walking, Fitnessgeräte und individuell ausgearbeitete Bewegungsprogramme. Durch eine psychotherapeutische Einzelbehandlung wird die Steigerung der Lebensqualität positiv beeinflusst. Ausgrenzungs- und Berührungsängste, Scham und Selbstzweifel können nachhaltig abgebaut werden.

DEPRESSIONEN, ANGST, BURNOUT

Das Risiko, irgendwann im Verlauf des Lebens an einer Depression zu erkranken, wird hierzulande auf nahezu 20 Prozent geschätzt. Bei Angststörungen ist die Häufigkeit ähnlich hoch. Und das Burnout-Syndrom hat in gesellschaftlicher, volkswirtschaftlicher und medizinischer Hinsicht längst eine beträchtliche Bedeutung erlangt. Trotz dieser Häufigkeit ist jedoch die Stigmatisierung oft ein Problem. Umso wichtiger ist es, sich im Falle einer stationären Behandlung in den richtigen Händen zu wissen.

Depressionen

Warum Menschen an Depressionen erkranken, ist nicht abschliessend geklärt. Meist greifen mehrere Ursachen ineinander und verstärken sich wechselseitig. Neben erblicher Veranlagung, lebensgeschichtlichen Ereignissen und Belastungen spielt auch die körperlich-vegetative Widerstandskraft eine grosse Rolle. So treten Depressionen gehäuft bei Vorliegen einer körperlichen Grundkrankheit auf. Typische Symptome einer Depression sind Niedergeschlagenheit, traurige Herabgestimmtheit, Zukunftsängste, Verlust von Freude und Interesse, Gefühle von Wertlosigkeit und Schuld, sozialer Rückzug, Schlaf- und Appetitstörungen, Konzentrationsstörungen, kraftlose Passivität oder innere Unruhe, Hoffnungslosigkeit und nicht selten auch Suizidgedanken. Häufig sind bei einer Depression auch körperliche Symptome zu beobachten.

Burnout-Syndrom

Ein Burnout-Syndrom ist ein Zustand körperlicher und emotionaler Erschöpfung im Zusammenhang mit einer belastenden beruflichen Situation. Es gibt drei zentrale Merkmale, die das Zustandsbild kennzeichnen: anhaltende emotionale Erschöpfung und Kraftlosigkeit, das Gefühl, dass die eigene Arbeit ineffektiv und sinnlos geworden ist sowie oft auch ein Widerwille gegen Begegnungen am Arbeitsplatz. In der Folge entwickeln sich regelmässig Anspannung, Schlafstörungen und nicht selten auch depressive und Angstsymptome. Oft manifestieren sich zusätzliche körperliche Symptome wie Kopfschmerzen, Schwindel, Magen-Darm-Beschwerden, diffuse Schmerzen und anderes mehr. Ein fortgeschrittenes Burnout-Syndrom mündet dann oft in das Krankheitsbild der Depression, bis hin zur Gefahr von Suizidalität.

Angststörungen

Man geht davon aus, dass eine Kombination von prädisponierenden, auslösenden und aufrechterhaltenden Faktoren zur Angststörung führt. Begünstigend wirken können genetische Veranlagung, Erziehungseinflüsse, Persönlichkeits- und körperliche Faktoren. Typische Auslöser sind traumatische Erfahrungen, Stressbelastungen oder einschneidende Angsterlebnisse. Zu den aufrechterhaltenden Faktoren zählen Vermeidungsverhalten, geringes Selbstvertrauen, Unwissen über die Angstsymptomatik und Erwartungsangst («Angst vor der Angst»). Angst zeigt sich in Gedanken, Gefühlen, Körperreaktionen und Verhalten. Angstgedanken beinhalten oft die jeweils zentralen Befürchtungen und Bedrohungen. Typische körperliche Symptome sind Schwitzen, Zittern, Atemnot, Schwindel, Herzrasen, Übelkeit oder Durchfall. Ängste führen zur Tendenz, die Angst erzeugende Situation zu vermeiden (Vermeidungsverhalten). Gefühlsmässig kommen oft Hilflosigkeit und Verzweiflung hinzu.

PSYCHOTHERAPIE 50+

Lange Zeit wurden die Behandlungskonzepte für die Altersgruppe 50+ von denjenigen jüngerer Personen übernommen. Die psychotherapeutische Betrachtung der Lebensumstände von Menschen in der zweiten Lebenshälfte bedarf jedoch spezialisierter Kompetenz.

