

GESUNDHEIT MEINT DEN GANZEN MENSCHEN



DR. LEA BRÜGGER
Geschäftsführerin Nephro am See

Bei Nephro am See behandeln wir Menschen mit Nierenerkrankungen nach modernsten medizinischen Erkenntnissen und Verfahren. Und im Wissen darum, dass ein Organ nie isoliert betrachtet werden kann, verbinden wir die Schulmedizin in Zukunft noch stärker mit komplementären und psychotherapeutischen Methoden. Wir verstehen uns als «Zentrum für Integrative Nephrologie» und gehen mit diesem ganzheitlichen Angebot neue Wege – getreu unserer Leitaussage «Gemeinsam das Beste für Patientinnen und Patienten».

Patientinnen und Patienten sind mündiger und autonomer geworden. Viele nehmen ihren Heilungsprozess selbst an die Hand oder versuchen, ihn zu unterstützen. Dies ist einerseits zu begrüssen, andererseits birgt der Zugang zu vielen Schmerzmitteln, Vitamin- und Aufbaupräparaten oder pflanzlichen Substanzen Gefahren: Nicht selten entstehen durch ungünstige Kombinationen oder zu hohe Dosen unerwünschte Wirkungen oder gar Organschäden – gerade auch an den Nieren.

MEDIKAMENTE UND PRÄPARATE SORGFÄLTIG EINSETZEN

Ein ganzheitlicher Denkansatz und ein integrativ gestalteter Therapieprozess beginnen oft mit einer Analyse der konsumierten Medikamente und Präparate. Nebst dem Blick auf Neben- und Wechselwirkungen stellt sich die Frage, ob es bei

«MEDIKAMENTE UND PRÄPARATE SOLLTEN SEHR BEWUSST GEWÄHLT UND AUFEINANDER ABGESTIMMT WERDEN.»

bestimmten Symptomen Alternativen zu Medikamenten gibt oder ob sich deren Dosis verringern lässt. Nicht zuletzt bei chronischen Schmerzen lohnt sich eine sorgfältige Abklärung, ob und wie sich eine medikamentöse Therapie durch andere Heilverfahren unterstützen oder gar ersetzen lässt.

ZUSAMMENSPIEL VON KÖRPER UND PSYCHE BEACHTEN

Körper und Geist sind untrennbar miteinander verbunden und stehen in einer permanenten Wechselwirkung. Eine angeschlagene Psyche wirkt sich oft auch körperlich aus, und umgekehrt beeinflusst eine körperliche Beeinträchtigung auch das mentale und seelische Wohlbefinden. Ein Blick auf die gängige Behandlung von Nierenleiden in Praxen und Kliniken zeigt, dass dieser Zusammenhang noch zu wenig Beachtung findet. Nephro am See wird diese Lücke schliessen und als Zentrum für Integrative Nephrologie nierenkranken Menschen künftig nach Bedarf psychologische oder psychotherapeutische Beratung anbieten.

MENTALE TECHNIKEN NUTZEN

Gesundheitliche Herausforderungen haben nicht nur auf das betreffende Organ sowie die Psyche Auswirkungen, sondern können sich manchmal im ganzen Körper ausdrücken – etwa in Form von Verspannungen, diffusen Schmerzen oder Schlafstörungen. Inzwischen steht eine Reihe wissenschaftlich gut untersuchter Verfahren zur Verfügung, um den therapeutischen Prozess zu unterstützen. Zu nennen sind hier insbesondere

«DIE WIRKUNG VON ENTSPANNUNGSTECHNIKEN IST WISSENSCHAFTLICH GUT BELEGT.»

Akupunktur, Yoga, Meditation, Mentaltechniken oder Achtsamkeitsübungen. Bevor eine Methode in Erwägung gezogen wird, ist individuell zu prüfen, was für die Patientin oder den Patienten optimal passt.

NEUE PARTNERSCHAFTEN FÜR INTEGRATIVE NEPHROLOGIE

Wer unsere Kolumnen in der SEESICHT gelesen hat, weiss, dass wir schon seit längerer Zeit erfolgreich mit der *Esspraxis am See* zusammenarbeiten, um die Ernährung gezielt in den Behandlungsprozess zu integrieren. Nun freuen wir uns über eine weitere Partnerschaft mit *TCM SinoSan*. Die Praxis ist auf Traditionelle Chinesische Medizin spezialisiert und bietet unter anderem Akupunktur, Massagen und Kräutertherapien an. Zudem stärken wir in Zukunft die integrative Behandlung unserer chronisch nierenkranken und diabetischen Patienten mit spezialisierter psychotherapeutischer Begleitung.

Die bisherigen und neuen Partnerschaften schlagen den Bogen zum Titel dieser Kolumne: Gesundheit meint den ganzen Menschen. In diesem Sinn sind wir jederzeit gerne für Sie da. Herzlich willkommen.

Nephro am See
Seestrasse 85, 8810 Horgen
Telefon 044 208 88 00
praxis@nephroamsee.ch



NEPHRO AM SEE

Nephro am See ist das Zentrum für Integrative Nephrologie und Dialyse und befindet sich in den Seehallen Horgen. Es wird durch Dr. Lea Brügger, Geschäftsführerin, und Dr. Jan Brügger, leitender Arzt, geführt. Nierenerkrankungen werden mit modernsten Methoden abgeklärt und nicht-chirurgisch behandelt. Vor- und Nachbetreuung bei Nierentransplantationen sowie 23 Dialyse-Plätze mit Blick auf den See runden das Angebot ab. Nephro am See setzt auf enge Kooperation mit zuweisenden Ärztinnen und Ärzten aus der Region. — nephroamsee.ch