Psychotherapie 50+

Die Altersgruppe der Generation 50+ ist oft gut ausgebildet, beruflich erfolgreich und hat klare Vorstellungen entwickelt. Sie ist es sich gewohnt, unter Druck Leistung zu erbringen und zeichnet sich durch ein besonders hohes Bedürfnis nach Information und Selbstbestimmung aus. Umso mehr sind Privatsphäre, Ganzheitlichkeit und Transparenz wichtige Prinzipien der Therapie bei der Generation 50+. Gleichzeitig muss für nachhaltige Resultate häufig auch ein Nachlassen der körperlichen Probleme berücksichtigt und gelindert werden.

AMBULATORIEN

Mit den Ambulatorien verfügt die Privatklinik Aadorf über ambulante Anlaufstellen, eine davon an bester Lage im Zürcher Seefeld. Die Ambulatorien bieten Abklärungen, Beratungen und Triage bei Fragen zu Essstörungen, Depressionen, Burnout-Syndrom, Angststörungen, ADHS sowie zur Psychotherapie von Menschen über 50 Jahren.

Die Beratungsleistungen richten sich sowohl an Patienten als auch an Zuweisende, Angehörige und Unternehmen.

Angebot

- Analyse der aktuellen Situation
- Detaillierte psychiatrisch-psychologische Diagnostik unter Berücksichtigung des sozialen Umfeldes (Arbeit, Familie, Beziehungsnetz) sowie körperlicher Beschwerden
- Ernährungs- und Sportberatung
- Beratung zu geeigneten Massnahmen im ambulanten oder stationären Bereich hinsichtlich Prävention, Behandlung und Rückfallprophylaxe
- Optionale Angebote, z. B. Ergotherapie
- Zusammenarbeit mit zuweisenden Ärzten und Psychotherapeuten, Einbezug von Arbeitgebern und Angehörigen bei Bedarf und Wunsch

Zuweisung

Die Zuweisung erfolgt über Haus- und Fachärzte oder Psychologen. Auch eine Selbstzuweisung ist möglich.

Beschwerden

- Depressionen
- Burnout
- Angststörungen
- Essstörungen
- ADHS
- Indikationen 50+

Zuweisung

via Haus- und Fachärzte, Psychotherapeuten oder Patient

Ambulatorium

- Abklärung
- Beratung
- Triage
- Gruppen-Spezialsprechstunde für Angehörige

Stationäre Behandlung

Tagesklinische Behandlung

Ambulante Behandlung

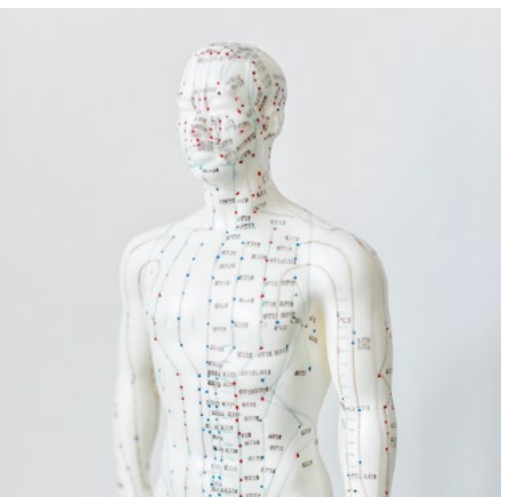
Andere Massnahmen

WELCHE THERAPIEN BIETET DIE PRIVATKLINIK AADORF AN?

Das breite und vielschichtige Spektrum an therapeutischen Mitteln ermöglicht eine zielgerichtete und methodenübergreifende Behandlung mit hoher Wirkung.

Die Behandlung in der Privatklinik Aadorf erfolgt nach integrativem, methodenübergreifendem Ansatz. Sie wird individuell auf jeden Patienten abgestimmt, mit ihr oder ihm geplant und interdisziplinär bearbeitet. Die Privatklinik Aadorf bietet in enger Zusammenarbeit der einzelnen Berufsgruppen unterschiedliche Behandlungsmodule an, die für die Patienten ein umfassendes Behandlungskonzept bereitstellen.

Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppenpsychotherapie	In vertrauensvollem Rahmen haben die Patienten die Möglichkeit, sich intensiv mit ihrer Entwicklungsgeschichte und ihrer aktuellen Lebenssituation auseinanderzusetzen. Dem Einbezug des Partners, der Familie oder von anderen Bezugspersonen – natürlich nur im Einverständnis des Patienten – messen wir einen hohen Stellenwert zu.
Fachpflegerische Betreuung	Gemeinsam werden Ziele erarbeitet, die den Patienten helfen, ihren Alltag besser zu meistern und ihr Selbstbewusstsein zu stärken, damit ein gesundes Selbstbild entwickelt werden kann. Durch regelmässige Bezugspersonengespräche und gemeinsame Tätigkeiten werden die Ressourcen des Patienten gefördert.
Spezialtherapien	Eine Übersicht der Spezialtherapien an der Privatklinik Aadorf finden Sie auf der folgenden Seite.
Psychopharmaka	Bei Bedarf und mit dem Einverständnis des Patienten können Medikamente die Behandlung psychischer Erkrankungen unterstützen.
Komplementärmedizin	Auf Wunsch werden Phytotherapie, Akupunktur und weitere traditionelle chinesische Methoden sowie Hypnotherapie angeboten.
Case Management	Um den Patienten eine nachhaltige Integration ins Berufsleben zu ermöglichen, verfügt die Privatklinik Aadorf über ein spezialisiertes Case Management. In interdisziplinärer Zusammenarbeit engagieren sich Case Manager, Ärzte, Psychotherapeuten und Arbeitgebende, um im Integrationsprozess gemeinsam zum Ziel zu gelangen.

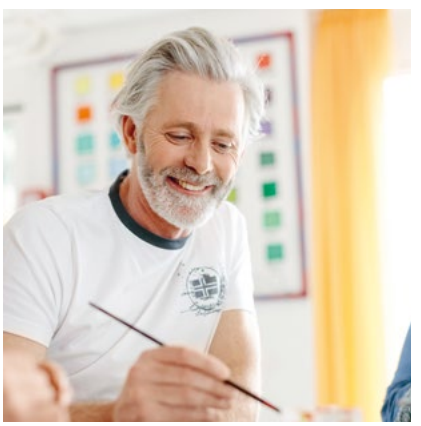


SPEZIALTHERAPIEN

Mit einem breiten Spektrum an Spezialtherapien können die Behandlungskonzepte zielgerichtet bereichert und ergänzt werden. Im Sinne einer ganzheitlichen Betrachtung des Patienten wird der Einsatz der einzelnen Therapieformen auf die individuellen Bedürfnisse der jeweiligen Person abgestimmt.

Gestaltungs-therapie	Die Gestaltungstherapie schafft über den Zugang der Bild- und Symbolsprache, welche eng mit den Gefühlen verbunden ist, ein tieferes Verständnis für die Thematik des Patienten. Unbewusstes kann sichtbar, bearbeitet und integriert werden. Durch eine anschliessende Reflexion trägt die Gestaltungstherapie zu einer vertieften Selbsterfahrung bei. In den prozessorientierten Ansätzen der Gestaltungstherapie sind die gemalten Bilder Ausgangspunkt eines therapeutischen Gesprächs.
Kreativtherapie	In der Kreativtherapie kann der Patient mit handwerklichen und gestalterischen Arbeiten (z. B. Malen, Töpfern usw.) Aspekte von sich selbst erfahren und in Kommunikation zu den Therapeuten und der Gruppe treten. Ressourcen werden aktiviert und in Bezug zu Alltagsthemen gesetzt.
Ergotherapie	Im Vordergrund der Ergotherapie steht der Genesungsprozess zur Wiedererlangung und Erhaltung der bestmöglichen Selbstständigkeit, Handlungsfähigkeit und Sozialkompetenz. Qualifizierte Ergotherapeuten bieten ein hochstehendes Angebot in den Bereichen Holz/Stein und Textil an. Dabei kann der Patient, neben dem seelischen Wohlbefinden, eine realistische Selbsteinschätzung der eigenen Fertigkeiten und Möglichkeiten erproben und seine Arbeitsfähigkeit in einem geschützten Rahmen steigern.
Cogpack	Das Cogpack ist eine Erweiterung des Angebotes der Ergotherapie; es handelt sich um ein computergestütztes Trainingsprogramm zur Förderung und/oder Erhaltung kognitiver Funktionen wie Konzentration, Merk- und Lernfähigkeit, logisches und strategisches Denken.
Bewegungs-therapie	Bewegungstherapie ist ein körperorientiertes Verfahren, welches den Körper über Bewegung auf einer emotionalen, körperlichen und geistigen Ebene anspricht, den Menschen als Einheit von Körper-Seele-Geist sieht und an seinen Ressourcen ansetzt.

Tanztherapie	Tanztherapie ist wie die Bewegungstherapie ein körperorientiertes Verfahren, welches von den gesunden Anteilen eines jeden Menschen ausgeht und über die tänzerische Auseinandersetzung mit Lebensthemen zu tiefem Erleben des Selbst führt und den Eigenausdruck fördert.
Feldenkrais	Bei der Feldenkrais-Methode wird durch langsame und feine Bewegungen ein entspannter Zustand der Muskulatur bewirkt, was zu einer differenzierten Körperwahrnehmung führt, wodurch die Selbstorganisation verbessert werden kann.
Entspannungs-therapie	In der Entspannungstherapie werden die Eigenwahrnehmung geschult und gezielte Entspannungstechniken geübt, damit sie in Stress- und Belastungssituationen wieder angewendet werden können.
Atemtherapie	Ziel der Atemtherapie ist es, durch die Sensibilisierung und Wahrnehmung der Atmung sowie Steuerung und Regulation das Gleichgewicht zwischen den körperlichen, seelischen und geistigen Prozessen zu fördern.
Nordic Walking	Nordic Walking ist mehr als nur Gehen mit Stöcken. Es ist eine ideale, gelenkschonende Sportart, um Beweglichkeit und Kraft zu trainieren. Das Nordic Walking fördert Fitness sowie Ausdauer und stärkt die Gesundheit, die Bewegung an der frischen Luft wirkt stimmungsaufhellend.
Yoga	Beim Yoga werden nicht nur Kraft, Flexibilität, Gleichgewicht und Muskelausdauer trainiert, es hat auch eine beruhigende und ausgleichende Wirkung und kann somit den Folgeerscheinungen von Stress entgegenwirken.



EXZELLENTE LEISTUNGEN FÜR PRIVAT UND HALBPRIVAT VERSICHERTE

Mit der Station ViaNova bietet die Privatklinik Aadorf speziell für ihre privat und halbprivat versicherten Patienten zusätzliche Leistungen hinsichtlich Komfort und Behandlungsintensität.

Das grosszügige, freistehende Gebäude der Station ViaNova ist umgeben von einem kleinen Park und bietet Diskretion, Erholung und Therapie in einladender und persönlicher Atmosphäre. Die Einzelzimmer wie auch die zwei grossen Doppelzimmer sind hochwertig und komfortabel eingerichtet und mit eigenem Badezimmer, Telefon mit Privatwahl, WLAN-Zugang und Kabel-TV auf Wunsch ausgestattet. Neben Sauna und Whirlpool steht auch ein schöner Swimmingpool bereit, und die nahe Natur lädt zum Spazieren und Verweilen ein. Für das leibliche Wohl sorgt ein engagiertes Küchenteam, das die vielseitige, gesunde und exzellente Verpflegung jeweils vor Ort à la minute zubereitet.

Unter der Leitung des Chefarztes bietet die Station ViaNova ein intensives und massgeschneidertes Therapieangebot, das die psychischen, körperlichen und sozialen Faktoren des individuellen Leidens und Erlebens auf einfühlsame Art erfasst und berücksichtigt. Auch in der Psychotherapie von Menschen der Altersgruppe 50+ besteht ein grosser Erfahrungsschatz. Das wissenschaftlich fundierte Behandlungsangebot wird abgerundet durch komplementärmedizinische, kreativ- und körpertherapeutische Angebote, wodurch die individuellen Bedürfnisse und Ressourcen umfassend berücksichtigt werden können.

WAS MACHT DIE PRIVATKLINIK AADORF FÜR DIE BEHANDLUNGSQUALITÄT?

Wir investieren in Qualitätsmanagement, Wissenschaft und Forschung, Bildung sowie Netzwerkarbeit und schaffen dadurch spürbaren Mehrwert für alle Beteiligten.

Die kontinuierliche Überprüfung und Weiterentwicklung der Qualität zeigt sich in unseren Bestrebungen um grösstmögliche Effizienz und Engagement, eine kooperative Gesprächskultur, eine zielgerichtete Förderung von Innovationen und die ständige Weiterbildung aller Mitarbeitenden. Auch der Wissenschaft und Forschung schenken wir grosse Beachtung und setzen uns für einen Wissenstransfer zwischen Lehre und Praxis ein.

Qualitätsmanagement

Die Privatklinik Aadorf verfügt über ein prozessorientiertes Qualitätsmanagementsystem. Dieses wird extern überprüft und ist mit dem internationalen Zertifikat ISO 9001:2015 anerkannt. Die aktuellste Rezertifizierung erfolgte im Februar 2018. Wir erfüllen die Qualitätsstandards des Kantons Thurgau, der Krankenversicherer sowie der Schweizerischen Vereinigung Psychiatrischer Chefärztinnen und Chefärzte SVPC. Zudem ist die Privatklinik Aadorf Mitglied des Nationalen Vereins für Qualitätsentwicklung in Spitälern und Kliniken (ANQ).

Wissenschaft

Die Privatklinik Aadorf ist eng mit der Wissenschaft und Forschung verbunden und versteht sich auch als Schnittstelle zwischen Lehre und Praxis. Die Klinik arbeitet im Rahmen von Forschungsprojekten mit Universitäten, anderen Kliniken und Institutionen zusammen und leistet so einen Beitrag zur fachlichen Auseinandersetzung und Weiterentwicklung.

Mitarbeitende der Privatklinik Aadorf stehen regelmässig als Referenten oder Teilnehmer an Kongressen und Lehrveranstaltungen im direkten fachlichen Austausch.

Aadorfer Fachforum Psychotherapie

Mit dem Aadorfer Fachforum Psychotherapie hat sich unter der Trägerschaft der Privatklinik Aadorf eine Plattform zum Wissenstransfer für Ärzte, Psychologen und weitere therapeutisch tätige Experten etabliert. Im Rahmen einer jährlichen Tagung wird der Brückenschlag zwischen Forschung und Praxis konkretisiert.

Wissenschaftlicher Beirat

Mit dem Wissenschaftlichen Beirat verfügt die Privatklinik Aadorf über ein Organ, welches die Arbeit der Klinik unterstützt und den Informationsaustausch mit der universitären Lehre und Forschung gewährleistet.

Prof. Dr. phil. Matthias Burisch
Fachbereich Psychologie der Universität Hamburg, Experte für Burnout,
Autor des Standardwerks «Das Burnout-Syndrom»

Prof. Dr. med. Hans Förstl
Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Technischen Universität München, Klinikum rechts der Isar, Experte für Demenzerkrankungen

Prof. Dr. med. Dr. phil. Andreas Maercker
Ordinarius und Leiter Fachrichtung Psychopathologie und Klinische Intervention, Universität Zürich, Experte für Psychotraumatologie und Alterspsychotherapie

Prof. Dr. med. Gabriella Milos
Leitende Ärztin Zentrum für Essstörungen, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Universitätsspital Zürich, Expertin für Essstörungen

Prof. Dr. phil. Simone Munsch
Ordinaria für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Universität Fribourg, Expertin für Essverhalten und Essstörungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Prof. Dr. med. Hartmut Radebold
Lehrstuhl für klinische Psychologie der Universität Kassel (1976–1997), gilt bis heute als «Nestor der Psychotherapie Älterer»

FOKUSSIERTE KOMPETENZ IM ÜBERBLICK

STATIONÄRE BEHANDLUNG

Essstörungen

- Anorexia nervosa
- Bulimia nervosa
- Binge-Eating-Störung

Adipositas mit gleichzeitiger psychischer Erkrankung

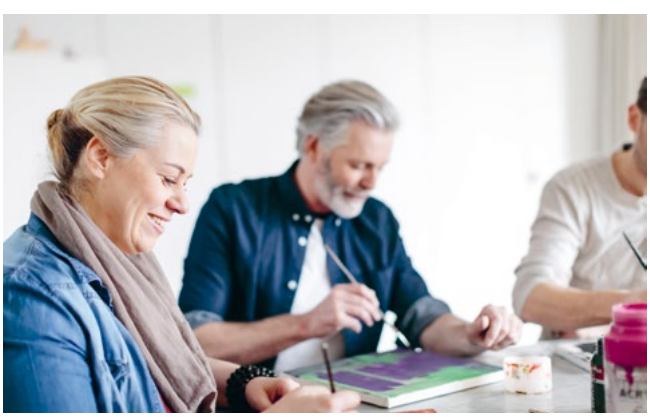
- bis zu einem Körpergewicht von 160 kg

Depressionen, Angststörungen, Burnout

Psychotherapie für Menschen der Generation 50+

AMBULANTE BEHANDLUNG

Ambulatorien in Zürich und Aadorf



THERAPIEANGEBOTE

Behandlungskonzept

- nach integrativem, methodenübergreifendem Ansatz

Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppenpsychotherapie

Fachpflegerische Begleitung

Spezialtherapien

- Ergotherapie
- Kreativtherapie
- Mal- und Gestaltungstherapie
- Ausdrucksmeditation
- Bewegungstherapie
- Tanztherapie
- Nordic Walking

Psychopharmakologische Behandlung

Komplementärmedizin

- Phytotherapie
- Akupunktur
- weitere traditionelle chinesische Methoden
- Hypnotherapie

Case Management

WISSENSCHAFT UND FORSCHUNG

Wissenschaftlicher Beirat

Aadorfer Fachforum Psychotherapie

Forschungsprojekte

– unter anderem in Zusammenarbeit mit der Universität Fribourg

Literatur

QUALITÄT UND NETZWERK

Qualitätsmanagement

Zertifizierungen

– ISO 9001:2015

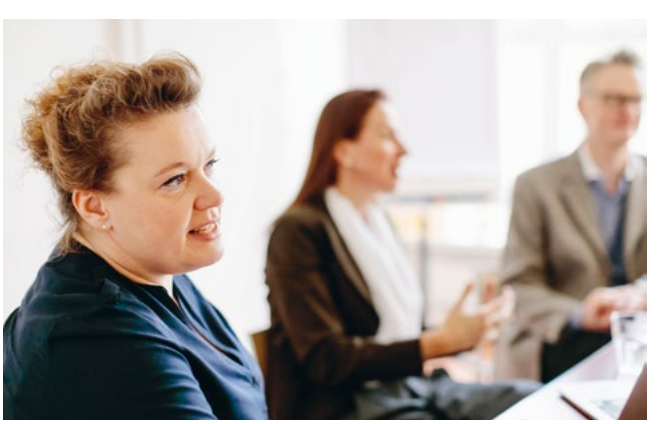
Qualitätsstandards

– ANQ
– Kanton Thurgau
– Krankenversicherer
– Schweizerische Vereinigung Psychiatrischer Chefärztinnen und Chefärzte SVPC

Supervision

Netzwerk

– h-Care
– Swica BestMed



ANFAHRT

DISKRET EINGEBETTET INS WOHNQUARTIER

Die Privatklinik Aadorf ist ein Kompetenzzentrum für Psychotherapie, Psychosomatik und Psychiatrie, sieht aber nicht so aus. Die Stationen verströmen ein familiäres und wohnliches Flair. Eingebettet in ein dörfliches Einfamilienhaus-Quartier und in unmittelbarer Nähe zur Natur, finden Menschen hier die notwendige Ruhe und Erholung, um eine psychische Krise zu überwinden.

Erreichbarkeit der Klinik

Mit dem Privatfahrzeug via A1, Zürich–St.Gallen, Ausfahrt «Matzingen/Wängi/Aadorf».

Die Klinik ist zu Fuss vom Bahnhof Aadorf in etwa acht Minuten erreichbar.

Landhaus

ViaNova

Oase

Privat Klinik Aadorf

Persönlich
und diskret.

Psychotherapie
Psychosomatik
Psychiatrie

Klinik Aadorf AG
Fohrenbergstrasse 23
CH-8355 Aadorf
Tel. +41 (0)52 368 88 88
Fax +41 (0)52 368 88 99
www.klinik-aadorf.ch
info@klinik-aadorf.ch

Ambulatorium Zürich
Dahliastrasse 5
CH-8008 Zürich
Tel. +41 (0)44 380 27 80
Fax +41 (0)44 380 27 81
ambulatorium-zuerich
@klinik-aadorf.ch

ISO 9001:2015 zertifiziert

DACHCOM